

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Usia remaja dikenal sebagai masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini memperlihatkan pertumbuhan pesat remaja, yakni pertumbuhan fisik termasuk organ reproduksi yang turut mempengaruhi sikap, mental dan peran sosialnya. Masa remaja sekaligus masa kritis, karena remaja ingin mencoba hal-hal baru, diimbangi dengan rasa ingin tahu yang meninggi pula. Rasa ingin tahu tersebut membuat mereka penasaran dan tergerak untuk mencoba apa saja tanpa berpikir resiko.

Masa remaja awal merupakan transisi¹, dimana terjadi perubahan pada dirinya secara fisik, psikis, dan secara sosial. Perubahan tersebut ditandai dengan kecenderungan munculnya perilaku menyimpang, bisa menjadi perilaku mengganggu. Kondisi demikian, jika didukung oleh lingkungan yang kurang kondusif dan sifat keperibadian yang kurang baik akan menjadi pemicu timbulnya berbagai penyimpangan. Dengan fase kritis tersebut, tepat sekali jika remaja ditempa menjadi pribadi yang peduli dan bertanggung jawab terhadap masa depannya. Remaja membutuhkan pembinaan dan pencegahan, melalui cara-cara efektif, agar terhindar dari perilaku menyimpang.

¹Dikutip dari skripsi pada http://www.uny.ac.id/akademik/sharefile/files/27122007115442_pengaruh_keluarga_terhadap_kenakalan_remaja.

Survei Pusat Studi Wanita UII Yogyakarta² mengungkap bahwa jumlah remaja yang mengalami masalah kehidupan seks di Yogyakarta bertambah. Hal ini diakibatkan pengaruh gaya seks bebas yang mereka terima jauh lebih kuat dibandingkan dengan kontrol maupun pembinaan secara keagamaan. Keadaan ini menunjukkan usaha kontrol dan pembinaan secara efektif oleh pihak-pihak yang bersangkutan masih lemah. Asumsinya, pertumbuhan bisnis rumah kos di Yogyakarta, diikuti kurangnya pengawasan, menjebak remaja ke dalam pergaulan bebas ditambah pula adanya pengaruh teman, internet dan pengaruh lingkungan secara umum.

Hasil survei lain terhadap remaja di Yogyakarta juga mencengangkan. Upi Avianto³, sutradara film *Lotus Requiem* berpandangan bahwa pandangan dan perilaku seks remaja di Yogyakarta sudah melampaui batas. Setidaknya hasil survei itu mengungkap bahwa remaja bukan hanya telah terbiasa melakukan seks bebas, bahkan remaja telah lihai dan mempunyai cara tersendiri dalam menyelesaikan masalah yang ditimbulkan akibat pergaulan bebas. Bertolak belakang rasanya, jika Yogyakarta dihebohkan isu seks bebas yang semakin mengkhawatirkan⁴. Remaja Yogyakarta cenderung makin akrab dengan dunia hedonis, terbukti dengan kehidupan malam yang semakin mewarnai kehidupan remaja Yogyakarta, serta transaksi narkoba yang sempat pula menjadikan Yogyakarta peringkat ke-3 dalam hal peredaran narkoba.

² Dikutip dari, <http://hqweb01.bkkbn.go.id/hqweb/ceria/map124waspadai.html>

³ Dikutip dari, <http://suryaningsih.wordpress.com/2007/08/16/seks-remaja-yogyakarta-mencengangkan/>

⁴ Dikutip dari, http://upik.jogja.go.id/news/index.cfm?berita_id=29082007125406&x=2

Impikasi berbagai kenakalan remaja, misalnya penyalahgunaan alat suntik, *free sex*, adalah tertularnya penyakit HIV/AIDS. Fakta di harian Tempo⁵, menyebutkan bahwa penderita AIDS di Yogyakarta diperkirakan akan meningkat drastis tahun 2008. Data PKBI menyebutkan bahwa jumlah penderita HIV/AIDS di Yogyakarta pada saat ini ada 455 orang. Dari angka tersebut 52,9% diantaranya berumur 18-29 tahun. Angka tersebut meningkat pesat dari tahun 2005⁶, yang hanya memiliki 48 kasus HIV/AIDS. Angka tersebut menunjukkan meningkatnya kesadaran masyarakat untuk memeriksakan diri ke petugas. Momentum ini tepat sekali jika digunakan sebagai waktu bertindak dalam pencegahan bahaya HIV.

Pengidap HIV/AIDS disebut Odha mendapatkan cap yang buruk⁷. Cap ini muncul, terkait dengan pemahaman bahwa HIV/AIDS terkait dengan perilaku berdosa seperti hubungan sex yang tidak sah, obat bius dan tindakan negatif lainnya. Odha mengalami stigmatisasi, bahwa mereka akan ditolak dan direndahkan meskipun sebetulnya mereka memiliki potensi untuk berkembang. Munculnya stigma dan diskriminasi kepada Odha sebenarnya jauh dari upaya pencegahan HIV/AIDS. Sebaliknya, pandangan buruk tersebut, membuat orang semakin takut untuk mengetahui apakah mereka terinfeksi atau tidak. Dikhawatirkan pula, Odha meneruskan praktek seksual yang tidak aman karena takut orang-orang akan curiga dengan status HIV mereka.

⁵ Dikutip dari koran Tempo, pada <http://www.tempointeraktif.com/hg/nasional/2007/12/12/brk,20071212-113412.id.html>

⁶ Dikutip dari, Koentjoro. 2995. *HIV/AIDS, Kita Bisa Kena, Kita Bisa Cegah*. Yogyakarta: Kelompok Pilar Media, hal: 25)

⁷ Dikutip dari, Koentjoro. 2995. *HIV/AIDS, Kita Bisa Kena, Kita Bisa Cegah*. Yogyakarta: Kelompok Pilar Media, hal: 58)

Odha bisa dikatakan, bak jatuh tertimpa tangga. Mereka yang terjangkit penyakit, ditambah lagi dengan pandangan buruk masyarakat terhadap mereka. Lazimnya, Odha tidak harus dikucilkan, tetapi harus dibina agar tidak menularkan virus tersebut, serta berupaya mencari jalan keluar⁸. Tetapi, kelaziman tersebut masih sebatas mimpi, tetap saja Odha masih dikucilkan di masyarakat. Faktanya⁹, hingga saat ini sikap dan pandangan masyarakat terhadap Odha sangat buruk sehingga melahirkan permasalahan serta tindakan yang melukai fisik maupun mental bagi Odha bahkan keluarga dan orang-orang terdekatnya. Berbagai pandangan buruk tersebut, menimbulkan efek psikologis berat tentang bagaimana mereka melihat diri mereka sendiri¹⁰. Selanjutnya, efek psikologis berat tersebut akan memunculkan terjadinya depresi, kurangnya penghargaan diri bahkan keputusasaan.

Deskripsi terhadap Odha diatas, menempatkan *Voluntary Counseling Test* HIV memiliki fungsi dan tujuan penting. Konseling macam ini merupakan komunikasi rahasia antara konselor dan konseli, bertujuan untuk meningkatkan kemampuan konseli menghadapi stress dan pengambilan keputusan. Proses konseling juga sebagai evaluasi resiko personal penularan HIV, memfasilitasi pencegahan perilaku dan evaluasi penyesuaian diri ketika konseli menghadapi hasil tes positif.

⁸ Pernyataan dari Aburizal Bakrie, dalam <http://www.jatim.go.id/news.php?id=10913>, Berita Kesehatan - Dinas Informasi dan Komunikasi Jawa Timur.

⁹ Dikutip dari tulisan Arixs, pada <http://www.cybertokoh.com/mod.php?mod=publisher&op=viewarticle&artid=2009>, akses 18/4/08.

¹⁰ Dikutip dari tulisan Arixs, pada <http://www.cybertokoh.com/mod.php?mod=publisher&op=viewarticle&artid=2009>, akses 18/4/08.

VCT HIV mencakup 2 proses utuh, yaitu konseling prates dan pascates. Layanan konseling HIV/AIDS bertujuan¹¹ untuk menyediakan dukungan psikologis untuk konseli. Dukungan psikologis tersebut berupa dukungan yang berkaitan dengan kesejahteraan emosi, psikologis, sosial dan spritual Odha. Konseling ini juga ditujukan untuk mencegah penularan HIV lebih lanjut melalui pengembangan perubahan perilaku dan memfasilitasi rujukan kesehatan yang efektif bagi konseli. Layanan ini menyediakan konseling pra dan pascates membuka adanya konseling berkelanjutan untuk mendukung Odha dan memfasilitasi perubahan perilaku. Selain itu, VCT HIV merupakan awal menuju terapi psikologis dan perawatan bagi Odha.

Penelitian Synovate¹² yang mengambil sampel remaja di 4 kota besar, mengungkap 65 % remaja mendapatkan informasi seks mereka dapatkan dari kawan dan 35 % dari film porno. Ironisnya, 5 % sampel remaja tersebut mendapatkan informasi seks dari orang tuanya. Sejalan dengan temuan tersebut, Adrianus Tanjung,¹³ Kepala Divisi Komunikasi Informasi PKBI, menyimpulkan bahwa sesungguhnya remaja membutuhkan tempat yang nyaman untuk mencurahkan perasaan atau bertanya seputar seks. Menurut Adrianus, yang sering menjadi dilema remaja adalah mereka sulit bertanya kepada orang tua, remaja membutuhkan tempat yang didesain sedemikian rupa, sehingga menjadi tempat yang nyaman bagi mereka untuk berkonsultasi.

¹¹ Dikutip dari, http://gessang.org/index.php?option=com_content&task=view&id=88&Itemid=2

¹² Dikutip dari Lili Bertha Kartika, dalam <http://situs.kesrepro.info/krr/feb/2005/krr01.htm>

¹³ Dikutip dari, <http://situs.kesrepro.info/krr/feb/2005/krr01.htm>

Melihat rentetan kenyataan yang ada, tepat sekali jika Divisi Klinik PKBI Yogyakarta bergerak dan peduli terhadap kehidupan remaja Yogyakarta. Wujud kepedulian tersebut terlihat dari berdirinya program Griya Lentera dengan klinik VCT yang dikembangkan. Lantas, konselor ini membutuhkan konselor yang melayani konseling dimaksud. Konselor sebagai profesi tidak akan terlepas dari kemampuan berkomunikasi. Hal tersebut terbenarkan dengan dikenalnya komunikasi memiliki *profesional value*¹⁴. Nilai tersebut dipahami sebagai kemahiran atau keterampilan berkomunikasi, yang akan sangat menunjang pelaksanaan profesi seseorang.

Sebagaimana disebutkan bahwa Griya Lentera merupakan proyek yang didirikan oleh PKBI Yogyakarta. Sebuah menarik, ketika PKBI berdiri sebagai sebuah LSM, lembaga non-pemerintah dan swadaya. Tetapi, demikian pun keberadaan Griya Lentera, tetapi mereka tetap berpedoman pada ketentuan pemerintah (Dinkes) dalam menjalankan proses VCT. Ini menjadi sebuah keunikan yang dimiliki oleh PKBI, sehingga keunikan tersebut menempatkan Griya Lentera sebagai objek menarik untuk diteliti. Campur tangan pemerintah bukan saja terletak pada ketentuan-ketentuan prosedur, tetapi juga masalah konselor, dimana konselor yang menangani konseling adalah konselor profesional yang harus mendapatkan izin sertifikasi dari Dinkes, setelah melalui berbagai pelatihan oleh Dinkes juga.

¹⁴ Dikutip dari, Tjipta Lesmana. Jurnal Ilmu Komunikasi, Vol. 3, Juni 2006 hal: 73-86.

Dalam konseling, komunikasi interpersonal menjadi penting karena komunikasi ini paling efektif dalam mengubah sikap atau perilaku seseorang. Hal ini sejalan dengan pendapat Thoha¹⁵ yang mengatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan cara yang paling efektif dalam upaya mengubah sikap, pendapat, dan perilaku seseorang. Konseling merupakan bentuk komunikasi, terlihat dalam konsepnya, ada sumber pesan (konselor), pesan (informasi dari konselor), ada media (tatap muka, *email*, telepon), ada umpan balik (tanggapan, solusi, perilaku) dan ada juga gangguan dalam proses konseling. Konseling sebagai bentuk komunikasi interpersonal juga terjawab dari adanya interaksi antara konselor dan konseli serta adanya pengembangan hubungan, dari hubungan yang impersonal sampai pada hubungan yang intim (interpersonal).

Praktisnya, dalam proses konseling akan terjadi interaksi bertahap. Seorang konselor harus mampu membina *good rapport* atau hubungan baik secara terus menerus. Pendekatan komunikasi interpersonal juga sangat diperlukan dalam penggalan masalah menyangkut, latar belakang masalah, situasi konflik, nilai-nilai yang dianut, pandangan terhadap konflik, dan usaha pemecahan masalah yang sudah dilakukan. Konselor juga dituntut untuk bisa menstimulasi konseli dalam mengungkap sebuah alternatif dalam memecahkan masalahnya. Karena pada dasarnya, memilih alternatif solusi atau pengambilan keputusan yang terbaik untuk konseli dilakukan oleh konseli sendiri¹⁶.

¹⁵ Dikutip dari, Thoha, M. 1988. *Kepemimpinan dalam Manajemen*. Jakarta: Rajawali Press, hal: 29.

¹⁶ Dikutip dari, Abroza, Asyhadi. 2004. *Buku Tambahan MK. Bimbingan dan Konseling*. Fak. Psikologi, Universitas Diponegoro. Hal: 3).

Sebuah metode dikemukakan oleh Arnold P. Goldstein¹⁷ yaitu "relationship-enhancement methods" (metode peningkatan hubungan), merumuskan 3 prinsip, yaitu makin baik hubungan interpersonal, pertama, makin terbuka pasien mengungkapkan perasaannya, kedua, makin cenderung ia meneliti perasaannya secara mendalam bersama konselornya dan ketiga adalah, makin cenderung ia mendengar dan dengan penuh perhatian dan bertindak atas nasehat yang diberikan konselornya. Anita¹⁸ menyebutkan bahwa komunikasi interpersonal meliputi banyak unsur, tetapi hubungan interpersonal barangkali yang paling penting. Hubungan interpersonal yang baik memunculkan sikap keterbukaan bagi personal yang melakukan komunikasi interpersonal. *Self disclosure* merupakan sesuatu yang penting dalam keberhasilan suatu konseling. Pembukaan diri membawa konselor akan lebih mudah untuk menanggapi dan membimbing konselinya. Sebagai aspek yang mendukung keterbukaan konseli, konselor dalam proses konseling, perlu menumbuhkan kepercayaan konseli menyangkut kerahasiaan status konseli.

Ketika berada dalam sebuah proses konseling, konseli dikenal sebagai orang yang membawa segudang masalah dan secara bersama-sama akan diselesaikan bersama konselor¹⁹. Posisi konseli menempatkan konselor sebagai orang yang sepatutnya berempatik. Empatik tersebut dipahami sebagai kemampuan konselor untuk menempatkan diri bahkan seolah merasakan perasaan

¹⁷ Dikutip dari, Rakhmat. 2003. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya. Hal: 203

¹⁸ Dikutip dari, Rakhmat. 2003. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosda Karya. Hal: 119

¹⁹ Dikutip dari, Abroza, Asyhadi. 2004. *Buku Tambahan MK. Bimbingan dan Konseling*. Fak. Psikologi, Universitas Diponegoro. Hal: 4

konseli. Dalam praktek konseling, pemahaman empatik terbukti merupakan cara efektif untuk menciptakan komunikasi yang intim antara konselor dan konseli, sehingga mampu menimbulkan perubahan-perubahan penting yang bersifat positif-konstruktif dalam diri konseli²⁰

Dalam hubungan pribadi yang efektif terdapat sikap mendukung. Demikian halnya konseling, komunikasi yang terbuka dan empatik tidak akan dapat berlangsung, jika tidak didukung suasana mendukung. Keterampilan dasar komunikasi menyebutkan bahwa konseli harus mampu memberi dukungan, agar konseli mampu menemukan pemecahan-pemecahan masalah yang konstruktif²¹. Konseling tidak bisa hidup dalam suasana yang penuh ancaman. Jika konseli merasa bahwa apa yang diungkapkan mendapat kritikan, diserang, maka otomatis konseli akan enggan membuka dirinya.

Sikap positif sangat perlu dialirkan dalam proses konseling. Komunikasi interpersonal dalam proses konseling akan terpelihara dengan baik, jika perasaan positif tersebut bisa dikomunikasikan kepada konseli. Sikap positif ini menjadi penting, untuk membuat konseli merasa lebih baik dan mempunyai keberanian untuk berpartisipasi dalam konseling. Terpenting lagi adalah sikap positif yang terwujud dalam konseling, menstimulasi konseling untuk membuka perasaan, tidak lagi mempunyai perasaan tertutup²². Dengan keterbukaan tersebut, sikap positif semakin menambah energi keberhasilan konseling.

²⁰ Dikutip dari, Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antarpribadi, Sebuah Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius. Hal: 43.

²¹ Dikutip dari, Supratiknya. 1995. *Komunikasi Antarpribadi Sebuah Tinjauan Psikologis*. Yogyakarta: Kanisius. Hal: 11.

²² Dikutip dari, Thoah, Mitfah. 1983. *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Rajawali Pers.hal: 189.

Komunikasi interpersonal dalam konseling akan lebih efektif apabila kedudukan antara konselor dan konseli setara. Konseling sebagai dialog, menuntut posisi konseling dan konselor ada dalam posisi yang sejajar atau setara²³. Kesetaraan ini terwujud dalam sikap yang perlu dimiliki oleh masing-masing partisipan yaitu semangat untuk mendengarkan satu sama lain. Tindakan konselor mengecilkan diri konseli merupakan sebuah bentuk penyimpangan dalam konseling²⁴. Ketimpangan kedudukan tentu saja akan memunculkan upaya pemutusan hubungan dalam proses konseling.

Konseling sebagai satu upaya mengarahkan bahkan mengubah perilaku membutuhkan strategi komunikasi, yaitu dengan mempergunakan saluran interpersonal²⁵. Saluran interpersonal ini merupakan saluran yang paling baik dalam menjaga kredibilitas pesan-pesan, menyediakan informasi dan mengajarkan keterampilan yang kompleks yang membutuhkan komunikasi 2 arah antara konselor dengan konseli. Komunikasi interpersonal memfasilitasi diskusi-diskusi yang berkenaan dengan pesan-pesan yang oleh konseli dianggap sebagai masalah sensitif. Saluran interpersonal tersebut juga menyediakan umpan balik positif dan penguatan bagi konseli.

Setidaknya ada 7 yang harus dipenuhi untuk menjadi konselor yang efektif²⁶, salah satunya adalah yaitu keterampilan interpersonal. Tertera bahwa

²³ Dikutip dari, Mario Antonius Birowo. Jurnal ISIP Vol. 2. No. 13/Juni-Agustus 2000. hal: 35.

²⁴ Dikutip dari, Abroza, Asyhadi. 2004. *Buku Tambahan MK. Bimbingan dan Konseling*. Fak. Psikologi, Universitas Diponegoro. Hal: 3).

²⁵ Dikutip dari, Graeff A. Judith, dkk. 1996. *Komunikasi Untuk Kesehatan dan Perubahan Perilaku*. Yogyakarta: UGM Press. Hal: 102

²⁶ Dikutip dari, McLeod, John. 2003. *Pengantar Konseling, Teori dan Studi Kasus*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group. Hal: 536.

konselor yang efektif harus memiliki keterampilan interpersonal yang mencakup, konselor yang mampu mendemostrasikan perilaku mendengar, berkomunikasi, empati, kehadiran (*present*), kesadaran komunikasi nonverbal, sensitivitas terhadap kualitas suara, responsivitas terhadap ekspresi emosi, pengambilalihan, menstruktur waktu dan menggunakan bahasa.

Dengan berbagai penjelasan diatas, maka yang ingin diketahui adalah bagaimana komunikasi interpersonal yang efektif dalam proses konseling. Tidak saja menstimulasi keterbukaan konseli yang penting, tetapi bagaimana juga konselor bisa menunjukkan sikap empatik, dukungan, sikap positif dan kesetaraan. Semakin terbuka konseli mengungkapkan perasaannya dan semakin cenderung konseli bersedia untuk meneliti perasaannya secara mendalam bersama konselornya serta semakin cenderung seorang konseli mendengar penuh perhatian dan bertindak atas nasehat yang diberikan konselornya.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan permasalahannya adalah ”bagaimana karakteristik komunikasi interpersonal yang efektif dalam proses *Voluntary Counseling Test* (VCT) pra dan pasca tes HIV pada Klinik VCT Griya Lentera PKBI Yogyakarta”.

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana karakteristik komunikasi interpersonal yang efektif dalam proses *Voluntary Counseling Test* (VCT) pra dan pasca tes HIV pada Klinik VCT Griya Lentera PKBI Yogyakarta.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. **Secara akademik**, penelitian dijadikan sebagai pengetahuan tambahan sekaligus memberikan kontribusi bagi perkembangan bidang komunikasi interpersonal. Kontribusinya adalah semakin meluasnya jangkauan bidang komunikasi interpersonal.
2. **Secara praktis**, penelitian bisa dijadikan sebagai pedoman/acuan bagi konselor dalam menjalankan proses konseling.

E. KERANGKA TEORI

Komunikasi menjadi bagian dari kehidupan manusia. Sesungguhnya, manusia adalah makhluk sosial yang mensyaratkan adanya komunikasi antar manusia. Kata komunikasi atau *communication* dalam bahasa Inggris berasal dari kata Latin *communis* yang berarti “sama”, *communico*, *communicatio*, *communicare* yang berarti “membuat sama” (*to make common*). Istilah *communis* adalah istilah paling sering disebut sebagai asal-usul kata komunikasi. Komunikasi menyarankan bahwa suatu pikiran, suatu makna, atau suatu pesan dianut secara sama.

Handoko (1999: 272) menyatakan komunikasi sebagai proses pemindahan pengertian dalam bentuk informasi dari seseorang ke orang lain. Perpindahan pengertian tersebut melibatkan lebih dari sekedar kata-kata yang digunakan dalam percakapan, ekspresi wajah, intonasi, titik putus vokal, dsb. Sampai batas tertentu, setiap makhluk dapat dikatakan melakukan komunikasi dalam pengertian berbagi pengalaman (Mulyana, 2000: 42).

Liliweri (1997: 143) menyepakati komunikasi menghasilkan pemahaman bersama, melewati proses berupa rangkaian gerakan, kaitan berbagai variabel, unsur-unsur dari komunikasi juga menganggap bahwa elemen-elemen tersebut ada yang tetap dan tidak tetap keberadaannya dalam rangkaian proses tersebut. Selanjutnya, Liliweri (1997: 145) menyebutkan beberapa variabel tetap dalam proses komunikasi, yaitu pengirim, pesan, saluran, penerima dan balikan.

a. d. 1. Pengirim (*Source*)

Pengirim dapat dikatakan sebagai orang yang mengirimkan pesan. Liliweri (1997: 146) mengatakan dalam proses komunikasi antarpribadi, latar belakang pengirim pesan telah dianggap sebagai suatu penopang, penyanggah komunikasi yang utuh.

a. d. 2. Pesan (*Message*)

Pesan adalah informasi yang akan dikirimkan kepada si penerima. Pesan ini dapat berupa pesan verbal dan non verbal.

a. d. 3. Saluran (*Channel*)

Wilson (Liliweri, 1997: 152) bahwa saluran dalam komunikasi antarpribadi adalah jalan dimana suatu pesan dilewatkan. Dalam komunikasi antarpribadi tatap muka kita dapat menggunakan perasaan, penglihatan, suara dan peradaban sebagai saluran untuk mengkomunikasikan pesan.

a. d. 4. Penerima (*Receiver*)

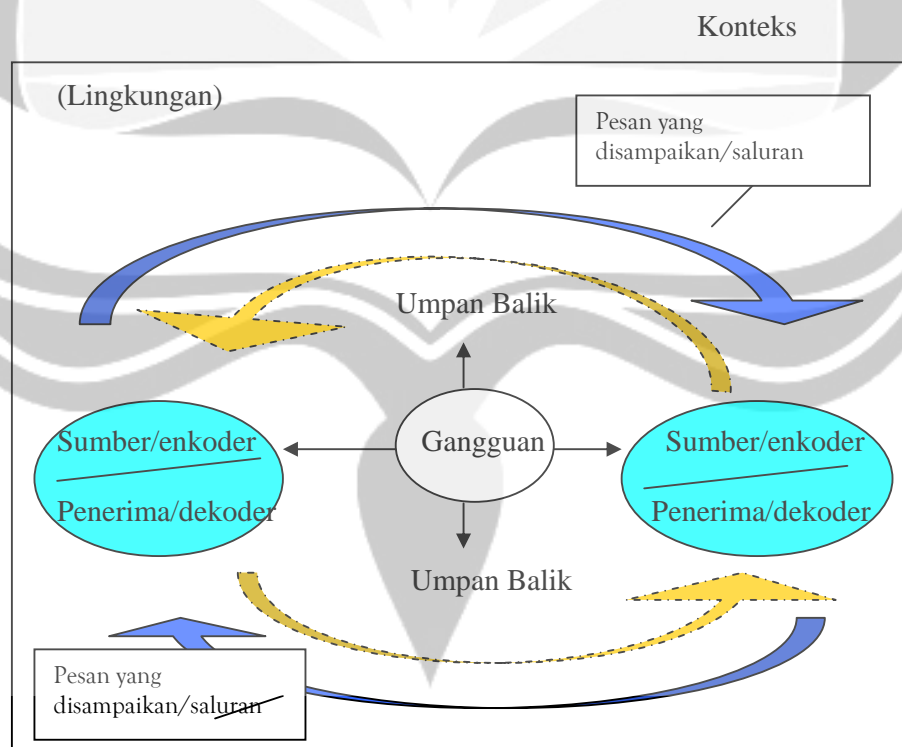
Penerima pesan adalah yang menganalisis dan menginterpretasikan isi pesan yang diterimanya. Seorang penerima pun akan menerima, menerjemahkan dan mengartikan pesan yang dikomunikasikan dengan pengaruh latar belakang yang dimilikinya.

a. d. 5. Umpan balik (*Feedback*)

Balikan adalah respon terhadap pesan yang diterima yang dikirimkan kepada penerima pesan. Umpan balik merupakan reaksi terhadap pesan bahwa penerima sudah menerima pesan dan memahaminya.

Selanjutnya, perlu dipahami bahwa komunikasi adalah sebuah proses transaksional, dimana komunikasi merupakan suatu proses, komponen-komponennya saling terkait, komunikatornya beraksi dan bereaksi sebagai suatu kesatuan atau keseluruhan (DeVito, 1997: 47). Komunikasi sebagai proses menegaskan bahwa kegiatan komunikasi tidak pernah statis atau selalu berubah. Dalam setiap proses komunikasi, setiap elemen berkaitan secara intergral dengan setiap elemen yang lain. Elemen-elemen dalam komunikasi saling bergantung dan tidak pernah independen. Setiap orang yang terlibat dalam komunikasi beraksi dan bereaksi sebagai satu kesatuan yang utuh.

Gbr. 1. Model Universal Komunikasi Antarmanusia



Dikutip dari, DeVito (1997: 26)

Konteks komunikasi sebagai fokus penelitian ini adalah komunikasi interpersonal, yaitu komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik verbal dan nonverbal (Mulyana, 2000: 73). Thoha (1988: 29) mengatakan bahwa komunikasi interpersonal adalah cara paling efektif dalam mengubah sikap, pendapat, dan perilaku seseorang. Komunikasi interpersonal sangat potensial untuk mempengaruhi atau membujuk orang lain, karena manusia dapat menggunakan kelima alat indranya untuk mempertinggi daya bujuk pesan yang dikomunikasikan kepadanya. Komunikasi interpersonal juga dimengerti sebagai upaya membentuk hubungan dengan orang lain (Arni, 1989: 159).

Giffin²⁷ mengatakan fungsi utama KAP (Komunikasi Antarpribadi) adalah *"to serve personal growth and the development of self- concept"*. Melalui KAP diharapkan pertumbuhan diri dan pengembangan konsep diri yang dapat dicapai. Dalam sumber yang sama. Dalam sumber yang sama, Little John mengatakan bahwa KAP menuntut beberapa kompetensi, yaitu motivasi, pengetahuan dan keterampilan.

Devito mengemukakan defenisi komunikasi interpersonal atas 3 dasar (Devito, 1997: 231).

1. Berdasarkan komponen, menjelaskan komunikasi interpersonal dengan mengamati komponen utama, yaitu penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain dengan berbagai dampak dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera.

²⁷Tim Prodi Ilmu Komunikasi, FISIP UAJY, Jurnal Ilmu Komunikasi Vol. 3, No. 1 Juni 2006, hal. 78

2. Berdasarkan hubungan diadik, bahwa komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang berlangsung antara 2 orang yang sebelumnya sudah mempunyai hubungan.
3. Berdasarkan pengembangan, komunikasi interpersonal dilihat sebagai suatu kontinum yang bergerak dari hubungan impersonal (awalnya) sampai adanya hubungan yang sangat intim (interpersonal).

1. **KARAKTERISTIK KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF**

Rakmat (2003: 118) mengemukakan efektivitas komunikasi bisa terjadi bila komunikasi itu dapat menumbuhkan keyakinan dan sikap positif untuk berperilaku sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Menurut Verderber, komunikasi yang efektif adalah komunikasi dalam mana makna yang distimulasikan serupa atau sama dengan yang dimaksudkan komunikator, pendeknya, komunikasi efektif adalah makna bersama (Tubbs & Moss, 1974: viii).

Rakhmat (2003: 129-136) mengemukakan karakteristik komunikasi interpersonal yang efektif terdiri atas tiga hal, yaitu:

1. Percaya (*trust*)

Percaya didefinisikan sebagai mengandalkan perilaku orang untuk mencapai tujuan yang dikehendaki, yang pencapaiannya tidak pasti dan dalam situasi yang penuh resiko. Sikap percaya menentukan efektifitas komunikasi. Selain pengalaman, ada tiga faktor utama yang dapat menumbuhkan sikap percaya

atau mengembangkan komunikasi yang didasarkan pada sikap saling percaya: menerima, empati, kejujuran.

2. Sikap suportif

Sikap suportif adalah sikap yang mengurangi sikap defensif dalam komunikasi. Orang bersikap defensif bila ia tidak menerima, tidak jujur dan tidak empati. Komunikasi defensif dapat terjadi karena faktor-faktor personal (ketakutan, kecemasan, harga diri yang rendah, pengalaman defensif, dsb.) dan faktor situasional menyangkut perilaku komunikasi orang lain.

3. Sikap terbuka

Sikap terbuka amat besar pengaruhnya dalam menumbuhkan komunikasi interpersonal yang efektif. Sikap terbuka berarti adanya kesediaan untuk membuka diri.

De Vito (1989: 107-111) mengemukakan komunikasi interpersonal yang efektif dilihat dari tiga sudut pandang. Sudut pandang tersebut adalah sudut pandang humanistik, pragmatis dan pergaulan sosial. Ancangan humanistik dimulai dengan kualitas-kualitas umum yang menurut para filsuf dan humanis menentukan terciptanya hubungan antarmanusia yang superior, misalnya kejujuran, keterbukaan dan sikap positif (DeVito, 1997: 259). Karakteristik komunikasi interpersonal yang efektif dari sudut pandang humanistik meliputi:

a. Keterbukaan (*openness*)

Keterbukaan berarti adanya kesediaan untuk membuka diri. Seseorang yang terbuka akan mengungkapkan informasi mengenai dirinya yang mungkin disembunyikan. Kesediaan untuk bereaksi secara jujur atas pesan yang

disampaikan orang lain juga diperlukan untuk menciptakan komunikasi yang terbuka.

b. Empati (*emphaty*)

Empati merupakan kemampuan untuk merasakan dan mengalami apa yang dirasakan orang lain tanpa kehilangan identitas diri sendiri.

c. Dukungan (*supportiveness*)

Ada dua kondisi dukungan yang menjadikan komunikasi interpersonal berlangsung secara efektif. Kondisi yang pertama adalah situasi yang lebih deskriptif dan tidak mengevaluasi. Lingkungan yang tidak mengevaluasi menjadikan individu bebas dalam mengungkapkan perasaannya sehingga individu tersebut tidak malu dan tidak akan merasa dirinya menjadi bahan kritikan terus menerus. Kondisi yang kedua adalah berpikiran terbuka (*open-minded*) yang diartikan sebagai kesediaan untuk menerima pendapat orang lain yang berbeda sudut pandangnya serta bersedia merubah pandangan apabila diperlukan.

d. Kepositifan (*positiveness*)

Kepositifan adalah menghargai orang lain secara positif dan dapat menjadikan individu menghargai dirinya secara positif pula. Kepositifan dapat diekspresikan melalui bahasa verbal maupun nonverbal yang mengisyaratkan ketertarikan dan penghargaan.

e. Kesederajatan /kesetaraan (*equality*)

Kesederajatan yang dimaksud sebagai keseimbangan antara peran menjadi komunikator dan komunikan, mengirim dan menerima pesan, berbicara pada

tingkat yang sama serta keinginan bekerja bersama dalam memecahkan masalah. Kesederajatan berarti menerima dan menyetujui orang lain atau memberi orang lain dengan penerimaan yang positif tanpa harus dikondisikan.

Berdasarkan sudut pandang pragmatis kualitas komunikasi dapat dilihat dari:

- ✓ Kepercayaan diri: komunikator yang efektif memiliki kepercayaan diri sosial, perasaan cemas yang tidak bisa dilihat oleh orang lain. Komunikator yang memiliki kepercayaan diri selalu bersikap santai, fleksibel dalam suara maupun gerak tubuh, terkendali dan tidak gugup.
- ✓ Kebersatuan: mengacu pada penggabungan antara pembicara dan pendengar, terciptanya rasa kebersamaan dan kesatuan. Secara non verbal kebersatuan diwujudkan dalam kontak mata yang patut dan kedekatan fisik, menandakan kedekatan psikologis dan sosok tubuh yang langsung dan terbuka. Secara verbal kebersamaan tersebut dapat diwujudkan dengan menyebutkan nama lawan bicara serta menggunakan kata ganti yang mencakup baik pembicara maupun lawan bicara.
- ✓ Manajemen interaksi: komunikator yang efektif mengendalikan interaksi untuk kepuasan kedua belah pihak. Dalam manajemen interaksi yang efektif, tidak seorang pun merasa diabaikan atau merasa menjadi tokoh penting. Masing-masing pihak berkontribusi dalam keseluruhan komunikasi. Keterampilan manajemen interaksi dapat dilakukan dengan menjaga peran sebagai pembicara dan pendengar melalui gerakan mata, ekspresi vokal, tubuh dan wajah yang sesuai serta saling memberikan kesempatan.

- ✓ Daya ekspresi (*expresiveness*): mengacu pada keterampilan mengkomunikasikan keterlibatan tulus dalam interaksi antarpribadi. Daya ekspresi sama halnya dengan keterbukaan yang penekannya pada keterlibatan. Daya ekspresi bisa diperlihatkan dalam kecepatan nada, volume dan ritme suara untuk mengisyaratkan keterlibatan dan perhatian dengan membiarkan otot wajah mencerminkan keterlibatan.
- ✓ Orientasi kepada orang lain: mencakup pada kemampuan kita menyesuaikan diri dengan orang lain selama perjumpaan antarpribadi. Orientasi ini mencakup pengkomunikasian perhatian dan minat terhadap apa yang dikatakan lawan bicara memberikan umpan balik yang cepat dan pantas yang memunjukkan pemahaman yang mendalam tentang perasaan dan pikiran.

Dalam sudut pandang pergerakan sosial, suatu hubungan antarpribadi dikembangkan apabila memberikan suatu manfaat. Keterlibatan dalam suatu hubungan karena adanya sebuah keuntungan yakni rasa aman, penerimaan sosial maupun status. Untuk mendapatkan manfaat tersebut ada hal-hal yang harus dikorbankan.

Menurut Rakhmat (2003: 80) ada empat faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal yang efektif, yaitu:

1. Persepsi Interpersonal

Objek persepsi dalam persepsi interpersonal adalah manusia. Persepsi terhadap manusia lebih sulit dan lebih besar kemungkinannya salah dibandingkan dengan persepsi objek. Perilaku dalam komunikasi interpersonal amat bergantung pada persepsi interpersonal. Persepsi orang yang sering kali

tidak cermat dapat menjadi sumber kegagalan komunikasi bila kedua belah pihak tidak menanggapi yang lain secara tidak cermat.

2. Konsep Diri

Konsep diri merupakan faktor yang sangat menentukan dalam komunikasi interpersonal karena setiap orang bertingkah laku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya.

3. Atraksi Interpersonal

Atraksi interpersonal merupakan kesukaan pada orang lain, sikap positif, dan daya tarik seseorang. Semakin tertarik seseorang pada orang lain, semakin besar kecenderungannya berkomunikasi dengan orang tersebut.

4. Hubungan Interpersonal

Komunikasi yang efektif ditandai dengan hubungan interpersonal yang baik. Sebagaimana disebut Anita Taylor (Rakhmat, 2003: 119), komunikasi interpersonal yang efektif meliputi banyak unsur, tetapi hubungan interpersonal barangkali yang paling penting.

5 tahap dalam berlangsungnya hubungan interpersonal (DeVito, 1997: 233-235):

1. Kontak, dalam tahap ini diputuskan apakah akan melanjutkan hubungan atau tidak. Penampilan fisik amat berpengaruh karena fisik paling bisa diamati dengan panca indera. Kualitas lain yang turut dinilai dalam tahap ini adalah sikap bersahat, keterbukaan dan dinamisme.

2. Keterlibatan, merupakan tahap pengenalan lebih jauh, ketika seseorang mengikat diri untuk lebih mengenal orang lain dan juga mengungkapkan diri kita.
3. Keakraban, pada tahap ini seseorang mengikat diri jauh kepada orang lain. Seseorang membina hubungan primer dimana orang tersebut menjadi sahabat atau kekasih.
4. Perusakan hubungan, tahap ini merupakan penurunan hubungan. Seseorang merasakan hubungan semakin tidak penting, bila pihak tersebut berdiam diri dan tidak banyak membuka diri.
5. Pemutusan hubungan, yaitu pemutusan ikatan.

2. KONSELING

Konseling adalah proses pemberian bantuan dari konselor kepada konseli, dilakukan secara wawancara langsung agar konseli mampu merubah sikap dan perilakunya (Abroza, 2004: 2). Dalam melaksanakan konseling, konselor sedapat mungkin bersikap empatik dan penuh pengertian. Empatik bisa diwujudkan konselor dengan sikap konselor yang turut merasakan apa yang dirasakan konseli. Sikap demikian terasa perlu agar konseli menaruh kepercayaan penuh terhadap konselor, dengan demikian memungkinkan keberhasilan konseling tersebut.

Proses konseling mempunyai empat komponen dasar (Abroza, 2004: 18), yaitu:

1. Klien/konseli yaitu orang yang membutuhkan bantuan konselor.
2. Konselor yaitu orang yang memberi bantuan konseling.

3. Sistem/metoda konseling yaitu langkah-langkah, cara-cara atau secara sederhana merupakan model interaksi antara konselor dan konseli dalam memecahkan masalah.
4. Hasil interaksi antara keduanya dalam memasuki sistem tersebut.

McLeod (2006: 7) mengungkapkan beberapa tujuan konseling. Dari beberapa tujuan tersebut, barangkali beberapa tujuan konseling yang paling penting adalah:

1. Penerimaan diri, yaitu pengembangan sikap positif terhadap diri, yang ditandai kemampuan menjelaskan pengalaman yang selalu menjadi subjek kritik diri dan penolakan.
2. Pemecahan masalah, yaitu menemukan pemecahan *problem* tertentu yang tidak bisa dipecahkan klien sendiri.
3. Memiliki keterampilan sosial, yaitu mempelajari dan menguasai keterampilan sosial dan interpersonal seperti mempertahankan kontak mata, tidak menyela pembicaraan, asertif atau pengendalian kemarahan.
4. Perubahan tingkah laku, yaitu mengubah atau mengganti pola tingkah laku yang merusak atau maladaptif.

Dalam konseling, ada fase-fase yang mencakup proses konseling secara utuh.

Fase-fase dimaksud tersebut (Robert&William, 1987: 11-16) adalah:

1. Fase Keterlibatan

Sebelum memasuki proses konseling, konseli harus melibatkan diri dalam setiap proses yang akan dijalani. Keterlibatan konseli sangatlah penting

karena hal itu merupakan tujuan utama konseling pada tahap awal. Salah satu kesulitan yang timbul dalam fase ini adalah tipe konseli yang sulit untuk melibatkan diri dalam proses konseling secara penuh. Hal inilah yang perlu disiasati oleh konselor, karena sangat penting dalam proses penggalan masalah. Selain itu, fase yang memicu keterlibatan konseli adalah desain ruangan konseling yang dianggap nyaman oleh konseli. Hal tersebut tentu saja akan mempengaruhi kesiapan konseli memasuki proses konseling.

2. Fase Penggalan

Dalam fase ini konseli dituntut untuk membuka diri. Dengan demikian konselor dapat membimbingnya dengan keterampilan dalam memberikan respon/tanggapan khusus terhadap konseli. Keterlibatan konseli juga dapat diperoleh dengan memberikan respon terhadap isi pesan dan ekspresi konseli. Konselor yang efektif mampu menunjukkan kepada konseli bahwa konselor tersebut hadir bersama konseliya, serta menjadi pendengar sekaligus memberikan tanggapan terhadap pesan dan ekspresi konseli.

3. Fase Pemahaman

Dalam tahapan ini konseli dituntut untuk memahami posisinya sekarang, berkaitan dengan hendak dibawa kemana hidupnya. Pemahaman diri konseli berarti konseli mengakui dan menerima makna pribadi, masalah-masalah pribadinya, perasaan dan tujuannya. Pemahaman tersebut menggerakkan konseli pada suatu kesadaran tentang kemampuan dirinya sendiri untuk mengontrol dan bertanggung jawab atas seluruh masalah yang ada dalam hidupnya.

4. Fase Tindakan

Dalam fase ini, konselor dituntut untuk mengambil tindakan yang tepat. Permasalahan yang kerap terjadi dalam fase ini adalah bahwa konseli kebingungan dan banyak bergantung pada konselor. Dengan itu, konselor harus mampu menyesuaikan ketergantungan demikian. Membimbing bisa diwujudkan dengan mendefinisikan tindakan yang tepat dalam pengembangan dan pemecahan masalah. Konselor membimbing konseli menggali beberapa alternatif untuk mencapai tujuannya. Konselor juga dapat membimbing konseli dengan membuat identifikasi, definisi, prioritas tertentu terhadap nilai-nilai pribadi yang relevan dengan tujuan yang dirumuskan.

Untuk mendukung keberhasilan suatu proses konseling, maka dibutuhkan konselor yang efektif pula. Setidaknya ada 7 yang harus dipenuhi untuk menjadi konselor yang efektif (McLeod, 2003: 536), yaitu keterampilan interpersonal, keyakinan dan sikap personal, kemampuan konseptual, ketegaran personal, menguasai teknik, kemampuan untuk paham dan bekerja dalam sistem sosial serta terbuka untuk belajar dan bertanya. Dari aspek-aspek yang harus dipenuhi tersebut, tertera bahwa konselor yang efektif harus memiliki keterampilan interpersonal yang mencakup, konselor yang efektif adalah konselor yang mampu mendemostrasikan perilaku mendengar, berkomunikasi, empati, kehadiran (*present*), kesadaran komunikasi nonverbal, sensitivitas terhadap kualitas suara, responsivitas terhadap ekspresi emosi, pengambilalihan, menstruktur waktu dan menggunakan bahasa.

Carkhuff (Supratiknya, 1995: 69-71) mengklasifikasikan tanggapan seorang konselor selama wawancara dalam lima taraf. 5 taraf tersebut adalah:

1. Taraf 1, konselor sama sekali tidak menanggapi pesan yang disampaikan oleh konseli.
2. taraf 2, konselor langsung menyodorkan cara pemecahan masalah tanpa terlebih dahulu memberikan kesempatan kepada konseli.
3. Taraf 3, konselor sudah mulai mampu memantulkan pesan dan perasaan yang dialami oleh konseli pada saat wawancara berlangsung.
4. Taraf 4, konselor mulai menyentuh hasrat konseli untuk mengubah situasi yang memprihatinkan itu.
5. Taraf 5, konselor memberikan tanggapan sesudah memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengungkapkan semua uneg-unegnya secara tuntas.

2.1 *Voluntary Counseling Test (VCT) HIV*

Konseling tes HIV merupakan rangkaian konseling dalam isu HIV/AIDS. Konseling ini ditawarkan jika dilengkapi dengan konseling prates dan pascates. Konseling prates diberikan guna memberikan informasi yang jelas mengenai tes kepada konseli, menjelaskan sifat kerahasiaan tes dan untuk mendapatkan *informed consent*, serta memberikan kesempatan kepada konselor dan konseli membangun hubungan dan saling mempercayai. Dalam prosesnya, layanan ini memberikan penjelasan tentang tes HIV dan dampak dari hasil tes, sehingga akan membantu konseli dalam mengambil keputusan mengenai apakah yang bersangkutan tes atau tidak.

Konseling pascates berkaitan dengan pemberitahuan hasil tes HIV konseli. Pemberian konseling kepada seseorang yang menerima hasil tes negatif sama pentingnya dengan konseli yang hasil tesnya positif. Walaupun dapat dimaklumi bahwa konseli dengan hasil tes negatif akan merasa senang dengan hasilnya, namun ada juga informasi penting yang harus disampaikan kepada konseli. Demikian dengan hasil tes positif, konselor harus membuat konseli merasa nyaman bahwa pembahasan dan hasil tes adalah rahasia. Karena sifat kerahasiaan tersebut, konseling tes HIV harus dilakukan dalam suasana yang tepat. Konseli akan membutuhkan beberapa waktu untuk memahami beritanya, demikian konselor harus mendukung juga peka terhadap keterkejutan dan ketakutan konseli.

2. KARAKTERISTIK KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM KONSELING

Konseling merupakan bentuk komunikasi interpersonal, baik jika dilihat dari defenisi komunikasi interpersonal dari sudut pandang komponen, hubungan diadik maupun sudut pengembangan. Proses konseling menunjukkan adanya penyampaian pesan oleh konselor maupun konseli, dengan tujuan adanya umpan balik dengan segera. Konseling juga menunjukkan adanya hubungan antardua orang yaitu konselor dan konseli. Dari sudut pengembangan, kegiatan konseling memperlihatkan adanya pengembangan hubungan dari impersonal menjadi interpersonal.

Sebuah metode dikemukakan oleh Arnold P. Goldstein (Rakhmat, 2003: 120), mengembangkan "*relationship-enhancement methods*" atau metode

peningkatan hubungan. Metode ini merumuskan tiga prinsip, yaitu makin baik hubungan interpersonal, (1) makin terbuka pasien mengungkapkan perasaannya, (2) makin cenderung ia meneliti perasaannya secara mendalam bersama konselornya, (3) makin cenderung ia mendengar dan dengan penuh perhatian dan bertindak atas nasehat yang diberikan.

Metode diatas mengungkap pentingnya pembukaan diri dalam konseling. De Vito (Budyatna, 1999: 163) mendefenisikan pembukaan diri sebagai bentuk komunikasi, dimana seseorang membuka informasi tentang dirinya atau dokomunikasikan kepada orang lain. Pembukaan diri berperan dalam meningkatkan efektivitas komunikasi. Pihak-pihak yang berkomunikasi akan lebih mengerti pesan yang dimaksudkan seseorang, jika mereka mengetahui orang tersebut dengan orang baik.

a. Pembukaan Diri (*Self Disclosure*)

Budyatna (1999: 164-166) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi pembukaan diri konseli dan penting diketahui oleh konselor adalah efek diadik, ukuran *audience*, topik, mitra dan valensi. Konseli akan semakin terbuka jika lawan bicaranya juga terbuka. Ukuran *audience* juga mempengaruhi keterbukaan sehingga *one by one counseling* menjadi tepat sekali. Keterbukaan konseli merupakan titik awal konselor untuk terus menggali permasalahan konselor, sehingga konselor harus memberikan respon yang tepat.

De Vito (Budyatna&Nina, 1999: 173-174) memberikan sejumlah petunjuk, ketika konseli membuka dirinya:

- Praktekkan keterampilan mendengarkan secara efektif, yakni konselor harus mendengarkan penuh perhatian, empati dan dengan pikiran terbuka. Sebagai mitra bicara, konselor harus menempatkan diri sebagai orang yang bisa mengerti dan merasakan masalahnya.
- Mendukung pembicara, yakni menunjukkan sikap mendukung terhadap konseli. Berkonsentrasi terhadap pengertian dan melakukan sikap empatik. Dalam hal ini, tidak perlu membuat evaluasi, tetapi harus mendukung yang bisa diwujudkan dalam perilaku verbal dan nonverbal.
- Memperkuat *self disclosure*, yakni ketika konseli mulai membuka diri, maka konselor harus bisa memperkuat perilaku tersebut. Salah satu caranya adalah dengan mempertahankan kontak mata, ketika konseli bicara.
- Menjaga kerahasiaan, yakni sebisa mungkin meyakinkan konseli, bahwa konselor yang bersangkutan bisa menjaga rahasia.
- Jangan mempergunakan pembukaan diri tersebut sebagai senjata untuk melawannya.

Beberapa hal yang berpengaruh pada sikap membuka diri , diantaranya adalah:

- Efek diadik, yakni dalam interaksi pembukaan diri lebih mungkin terjadi jika individu lainnya juga membuka diri. Artinya, pembukaan diri konselor dibalas dengan pembukaan diri konseli
- Ukuran *audience*; pembukaan diri lebih memungkinkan pada kelompok kecil. Makanya, dalam konseling, terutama konseling tatap muka yang

mengutamakan hubungan konselor dan konseli, semakin kecil jumlah konseli, semakin terbuka kemungkinan adanya pembukaan diri konseli.

- Topik; sejumlah topik lebih memungkinkan orang untuk membuka dirinya daripada topik lainnya.
- Valensi; maksudnya kualitas positif atau negatif dari pesan dalam keterbukaan. Penelitian membuktikan bahwa orang lebih suka kepada orang yang membuka diri secara positif daripada negatif.
- Jenis kelamin; wanita lebih banyak membuka diri daripada pria.
- Ras, kebangsaan dan usia.
- Mitra dalam suatu hubungan; orang akan membuka diri kepada orang yang disukai atau orang dekatnya.

Fungsi pembukaan diri yang dikemukakan oleh Budyatna&Nina (1999: 168) adalah:

- Memberi pengetahuan diri; bahwa orang tidak mengenal seluruh dirinya, jika tidak melakukan *self disclosure* dengan orang lainnya. Dengan membuka diri, orang memperoleh perspektif baru tentang dirinya sendiri.
- Memberi kemampuan untuk menaggulangi masalah; melalui *self disclosure* ditambah dengan dukungan, orang berada dalam posisi yang lebih baik dan melihat respon positif kepada seseorang tersebut dan kemungkinan berkembangnya konsep diri yang positif.
- Sebagai pelepasan energi; menyimpan rahasia atau memendam dalam hati akan menghabiskan banyak energi dan membuat orang kehabisan energi untuk hal lainnya.

- Meningkatkan efektivitas komunikasi; membuka diri sangat potensial dalam memicu efektivitas komunikasi. Tidak kalah manfaatnya bahwa membuka diri sangat penting dalam meningkatkan efektivitas dalam proses konseling, karena dengan membuka diri konselor akan mengerti jelas pesan yang dimaksudkan oleh konseli.
- Membuat hubungan penuh arti; tanpa *self disclosure*, hubungan yang penuh arti mustahil akan terjadi atau terbentuk.

b. Empati

Dalam konseling, konseli dipandang sebagai orang yang membawa segudang masalah. Maka, sedemikian pentingnya keterbukaan diri konseli kepada konselor. Ketika seorang konseli membuka masalahnya, maka sikap empatik konselor sangat dibutuhkan. Sikap empatik dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk turut merasakan apa yang dialami oleh orang lain. Konselor yang berempatik akan mendorong penyesuaian komunikasi konseli, misalkan untuk tidak menghentikan sikap keterbukaannya.

Sikap empatik konselor secara nonverbal dapat ditunjukkan dengan memperlihatkan, pertama; keterlibatan aktif dengan konseli melalui ekspresi wajah dan gerak-geriknya, kedua; konsentrasi terpusat melalui kontak mata, postur tubuh yang penuh perhatian dan kedekatan fisik, ketiga; sentuhan dan belaian yang sepantasnya (Devito, 1997: 261).

Joy Authier dan Kay Gustafon (DeVito, 1997: 261) menyarankan beberapa metode yang berguna untuk mengkomunikasikan empati secara verbal, yaitu:

1. Merefleksi balik kepada konseli perasaan yang menurut konselor sedang dialami konseli.
2. Mengkomunikasikan pernyataan tentatif kepada konseli. Misalnya, "saya mendapat kesan bahwa anda marah kepada ayah anda".
3. Konselor mempertanyakan pesan yang berbaur, dimana pesan verbal dan nonverbalnya bertentangan.
4. Konselor melakukan pengungkapan diri yang berkaitan dengan peristiwa yang dirasakan oleh konseli.

c. Sikap Mendukung

Konseling menuntut komunikasi yang terbuka dan empatik yang dan perlu ditambah dengan suasana yang mendukung. Walaupun suasananya terbuka dan empatik, konseling tidak bisa hidup dalam suasana yang penuh ancaman. Jika konseli dalam suatu proses konseling, merasa bahwa apa yang diungkapkan mendapat kritikan, diserang, maka otomatis konseli akan segan untuk melanjutkan sikap terbukanya dan enggan membuka dirinya. DeVito (1997: 261) menyebutkan konselor dapat menunjukkan sikap mendukungnya dengan bersikap:

➤ Deskriptif

Suasana yang deskriptif, bukan evaluatif membantu terciptanya sikap mendukung. Suasana yang deskriptif akan membawa arah komunikasi konselor dan konseli sebagai permintaan informasi suatu kejadian, bukan sebagai ancaman.

➤ **Spontanitas**

Gaya spontan akan membantu menciptakan suasana mendukung. Orang yang dalam komunikasinya terus terang dan terbuka dalam mengutarakan pikirannya, biasanya bereaksi dengan cara yang sama dan terus terang dan terbuka.

➤ **Provisionalisme**

Bersikap provisionalisme artinya bersikap tentatif dan berpikiran terbuka serta bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah posisi jika keadaan mengharuskan.

d. Sikap Positif

Konselor dapat mengkomunikasikan sikap positif kepada konseli, melalui 2 cara, yaitu, menyatakan sikap positif dan secara positif mendorong konseli. Sikap positif yang dimaksud mengacu pada 2 aspek komunikasi interpersonal. Pertama, komunikasi antarpribadi terbina jika konselor tersebut memiliki sikap positif terhadap diri sendiri. Kedua, perasaan positif untuk situasi komunikasi pada umumnya sangat penting untuk interaksi yang efektif.

Perilaku mendorong menghargai keberadaan dan pentingnya seorang konseli. Dorongan positif umumnya berbentuk pujian atau penghargaan, dan terdiri dari perilaku yang biasanya diharapkan, dinikmati dan dibanggakan. Dorongan yang positif mendukung citra pribadi dan akan membuat konseli merasa lebih baik.

e. Kesetaraan

Komunikasi interpersonal dalam konseling akan lebih efektif apabila suasananya setara. Artinya, walaupun tidak dikomunikasikan secara verbal, tetapi antara konselor dan konseli mempunyai kedudukan yang sama, bernilai dan berharga. Konselor dan konseli masing-masing mempunyai sesuatu yang penting dan bisa disumbangkan. Sebagaimana disebutkan konseling sebagai bagian dari hubungan antarpribadi, maka dalam hubungan tersebut ditandai oleh kesetaraan, Perbedaan pendapat dan konflik harus dilihat sebagai upaya dalam memahami perbedaan, bukan sebagai kesempatan untuk menjatuhkan konseli atau konselor. Kesetaraan dalam proses konseling berarti, konselor menerima konseli atau konseli menerima konselor. Kesetaraan meminta setiap orang untuk memberikan penghargaan positif tidak bersyarat kepada orang lain.

F. KERANGKA KONSEP

Konseling dipahami sebagai proses pemberian bantuan dari konselor kepada konseli, dilakukan melalui wawancara langsung agar konseli mampu merubah sikap dan perilakunya. Proses ini memiliki empat komponen dasar, yaitu konselor sebagai pemberi bantuan, konseli sebagai orang yang membutuhkan bantuan, sistem konseling sebagai langkah, cara, atau model interaksi serta hasil interaksi antara keduanya dalam memasuki sistem tersebut.

Konseling disebut sebagai bentuk komunikasi interpersonal, baik jika ditinjau dari sudut pandang komponen, hubungan diadik dan pengembangan. Dari sudut pandang komponen, konseling menunjukkan adanya penyampaian pesan

oleh konselor maupun konseli, dengan tujuan adanya umpan balik dengan segera. Dari segi hubungan diadik, konseling juga menunjukkan adanya hubungan antardua orang yaitu konselor dan konseli. Dari sudut pengembangan, konseling memperlihatkan adanya pengembangan hubungan dari impersonal menjadi interpersonal, dari hubungan yang dipengaruhi oleh data psikologis, pengetahuan yang menjelaskan dan aturan yang ditetapkan secara personal hingga hubungan interpersonal.

Relationship-enhancement methods yaitu metode peningkatan hubungan yang dikemukakan oleh Arnold P. Goldstein, merumuskan 3 prinsip. Dari prinsip-prinsip tersebut diketahui bahwa semakin hubungan interpersonal, makin terbuka konseli mengungkapkan perasaannya, konseli juga semakin cenderung meneliti perasaannya secara mendalam bersama konselornya, serta konseli semakin cenderung mendengar dan penuh perhatian bertindak atas nasehat yang diberikan oleh konselor. Metode tersebut mengungkap pentingnya aspek hubungan interpersonal dalam konseling.

Penjelasan akan pentingnya meningkatkan hubungan interpersonal dalam konseling, menempatkan kualitas komunikasi interpersonal yang efektif akan difokuskan pada turunan humanistik. Ancangan humanistik dimulai dari kualitas-kualitas umum yang menurut para filsuf dan humanis menentukan terciptanya hubungan antarmanusia yang superior. Ancangan humanistik ini akan melihat hubungan antarpribadi dalam relasi konselor dan konseli yang menyatakan interaksi dan keterlibatan secara tulus dan bermakna untuk menghasilkan

komunikasi yang berkualitas melalui aspek-aspeknya, yakni kesetaraan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesetaraan dalam proses konseling.

Konseling sebagai bentuk komunikasi interpersonal merupakan sebuah proses transaksional, yaitu konseling sebagai proses, komponen-komponennya saling terkait dan beraksi dan bereaksi secara keseluruhan. Dengan demikian, komunikasi yang efektif dalam proses konseling akan dilihat sebagai satu kesatuan yang utuh dari segi proses, komponen dan komunikatornya. Proses tersebut juga melalui fase-fase sehingga utuh sebagai proses konseling. Komunikasi interpersonal yang efektif dalam proses konseling, secara terperinci dapat dilihat dalam fase-fase tersebut. Fase-fase tersebut adalah:

1. Fase Keterlibatan

Sebelum memasuki proses konseling, konseli harus melibatkan diri dalam setiap proses yang akan dijalani. Keterlibatan konseli sangatlah penting karena hal itu merupakan tujuan utama konseling pada tahap awal. Salah satu kesulitan yang timbul dalam fase ini adalah tipe konseli yang sulit untuk melibatkan diri dalam proses konseling secara penuh. Hal inilah yang perlu diasiasi oleh konselor, karena sangat penting dalam proses penggalan masalah. Disinilah konselor perlu menciptakan suasana komunikasi yang efektif, melalui komunikasi verbal yang bersifat dukungan, memberi informasi ataupun secara non verbal melalui kontak mata dan sikap yang bersahabat. Selain itu, fase yang memicu keterlibatan konseli adalah desain ruangan

konseling yang dianggap nyaman oleh konseli. Hal tersebut tentu saja akan mempengaruhi kesiapan konseli memasuki proses konseling.

2. Fase Penggalian

Dalam fase ini konseli dituntut untuk membuka diri. Dengan demikian konselor dapat membimbingnya dengan keterampilan dalam memberikan respon/tanggapan khusus terhadap konseli. Keterlibatan konseli juga dapat diperoleh dengan memberikan respon terhadap isi pesan dan ekspresi konseli. Konselor yang efektif mampu menunjukkan kepada konseli bahwa konselor tersebut hadir bersama konseliya, serta menjadi pendengar sekaligus memberikan tanggapan terhadap pesan dan ekspresi konseli.

3. Fase Pemahaman

Dalam tahapan ini konseli dituntut untuk memahami posisinya sekarang, berkaitan dengan hendak dibawa kemana hidupnya. Pemahaman diri konseli berarti konseli mengakui dan menerima makna pribadi, masalah-masalah pribadinya, perasaan dan tujuannya. Pemahaman tersebut menggerakkan konseli pada suatu kesadaran tentang kemampuan dirinya sendiri untuk mengontrol dan bertanggung jawab atas seluruh masalah yang ada dalam hidupnya. Disini diperlukan kemampuan seorang konselor untuk bisa memahami pribadi seorang konseli.

4. Fase Tindakan

Dalam fase ini, konselor dituntut untuk mengambil tindakan yang tepat. Permasalahan yang kerap terjadi dalam fase ini adalah bahwa konseli kebingungan dan banyak bergantung pada konselor. Dengan itu, konselor harus mampu menyesuaikan ketergantungan demikian. Membimbing bisa diwujudkan dengan mendefinisikan tindakan yang tepat dalam pengembangan dan pemecahan masalah. Konselor membimbing konseli menggali beberapa alternatif untuk mencapai tujuannya. Konselor juga dapat membimbing konseli dengan membuat identifikasi, defenisi, prioritas tertentu terhadap nilai-nilai pribadi yang relevan dengan tujuan yang dirumuskan.

Sebagai bentuk dari komunikasi interpersonal, maka proses konseling tidak luput dari kegiatan berkomunikasi interpersonal yang efektif. Pendekatan komunikasi interpersonal yang efektif dalam proses konseling dapat dilihat dari:

1. Keterbukaan

Keterbukaan merupakan bentuk komunikasi, dimana seseorang bersedia untuk mengungkap diri, dimana informasi yang biasanya disimpan, diungkapkan kepada orang lain. Dalam proses konseling, konselor mempertahankan pembukaan diri konseli melalui cara berikut:

- Praktekkan keterampilan mendengarkan secara efektif, yakni konselor harus mendengarkan penuh perhatian, empati dan dengan pikiran terbuka.
- Mendukung pembicara, yakni menunjukkan sikap mendukung terhadap konseli. Berkonsentrasi terhadap pengertian dan melakukan sikap empatik.

Dalam hal ini, tidak perlu membuat evaluasi, tetapi harus mendukung yang bisa diwujudkan dalam perilaku verbal dan nonverbal.

- Memperkuat *self disclosure*, yakni, konselor harus bisa memperkuat perilaku pembukaan diri tersebut. Salah satu caranya adalah dengan mempertahankan kontak mata, ketika konseli bicara.
- Menjaga kerahasiaan, yakni sebisa mungkin meyakinkan konseli, bahwa konselor yang bersangkutan bisa menjaga rahasia.
- Jangan mempergunakan pembukaan diri tersebut sebagai senjata untuk melawannya.

2. Empati

Sikap empatik dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk turut merasakan apa yang dialami oleh orang lain. Sikap empatik konselor dapat ditunjukkan lewat pesan verbal dan nonverbal. Secara nonverbal, empatik tersebut diwujudkan melalui ekspresi wajah dan gerak-geriknya, juga melalui konsentrasi terpusat melalui kontak mata, postur tubuh yang penuh perhatian dan kedekatan fisik, serta sentuhan dan belaian sebatasnya. Secara verbal, empatik tersebut diwujudkan melalui:

1. Merefleksi balik perasaan konseli.
2. Mengkomunikasikan pernyataan tentatif kepada konseli. Misalnya, "saya mendapat kesan bahwa anda marah kepada ayah anda".
3. Konselor mempertanyakan pesan yang berbaur, dimana pesan verbal dan nonverbalnya bertentangan.

4. Konselor melakukan pengungkapan diri yang berkaitan dengan peristiwa yang dirasakan oleh konseli.

3. Sikap Mendukung

Komunikasi yang terbuka dan empatik dalam proses konseling perlu juga diperkuat dengan suasana yang mendukung. Jika konseli dalam suatu proses konseling, merasa bahwa apa yang diungkapkan mendapat kritikan, diserang, maka otomatis konseli akan segan untuk melanjutkan sikap terbukanya dan enggan membuka dirinya. Sikap mendukung tersebut dapat diwujudkan dalam suasana berikut ini:

- Suasana yang deskriptif bukan evaluatif, yakni suasana akan membawa arah komunikasi konselor dan konseli sebagai permintaan informasi suatu kejadian, bukan sebagai ancaman.
- Gaya spontan juga akan membantu menciptakan suasana mendukung. Orang yang dalam komunikasinya terus terang dan terbuka dalam mengutarakan pikirannya, biasanya bereaksi dengan cara yang sama dan terus terang dan terbuka.
- Bersikap provisionalisme artinya bersikap tentatif dan berpikiran terbuka serta bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah posisi jika keadaan mengharuskan.

4. Sikap Positif

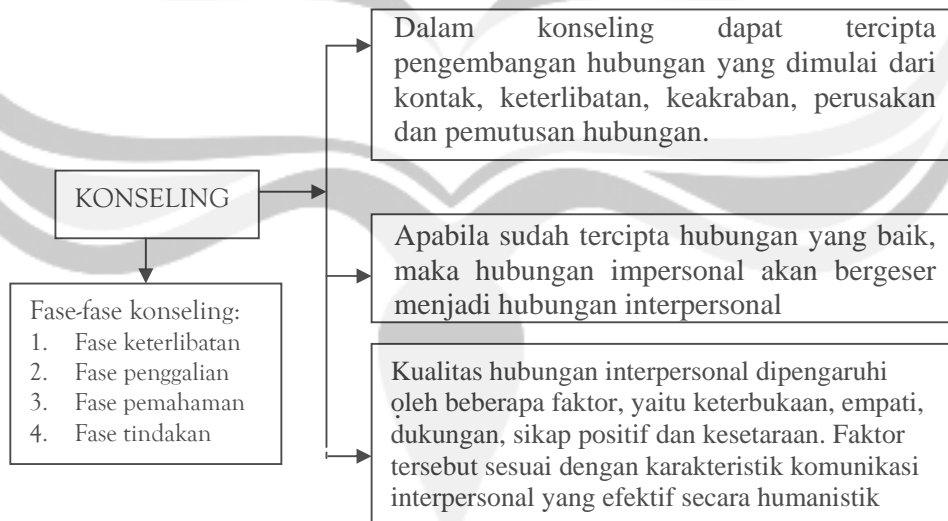
Perilaku mendorong menghargai keberadaan dan pentingnya seorang konseli. Dorongan positif umumnya berbentuk pujian atau penghargaan, dan terdiri dari perilaku yang biasanya diharapkan, dinikmati dan dibanggakan.

Dorongan yang positif mendukung citra pribadi dan akan membuat konseli merasa lebih baik. Sikap positif juga mengacu pada 2 aspek komunikasi interpersonal. Pertama, komunikasi antarpribadi terbina jika konselor tersebut memiliki sikap positif terhadap diri sendiri. Kedua, perasaan positif untuk situasi komunikasi pada umumnya sangat penting untuk interaksi yang efektif.

5. Kesetaraan

Komunikasi interpersonal dalam konseling akan lebih efektif apabila suasananya setara. Kesetaraan tersebut tidak dikomunikasikan secara verbal, tetapi antara konselor dan konseli mempunyai kedudukan yang sama dan saling memberi penghargaan positif satu sama lain. Kesetaraan melihat perbedaan pendapat sebagai upaya dalam memahami perbedaan bukan upaya untuk menjatuhkan orang lain.

Skema 1. Karakteristik Komunikasi Interpersonal dalam Konseling



G. METODOLOGI PENELITIAN

1. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Badgon dan Taylor (1999: 30) menjelaskan metode kualitatif adalah prosedur riset yang menghasilkan data kualitatif, berupa ungkapan hati, sikap, tingkah laku dan pendekatan yang mengarah pada keadaan dan individu-individu secara holistik. Sebagaimana disebutkan Bodgan dan Taylor (1999: 30), metode ini dipergunakan dengan berbagai pertimbangan:

1. Menyesuaikan metode kualitatif lebih mudah apabila berhadapan dengan kenyataan ganda.
2. Metode ini menyajikan secara langsung hakikat hubungan antara peneliti dan responden.
3. Metode ini lebih peka dan lebih dapat menyesuaikan diri dan banyak penajaman pengaruh tertentu terhadap pola-pola nilai yang dihadapi.

Menurut Mc Franken (Branner, 1997: 11) dalam penelitian kualitatif, peneliti harus menggunakan diri sebagai instrumen, mengikuti asumsi-asumsi kultural sekaligus mengikuti data. Dalam berupaya mencapai wawasan imajinatif ke dalam dunia sosial responden, peneliti diharapkan fleksibel dan reflektif, tetapi tetap tidak mengambil jarak. Data penelitian kualitatif berasal dari wawancara, catatan lapangan, foto, *videotape*, dokumen pribadi, catatan dan dokumen resmi lainnya (Moleong, 1992: 6).

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Penelitian semacam ini berusaha untuk menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang berdasarkan data-data, menyajikan data, menganalisis dan menginterpretasi (Narbuko dan Achmad, 2002: 44). Disini, peneliti deskriptif ditempatkan sebagai pengamat atas dasar adanya suatu peristiwa atau gejala yang menarik perhatian (Nawawi dan Martini, 1994: 73). Rakhmat (1984: 25) memaparkan bahwa penelitian deskriptif tidak mencari atau menjelaskan hubungan variabel, tidak menguji hipotesis atau membuat prediksi, tetapi penelitian deskriptif ditujukan untuk: (1) mengumpulkan informasi aktual secara rinci dan melukiskan gejala yang ada, (2) mengidentifikasi masalah atau memeriksa kondisi atau praktek-praktek yang berlaku, (3) membuat perbandingan atau evaluasi, (4) menentukan apa yang dilakukan orang lain dalam menghadapi masalah yang sama dan belajar dari pengalaman mereka untuk menetapkan rencana dan keputusan pada waktu yang akan datang.

3. Jenis Data

1. Data primer, yakni data yang diperoleh dari sumber primer, yakni konselor dan konseli pada Klinik VCT Griya Lentera PKBI Yogyakarta.
2. Data sekunder, yakni data yang diperoleh dari kepustakaan, literatur, dokumen, arsip, rekaman proses, berbagai dokumentasi serta *rules play* konseling lembaga yang mendukung penelitian.

a. Sumber Data

1. Data primer; data yang didapatkan langsung dari sumbernya (Subagyio, 1991: 89). Sumber data primer dalam penelitian ini adalah konselor dan konseli pada Divisi VCT Griya Lentera di Program Klinik PKBI Yogyakarta.

Sumber data dimaksud adalah konselor dan konseli pelaku konseling yang sama. Artinya, informan sebagai sumber data adalah pasangan (konselor dan konseli) dalam sebuah proses konseling.

2. Data sekunder; data yang diperoleh dari kepustakaan, literatur, dokumen atau arsip yang mendukung data penelitian.

b. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Wawancara mendalam; Wawancara mendalam (*In-depth interviewing*) adalah mengumpulkan data dengan cara tanya jawab antara peneliti dengan informan kunci. Nazir (235: 1983) menyebutkan bahwa wawancara merupakan proses interaksi antara pewawancara dan responden. Teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur, dimana pewawancara menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan yang diajukan (membuat *interview guide*).
2. Studi Pustaka; yaitu mengumpulkan data sekunder yang dapat mendukung penelitian, yaitu rules play konseling Griya Lentera.

c. Teknik Analisa Data

Analisa data adalah suatu proses mengorganisasikan dan mengumpulkan data dalam pola, kategori, dan satuan ucapan sehingga dapat ditemukan tema analisis data dilakukan dengan cara mengatur, mengurutkan, mengelompokkan, memberi kode dan mengkategorikan (Moleong, 1991: 103).

Penelitian ini disajikan dalam bentuk deskripsi analisis. Analisa data dilakukan secara analisa kualitatif dengan tujuan berusaha menerangkan dalam bentuk uraian, sehingga data tersebut tidak dalam bentuk angka-angka melainkan berbentuk suatu penjelasan yang menggambarkan keadaan dan proses peristiwa tertentu (Subagyio, 1991: 94). Setelah proses analisa data selesai, proses selanjutnya adalah menarik kesimpulan.