
PENGEMBANGAN KONSELING SEBAYA BERBASIS KEPESANTRENAN UNTUK MENINGKATKAN *SELF DISCLOSURE* MAHASISWA BKI STAI ATTANWIR BOJONEGORO

Evi Maslukhah¹⁾, Indah Fajrotuz Zahro²⁾

Sekolah Tinggi Agama Islam Attanwir Bojonegoro

¹⁾evimaslukhah1904@gmail.com, ²⁾indahfajrotuzzahro@gmail.com

Abstrak. *Self disclosure* merupakan salah satu hal yang penting dalam suatu interaksi dengan orang lain khususnya mahasiswa, dimana mahasiswa memiliki tanggung jawab sosial terhadap masyarakat. Usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa adalah dengan dilakukannya konseling sebaya, sebab masa perkembangan sosial pada masa remaja, umumnya lebih banyak melibatkan kelompok sebayanya dibanding dengan orang tuanya. Tujuan dalam penelitian ini adalah mengembangkan dan mendeskripsikan kelayakan model layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan guna meningkatkan *self disclosure* bagi mahasiswa. Jenis penelitian ini merupakan penelitian pengembangan atau *Research and Development* (R&D) dengan menggunakan model pengembangan ADDIE dengan langkah *analysis, design, development, implementation, dan evaluation*. Hasil uji validitas ahli dianalisis menggunakan prosentase, sedangkan uji keefektifan dianalisis menggunakan *mann whitney U test* dibantu IBM SPSS 22.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa modul konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa dinyatakan sangat layak, hal ini diketahui berdasarkan prosentase penilaian tiga ahli sebesar 83% sebelum revisi, dan setelah direvisi terjadi kenaikan hasil prosentase sebesar 100%. Nilai U yang diperoleh pada tabel sebesar 11,5 dan nilai W sejumlah 66,5, apabila nilai tersebut dikonversikan ke nilai Z maka hasil yang didapat adalah -2,924. Nilai sig atau P value sebesar $0,002 < 0,05$. Apabila nilai P value lebih rendah dari batas kritis 0,05 maka berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*.

Kata kunci : Konseling Sebaya, Kepesantrenan, *Self Disclosure*.

Abstract. *Self-disclosure is one of the crucial elements in interactions with others, especially among students, as students have a social responsibility to society. An effort that can be made to enhance students' self-disclosure is through peer counseling, given that the social development phase during adolescence generally involves peer groups more than their parents. The aim of this research is to develop and describe the feasibility of a peer counseling service model based on Islamic boarding school principles to enhance self-disclosure among students. This type of research is a development study or Research and Development (R&D) utilizing the ADDIE development model with the steps of analysis, design, development, implementation, and evaluation. The results of expert validation were analyzed using percentages, while the effectiveness test was analyzed using the Mann-Whitney U test with the assistance of IBM SPSS 22.0. The research findings indicate that the peer counseling module based on Islamic boarding school principles for enhancing students' self-*

disclosure is deemed highly suitable. This is evident from the percentage ratings of three experts, which were 83% before the revision, and after the revision, there was a 100% increase in the percentage. The U value obtained in the table is 11.5, and the W value is 66.5. When these values are converted to a Z-score, the result is -2.924. The sig value or P-value is 0.002, which is less than 0.05. If the P-value is lower than the critical threshold of 0.05, it can be concluded based on these results that there is a significant difference between the pre-test and post-test scores).

Keywords: Peer Counseling, Islamic Boarding School Principles, Self Disclosure.

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang sedang mengenyam pendidikan di Perguruan Tinggi untuk mengembangkan diri secara akademik dan profesional, yang mana mahasiswa memiliki tanggung jawab sosial dalam masyarakat untuk berkontribusi. Mahasiswa dalam kontribusinya terhadap masyarakat tentu harus memiliki keterampilan sosial yang baik salah satunya adalah *self disclosure*.

Menurut Barker dan Gaut (dalam Gainau), *self disclosure* adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengungkapkan informasi kepada orang lain yang mencakup gagasan, pandangan, harapan, afeksi ataupun perhatian.¹ Keterbukaan diri (*self disclosure*) merupakan salah satu hal yang penting dalam suatu interaksi dengan orang lain khususnya mahasiswa, dimana mahasiswa memiliki tanggung jawab sosial terhadap masyarakat. Namun, tidak semua mahasiswa mampu memiliki keterampilan tersebut.

Keterampilan *self disclosure* yang baik dapat membuat komunikasi yang efektif antara mahasiswa dan masyarakat. Ketika mahasiswa mampu berbicara tentang pandangan, aspirasi dan ide-ide mereka, itu dapat menjadikan masyarakat untuk lebih terbuka dan responsif terhadap mahasiswa. Sehingga dapat membantu memperkuat ikatan sosial dan memungkinkan mahasiswa untuk lebih baik dalam memahami dan menyikapi kebutuhan masyarakat.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan di STAI Attanwir Bojonegoro pada tanggal 5 Desember 2022 sampai 9 Januari 2023 terdapat beberapa mahasiswa yang cenderung tertutup, pasif ketika sesi pembelajaran perkuliahan ataupun sulit berinteraksi. Rendahnya kemampuan mahasiswa dalam bersosial tersebut dapat diidentifikasi bahwa individu mungkin lebih menyimpan pemikiran dan perasaannya sendiri, sehingga dapat

¹ Maryam. B Gainau, "Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling", Jurnal Ilmiah Widya Warta. Vol. 33, No.1 (2009), dalam <https://core.ac.uk>, (17 Oktober 2022), 04.

mempengaruhi kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang solid dengan sesamanya.

Ketika mahasiswa sulit berinteraksi atau enggan berpartisipasi dalam percakapan atau interaksi sosial, cenderung mengungkapkan sedikit informasi pribadi tentang diri mereka kepada orang lain. Ini menunjukkan kuantitas *self disclosure* atau aspek *amount of self disclosure* pada diri mereka rendah. Akibatnya mahasiswa merasa kesulitan dalam membangun hubungan sosial maupun akademis dan berpengaruh terhadap kesehatan mental mahasiswa. Berdasarkan uraian tersebut, penting mengapa keterampilan *self disclosure* mahasiswa ini perlu ditingkatkan.

Usaha yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa adalah dengan dilakukannya konseling sebaya. Konseling sebaya adalah suatu ragam tingkah laku individu nonprofesional berusaha untuk menolong orang lain secara interpersonal dalam mengatasi permasalahan yang dialami.² Masa perkembangan sosial pada masa remaja, umumnya lebih banyak melibatkan kelompok sebayanya dibanding dengan orang tuanya. Remaja lebih sering menghabiskan waktunya diluar rumah dibanding di dalam rumah. Karenanya konseling sebaya dipandang penting sebab sebagian besar remaja lebih sering membicarakan masalahnya dengan teman sebaya mereka dibanding dengan keluarga, pembimbing atau dosen di Perguruan Tinggi. Hal tersebut terjadi dilatar belakangi oleh remaja yang memiliki komitmen dan kohesi serta ikatan yang sangat kuat terhadap teman sebaya mereka.

Penelitian Nurintan Muliani Harahap pascasarjana UIN Sunan Kalijaga tahun 2018 yang judul “Pengaruh Konseling Kelompok dan Konseling Sebaya Terhadap Sikap Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Remaja di Panti Asuhan Nurul Haq” menunjukkan hasil konseling kelompok dan konseling sebaya memiliki pengaruh positif terhadap sikap *self disclosure* remaja di Panti Asuhan dengan persentase kontribusi 23,0% konseling kelompok, 58,0% konseling sebaya, dan 51,9% bersama-sama yang artinya konseling sebaya dinilai lebih efektif dalam meningkatkan *self disclosure*.³

² Suwarjo, “Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja” (Makalah-FIB UNY, 2008)

³ Nurintan Muliani H, “Pengaruh Konseling Kelompok dan Konseling Sebaya Terhadap Sikap Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Remaja di Panti Asuhan Nurul Haq” (Tesis - Yogyakarta: UIN Sunan Kali Jaga, 2018) dalam <https://digilib.uin-suka.ac.id>, (11 Oktober 2022).

Berdasarkan uraian tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan *self disclosure* merupakan hal yang sangat penting bagi mahasiswa dan upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan *self disclosure* tersebut yaitu dengan dilakukannya layanan konseling sebaya. Merujuk pada modul “Model Konseling Sebaya Pesantren” yang disusun oleh Yuliati Hotifah, yang meliputi tiga hal yaitu pedoman umum *peer helping* (penolong sebaya) berbasis kearifan lokal pesantren, pedoman pelaksanaan *peer helping* berbasis kearifan lokal pesantren, dan modul pelatihan *peer helping*. Peneliti berinovasi untuk memilih judul “Pengembangan Konseling Sebaya Berbasis Kepesantrenan untuk Meningkatkan *Self Disclosure* Mahasiswa BKI STAI Attanwir Bojonegoro”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan model penelitian *research and development* (R & D) yang menghasilkan suatu produk berupa model layanan “Konseling Sebaya Berbasis Kepesantrenan” untuk meningkatkan *self disclosure* pada mahasiswa. Menurut Sugiyono penelitian *research and development* (R & D) didefinisikan sebagai cara ilmiah untuk meneliti, merancang, memproduksi serta menguji kevalidan suatu produk yang telah dihasilkan.⁴

Model yang digunakan dalam penelitian ini adalah model penelitian pengembangan ADDIE. Model ADDIE menurut Robert Maribe Branch terdiri dari lima tahapan yang meliputi *analysis, design, development, implementation, dan evaluation*.

1. Analisis (*analysis*)

Pada tahap awal peneliti melakukan analisis pentingnya pengembangan model layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk mahasiswa. Analisis yang digunakan adalah analisis kebutuhan.

2. Desain (*design*)

Tahap kedua pada model ADDIE adalah tahap desain atau perancangan. Pada tahap ini peneliti mulai merancang layanan konseling yang akan dikembangkan sesuai hasil analisis yang telah dilakukan sebelumnya. Peneliti mengumpulkan aspek-aspek *self disclosure* kemudian dihubungkan dengan konseling sebaya berbasis kepesantrenan.

a. Perencanaan desain produk

⁴ Risa Nur Sa'adah dan Wahyu, *Metode Penelitian R&D (Research and Development)*, (Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2022), 13

Tahap ini peneliti mempersiapkan layanan konseling yang akan dikembangkan sejalan dengan hasil analisis yang telah dilaksanakan sebelumnya. Peneliti menyusun materi dari modul layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan yang mengacu pada modul Yuliati Hotifah “Konseling Sebaya Pesantren” untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa.

b. Menyusun instrumen penilaian produk

Instrumen disusun guna mengetahui nilai pada model layanan konseling. Penilaian ini akan diberikan kepada ahli bahasa, ahli bimbingan dan konseling, serta ahli kepesantrenan juga pada mahasiswa BKI STAI Attanwir Bojonegoro.

3. Pengembangan (*development*)

Tahap pengembangan merupakan tahap realisasi produk. Tahap pengembangan ini yang dilakukan peneliti adalah: (1) Pembuatan produk, (2) Validasi ahli, dan (3) Revisi.

a. Pembuatan Produk

Pembuatan produk pada penelitian dan pengembangan ini berupa modul model layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa. Modul ini terdiri dari tiga bab yaitu pendahuluan, *self disclosure* dan pedoman pelaksanaan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa.

b. Validasi Ahli

Ketika produk yang disusun telah selesai, langkah selanjutnya adalah ahli bahasa, ahli bimbingan dan konseling dan ahli kepesantrenan memberikan validasi dan saran untuk mengoptimalkan modul layanan melalui skala validasi produk.

c. Revisi

Pembuatan produk dan proses validasi ahli selesai, selanjutnya adalah revisi produk yang telah dihasilkan berdasarkan saran-saran yang telah diperoleh dari validator ahli, agar produk yang dihasilkan lebih efektif dan efisien dalam meningkatkan *self disclosure* mahasiswa.

4. Implementasi (*implementation*)

a. Tahap implementasi ini adalah tahap dimana peneliti melakukan uji coba hasil dari produk yang dikembangkan. Produk akan diuji cobakan secara terbatas pada Perguruan Tinggi yang dijadikan sebagai tempat penelitian yaitu kepada 10

mahasiswa BKI STAI Attanwir yang bermukim di pesma STAI Attanwir, dan pada tahap ini mereka juga diberikan skala *self disclosure* untuk mengetahui tingkat keterampilannya.

b. Revisi II

Tahap selanjutnya adalah melaksanakan revisi berdasarkan kendala yang ditemukan saat pelaksanaan uji coba.

5. Evaluasi (*evaluation*)

Hal yang dilakukan peneliti dalam tahap ini adalah evaluasi terhadap produk yang telah diuji coba. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana kelayakan produk dan peningkatan kemampuan *self disclosure* mahasiswa sebelum dan setelah dilakukan treatment. Cara untuk mengetahuinya adalah sebagai berikut:

a. Membandingkan antara hasil skor *pre-test* dan *post-test*

Skor *pre-test* dan *post-test* didapat berdasarkan hasil rekapitulasi pengisian skala *self disclosure* sebelum dan setelah dilakukannya uji coba. Jika skor *post-test* lebih tinggi dibandingkan skor *pre-test*, maka produk model layanan konseling ini dinilai efektif untuk digunakan meningkatkan keterampilan *self disclosure* mahasiswa. Apabila skor yang didapatkan justru sebaliknya maka produk perlu dilakukan revisi ulang.

b. Melakukan observasi akhir mengenai peningkatan keterampilan *self disclosure* mahasiswa BKI STAI Attanwir setelah dilaksanakannya uji coba.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Terdapat tiga ahli dalam pengujian produk yaitu, ahli bahasa, ahli BK, dan ahli kepesantrenan yang mana dalam masing-masing terdapat dua atau tiga validator ahli. Berdasarkan hasil keenam validator uji skala ahli, diperoleh hasil nilai 16 dari 24 item ahli bahasa, 27 dari 30 item ahli bk, dan 19 dari 21 ahli kepesantrenan. Hasil perhitungan yang diperoleh setelah revisi, dapat diinterpretasikan berdasarkan kriteria kelayakan produk menunjukkan bahwa produk sangat layak. Dari hasil prosentase yang mendapat nilai 83% terjadi peningkatan setelah adanya revisi yaitu menjadi 100%.

Instrumen dalam penelitian ini berupa skala *self disclosure* yang terdiri dari 30 butir pernyataan, dengan 4 alternatif pilihan jawaban. Skala diuji cobakan kepada 26 responden

yang merupakan mahasiswa pesma luar prodi BKI STAI Bojonegoro. Data tersebut kemudian dianalisis menggunakan rumus korelasi *product moment* dengan bantuan aplikasi IBM SPSS 22.0. Perolehan hasil uji validaitas pada penelitian dan pengembangan ini adalah nilai koefisien korelasi hitung atau hitung r dibandingkan dengan nilai tabel r , jika dihitung kriterianya nilai hitung r lebih besar ($>$) dari nilai tabel r , maka item instrumen dinyatakan valid. Begitu juga sebaliknya, apabila nilai hitung r lebih kecil ($<$) dari nilai tabel r , maka item instrumen dinyatakan tidak valid. Nilai tabel r diperoleh dari $n - 2$ dengan taraf signifikansi sebesar 5%, dan mendapat nilai 0,3882. Diketahui bahwa terdapat sejumlah 22 item dinyatakan valid, dan 8 item dinyatakan tidak valid.

Uji reliabilitas merupakan langkah yang ditempuh setelah instrumen selesai diuji validitas. Instrumen sejumlah 22 item akan diuji reliabilitas menggunakan *alpha cronbach* yang dibantu aplikasi IBM SPSS 22.0. Hasil uji reliabilitas yang di dapat senilai 0,907 yang dapat diinterpretasikan berdasarkan kriteria reliabilitas masuk dalam kategori sangat tinggi.

Uji analisis data pada penelitian dan pengembangan ini dilakukan kepada 10 mahasiswa subjek coba, proses uji analisis data menggunakan rumus *mann whitney U test* melalui aplikasi IBM SPSS 22.0. Hasil uji analisis data yang diperoleh adalah mean rank atau rata-rata peringkat hasil *pre-test* dan *post-test* adalah *pre-test* (tahap 1) rerata peringkatnya 6,65 lebih rendah daripada rerata peringkat *post-test* (tahap 2), yaitu 14,35.

Nilai U yang diperoleh pada tabel sebesar 11,5 dan nilai W sejumlah 66,5, apabila nilai tersebut dikonversikan ke nilai Z maka hasil yang didapat adalah -2,924. Nilai sig atau P value sebesar $0,002 < 0,05$. Apabila nilai P value lebih rendah dari batas kritis 0,05 maka berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Artinya dari hasil *pre-test* diketahui mendapat nilai total sebesar 530, dan setelah diberikan *treatment* konseling sebaya terjadi peningkatan. Hal ini dapat diketahui dari hasil *post-test* yang berikan peneliti kepada subjek coba, skor *post-test* tersebut yaitu 695.

PENUTUP

Simpulan

Produk layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa pada penelitian dan pengembangan ini telah divalidasi oleh tiga ahli bahasa dengan enam validator, yaitu ahli bahasa, ahli BK/psikologi, dan ahli kepesantrenan. Selain dilakukan uji validasi ahli bahasa, produk pengembangan ini juga telah dilakukan uji coba sebanyak tiga kali, antara lain uji coba perorangan, uji coba kelompok kecil, dan uji coba lapangan.

Produk pengembangan dalam penelitian dan pengembangan ini juga telah dilakukan revisi berdasarkan saran-saran yang didapat dari validator ahli dan subjek coba. Keefektifan produk layanan dapat diketahui melalui skala *self disclosure* yang diberikan kepada subjek coba, setelah melalui tahap uji validitas dan uji reliabilitas. Berdasarkan uji validitas dari 30 item diperoleh 22 item yang valid dan 8 yang gugur dengan nilai reliabilitas 0.907, jika diinterpretasikan kedalam kriteria reliabilitas nilai reliabilitas yang didapat sangat tinggi.

Nilai U dalam penelitian dan pengembangan ini sebesar 11,5 dan nilai W sejumlah 66,5, apabila nilai tersebut dikonversikan ke nilai Z maka hasil yang didapat adalah -2,924. Nilai sig atau P value sebesar $0,002 < 0,05$, yang dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Artinya dari hasil *pre-test* diketahui mendapat nilai total sebesar 530, dan setelah diberikan *treatment* konseling sebaya terjadi peningkatan. Hal ini dapat diketahui dari hasil *post-test* yang berikan peneliti kepada subjek coba, skor *post-test* tersebut yaitu 695.

Produk model layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa berbentuk modul, dengan tiga bab pembahasan. Tiga bab tersebut meliputi, bab pendahuluan yang membahas mengenai definisi konseling sebaya berbasis kepesantrenan. Bab kedua *self disclosure*, bab ini berisi tentang pemahaman materi *self disclosure*. Ketiga adalah pedoman, pada bab ketiga peneliti menjelaskan serta memberikan contoh penerapan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa produk layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa ini efektif dalam meningkatkan *self disclosure* mahasiswa.

Saran

Berdasarkan hasil produk model layanan yang telah dikembangkan, diharapkan dapat dijadikan referensi sebagai media untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa. Adapun saran-saran dari peneliti diantaranya adalah:

1. Bagi mahasiswa, peneliti berharap mahasiswa dapat memanfaatkan modul layanan dengan sebaik mungkin agar menambah pengetahuan tentang cara untuk meningkatkan *self disclosure* yang dimiliki oleh mahasiswa.
2. Bagi konselor, diharapkan modul layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa dapat dijadikan sebagai salah satu rujukan dalam kegiatan bimbingan dan konseling.
3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan materi konseling sebaya berbasis kepesantrenan untuk meningkatkan *self disclosure* mahasiswa mampu dikembangkan lagi sesuai nilai-nilai yang ada di pesantren. Memperbanyak gambar-gambar yang relevan agar produk modul dapat terlihat lebih menarik dan mudah dipahami. Memberikan lebih banyak contoh-contoh kasus yang ada dalam kehidupan sehari-hari.
4. Bagi Pesantren Mahasiswa, diharapkan modul layanan konseling sebaya berbasis kepesantrenan dapat dijadikan referensi untuk meningkatkan *self disclosure* para santri.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitria, Ajeng. *Self Disclosure dan Stres Pada Mahasiswa*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2016.
- Gainau, Maryam. B. "Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling". *Jurnal Ilmiah Widya Warta*. Vol. 33, No.1. (2009). Accessed Oktober 17, 2022. <https://core.ac.uk>.
- Hotifah, Yuliati. *Model Konseling Sebaya Pesantren*. Malang: Universitas Negeri Malang, 2018.
- Muliani H, Nurintan. "Pengaruh Konseling Kelompok dan Konseling Sebaya Terhadap Sikap Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Remaja di Panti Asuhan Nurul Haq". Tesis. Yogyakarta: UIN Sunan Kali Jaga, 2009. Accessed Oktober 11, 2022. <https://digilib.uin-suka.ac.id>.
- Sa'adah, Risa Nur dan Wahyu. *Metode Penelitian R&D (Research and Development)*. Malang: Literasi Nusantara Abadi, 2022.
- Suwarjo. *Pedoman Konseling Sebaya untuk Pengembangan Resiliensi*. Makalah disajikan Seminar Pengembangan Ilmu Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, 2008.
- Astuti, Shofi Puji. "Efektivitas Konseling Sebaya (Peer Counseing) dalam Menuntaskan Masalah Siswa". *Jurnal Psikologi Islam*, 2019. Accessed November 01, 2022. <http://e-journal.iainsaltiga.ac.id>.
- Mujiono dan Dicky Dwi Prakoso. "Paradigma Integrasi-Interkoneksi dalam Ilmu Kepesantrenan". *Jurnal Ad-Da'wah*, Vol. 19 No. 02, 2021. Accessed Mei 09, 2023. <http://iprija.ac.id>.
- Rakhmat, Jalaludin. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya, 2004.