

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING UNTUK MEREDUKSI PERILAKU MEMBOLOS
PESERTA DIDIK KELAS X SMK NEGERI 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi Syarat-syarat
Mendapat gelar sarjana dalam Ilmu Bimbingan Konseling

Oleh
DIMAS ARDIANTIARNO
NPM: 1211080136
Jurusan: **Bimbingan Konseling**
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN
LAMPUNG
Dosen Pembimbing

Pembimbing 1: Dr. Oki Dermawan, M.Pd
Pembimbing 2: Defriyanto, S. IQ, M.Ed



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1439 H/2018 M**

ABSTRAK

Pergi ke sekolah bagi remaja merupakan suatu hak dan sekaligus kewajiban sebagai sarana mengenyam pendidikan dalam rangka meningkatkan kehidupan yang lebih baik. Namun kenyataan banyak peserta didik yang enggan melakukan tanpa alasan yang dapat dipertanggung jawabkan dan akhirnya banyak yang memilih untuk membolos. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. Bentuk penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy-eksperimental* dengan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Hal ini karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol dan desain ini terdapat *pretest* sebelum dan *posttest* sesudah diberikan perlakuan. Subjek penelitian ini berjumlah 7 orang peserta didik yang memiliki jumlah frekuensi membolos paling banyak di kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung. Berdasarkan hasil uji *t-paired sample* pada data *pre-test* dan *post-test* terhadap layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* secara keseluruhan untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik didapat hasil perhitungan pengujian $t_{hitung} = 30.298$ pada derajat kebebasan (*df*) 6 kemudian dibandingkan dengan $t_{tabel} = 2.247$, maka $t_{hitung} \geq t_{tabel}$, serta nilai *sig.(2-tailed)* lebih kecil dari nilai kritik 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti konseling kelompok dengan teknik *assertive training* secara keseluruhan efektif untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, *Assertive Training*, Perilaku Membolos

MOTTO

(139) وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: Dan janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang beriman. (QS AL- Imran: 139)¹

¹ Departemen Agama RI, *AL-Qur'an dan terjemahannya*, depag RI pusat, Jakarta, 1987, h.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil 'alamin atas selesainya penulisan skripsi ini.

Skripsi ini kupersembahkan untuk :

1. Ayah dan Ibuku tercinta, Bapak Tulus Budi Riyatno dan Ibu Mas Ani Terima Kasih atas nasehat, kasih sayang, pengorbanan dan dorongan untuk menyelesaikan karya ini. Semoga karya ini dapat menjadi salah satu wujud bakti dan rasa ungkapan rasa terima kasih yang tak terhingga.
2. Kakak dan adikku tersayang Nadia Ismalia dan Trisha Widia Murti, yang senantiasa memberikan semangat dan untaian do'a sehingga memberikan kekuatan dan kesabaran dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Almamaterku tercinta UIN RADEN INTAN LAMPUNG

RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 16 Desember 1993 di Desa Bandar Jaya Barat, kecamatan Terbanggi Besar, Kabupaten Lampung Tengah, Provinsi Lampung. Penulis adalah anak ke 2 dari 3 bersaudara dari bapak Tulus Budi Riyatno dan Ibu Mas Ani. Penulis menempuh pendidikan formal: SD Kristen 3 Terbanggi Besar dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2006; SMP Kristen 2 Terbanggi Besar dari tahun 2006 sampai dengan 2009; kemudian melanjutkan ke MAN 1 Negeri Poncowati dari tahun 2009 sampai dengan 2012.

Pada tahun 2012, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Tarbiyah, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Raden Intan Lampung yang sekarang menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) melalui Jalur seleksi penerimaan Mahasiswa Baru (UN-PTAIN) Raden Intan Lampung Tahun Ajaran 2012.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERESEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBARx.....	vi

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
G. Kerangka Berfikir.....	9

BAB II LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok.....	10
1. Pengertian Konseling	10
2. Pengertian Konseling Kelompok	11
3. Tujuan Konseling Kelompok	12
4. Manfaat Konseling Kelompok	15
5. Komponen Layanan Konseling Kelompok.....	23
B. Teknik Assertive Training.....	20
1. Pengertian Teknik Assertive Training	20

2. Langkah-langkah Assertive Training.....	22
3. Perilaku Asertif	24
4. Prinsip Assertive Training.....	28
5. DasarTeori Assertive Training.....	29
6. Tujuan Assertive Training.....	30
7. Tahap-tahap Assertive Training.....	32
C. Perilaku Membolos.....	34
1. Pengertian PerilakuMembolos	34
2. GejalaPerilakuMembolos.....	35
3. PembentukanPerilakuMembolos.....	35
4. UpayaMereduksiPerilakuMembolosdengan KonselingKelompok	36
D. KerangkaBerfikir.....	37
E. Hipotesis.....	39

BAB III METODE PENELITIAN

A. DesainPenelitian.....	40
B. TempatdanWaktuPenelitian	40
C. SubyekPenelitian.....	41
D. Variable Peneltian	42
E. DefinisiOperasionalVariabel.....	42
F. InstrumenPenelitian.....	43
G. Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen.....	44
H. Teknik Pegumpulan Data	46
I. Prosedur Penelitian.....	47
J. Analisis Data	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Perilaku Membolos Sebelum Memperoleh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training.....	53
B. Gambaran Perilaku Membolos Setelah Memperoleh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training.....	56
C. Uji Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training untuk Mereduksi Perilaku Membolos Secara Keseluruhan	60
D. Uji Efektifitas Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training untuk Mereduksi Perilaku Membolos Tias Aspek	63

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	67
B. Saran	68

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Hasil <i>Pre-Test</i> Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	53
Tabel 2	Hasil Pre-Test Tiap Aspek Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos.....	55
Tabel 3	Hasil Post-Test Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	57
Tabel 4	Hasil Post-Test Tiap Aspek Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	58
Tabel 5	Perbedaan Perilaku Membolos Sebelum dan Sesudah mengikuti Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Keseluruhan Aspek	61
Tabel 6	Perbandingan Perilaku Membolos Sebelum dan Sesudah mengikuti Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Setiap Aspek	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Efektifitas Layanan Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Mereduksi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun ajaran 2017/2018.....	8
Gambar 2	Hasil <i>Pre-Test</i> Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	54
Gambar 3	Hasil <i>Pre-Test</i> Tiap Aspek Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	56
Gambar 4	Hasil <i>Post-Test</i> Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	57
Gambar 5	Hasil <i>Post-Test</i> Tiap Aspek Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos	59
Gambar 6	<i>Output</i> SPSS Uji <i>t Paired Sample Test</i> Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos Secara Keseluruhan	60
Gambar 7	Perbedaan Perilaku Membolos Sebelum dan Sesudah mengikuti Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Keseluruhan Aspek	62
Gambar 8	<i>Output</i> SPSS Uji <i>t Paired Sample Test</i> Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Mereduksi Perilaku Membolos setiap aspek penilaian	65

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam proses pendidikan di sekolah, belajar merupakan yang paling pokok. Hal ini berarti berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik. Apabila peserta didik tidak memiliki motivasi dalam belajar maka hasil belajar yang diperoleh tidak akan bisa optimal.

Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Belajar dimulai sejak manusia lahir sampai akhir hayat. Kemampuan manusia untuk belajar merupakan karakteristik penting yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya. Belajar mempunyai keuntungan, baik bagi peserta didik maupun bagi masyarakat. Bagi peserta didik, kemampuan untuk belajar secara terus menerus akan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kualitas hidupnya. Sedangkan bagi masyarakat, belajar mempunyai peran yang penting dalam mentransmisi budaya dan pengetahuan dari generasi ke generasi. Belajar merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan perubahan dalam dirinya melalui pelatihan-pelatihan atau pengalaman-pengalaman.

Keberadaan konselor dalam sistem pendidikan nasional yang dinyatakan sebagai salah satu kualifikasi pendidik, sejajar dengan kualifikasi guru, dosen, pamong belajar, fasilitator dan instruktur (UU No. 20 Tahun Pasal 1 Ayat 6).

Masing-masing kualifikasi pendidik, termasuk konselor, memiliki keunikan konteks tugas dan ekspektasi kinerja.²

Standar kualifikasi akademik dan kompetensi konselor dikembangkan dan dirumuskan atas dasar kerangka pikir yang menegaskan konteks tugas dan ekspektasi kinerja konselor. Berdasarkan Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 pasal 3 dinyatakan pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.³

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu bidang kegiatan yang tidak bisa lepas dari dunia pendidikan. Bidang pembinaan peserta didik (bimbingan dan konseling) melaksanakan program pemberian bantuan kepada peserta didik dalam mencapai tujuan-tujuan perkembangannya yang meliputi aspek pribadi-sosial, belajar (akademik), dan karir.

Dalam hal ini personil sekolah yang bertanggung jawab untuk melaksanakan program layanan adalah guru bimbingan dan konseling atau konselor. Layanan konseling kelompok merupakan salah satu layanan yang dilakukan dalam membantu peserta didik (secara kelompok) yang mengalami

² Zainal Aqib. *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* . YRAMA WIDYA. Bandung, 2012. Hlm. 153

³ *Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) UU No. 20 Tahun 2003*, Yogyakarta. Dharma Bhakti, 2005. Hlm. 8

masalah yang cenderung sama untuk mengatasi masalah yang dihadapi dapat menghambat keberhasilan belajar peserta didik di sekolah.

Melalui konseling kelompok guru bimbingan dan konseling dapat membantu mengatasi masalah-masalah dalam belajar seperti membantu peserta didik memiliki perilaku membolos. Masalah membolos yang dialami peserta didik adalah masalah yang harus segera diselesaikan karena memperlambat atau menghambat proses belajar peserta didik.

Pergi ke sekolah bagi remaja merupakan suatu hak dan sekaligus kewajiban sebagai sarana mengenyam pendidikan dalam rangka meningkatkan kehidupan yang lebih baik. Namun kenyataan banyak peserta didik yang enggan melakukan tanpa alasan yang dapat dipertanggung jawabkan dan akhirnya banyak yang memilih untuk membolos.

Membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif, diantaranya:

1. Minat terhadap pelajaran berkurang,
2. Gagal dalam ujian,
3. Tidak naik kelas,
4. Penguasaan materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya,

Membolos adalah suatu tindakan atau perilaku siswa yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak jelas, baik dari awal jam sekolah maupun pada jam-jam pelajaran tertentu. Adapun indikator dari membolos adalah sebagai berikut:

1. Kehadiran disekolah secara penuh
2. Ketepatan waktu datang dan pulang sekolah
3. Keaktifan dalam pembelajaran

Ajaran Islam sangat menganjurkan pemeluknya untuk menerapkan sikap disiplin dalam berbagai aspek baik dalam beribadah, belajar dan kehidupan lainnya. Perintah untuk berlaku disiplin secara implisit termasuk dalam firman Allah SWT dalam surah An-Nisa' ayat 59:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا أَطِيعُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ وَأُولِي الْأَمْرِ مِنْكُمْ فَإِنْ تَنَازَعْتُمْ فِي شَيْءٍ فَرُدُّوهُ إِلَى اللَّهِ وَالرَّسُولِ إِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُونَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ذَلِكَ خَيْرٌ وَأَحْسَنُ تَأْوِيلًا

Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulil amri di antara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya.

Berdasarkan hasil dokumentasi dan wawancara dengan bimbingan dan konseling dan beberapa guru mata pelajaran di SMK Negeri 2 Bandar Lampung mengatakan bahwa ada beberapa peserta didik di kelas X yang memiliki perilaku membolos. Perilaku ini antara lain sering datang terlambat atau tidak masuk kelas, dan sering meninggalkan kelas pada jam pelajaran. Sikap yang ditunjukkan oleh peserta didik tersebut jika dibiarkan akan menghambat pembelajaran peserta didik dan tentunya akan mempengaruhi prestasi belajarnya. Sehingga di perlukan suatu kegiatan yang dapat membantu peserta didik SMK Negeri 2 Bandar Lampung agar dapat keluar dari masalah membolos yang dialami dalam aktivitas belajar.

Upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah SMK Negeri 2 Bandar Lampung melalui peran guru pembimbing dalam membantu peserta didik untuk mereduksi atau mengurangi perilaku membolos masih rendah. Upaya tersebut kurang mendapatkan hasil optimal, karena kegiatan konseling kelompok juga belum dilaksanakan secara intensif oleh guru pembimbing di SMK Negeri 2 Bandar Lampung. Hal itu disebabkan karena kurangnya waktu, sehingga pelaksanaan kegiatan konseling kelompok yang belum bisa dilaksanakan dengan optimal oleh guru pembimbing.

Penggunaan layanan konseling kelompok dapat membantu peserta didik yang kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya, maka dengan berdiskusi peserta didik diharapkan dapat berlatih menggunakan pengetahuan dan gagasannya untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan pandangannya, menyatakan setuju atau menolak pendapat orang lain dengan cara yang baik.

Layanan konseling kelompok memiliki beberapa pendekatan salah satunya yaitu pendekatan behavior.

Pendekatan behavior merupakan pendekatan untuk perubahan dari tingkah laku. Pada pendekatan behavior terdapat beberapa teknik salah satunya yaitu teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* dilakukan dengan tujuan agar siswa dapat memiliki perilaku asertif. “Perilaku asertif dibagi menjadi lima aspek yaitu aspek ketegasan, tanggung jawab, percaya diri, kejujuran, dan menghormati orang lain”.⁴

Kegiatan konseling kelompok tersebut diharapkan cukup efektif untuk mengurangi perilaku membolos peserta didik. Konseling kelompok ini diharapkan peserta didik dapat memahami sifat dan karakter terhadap diri sendiri maupun lingkungan. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang efektifitas layanan kelompok dengan teknik *Assertive Training* untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat teridentifikasi permasalahan antara lain:

1. Terdapat peserta didik kelas VII yang sering meninggalkan kelas saat proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) berlangsung,
2. Terdapat peserta didik kelas X yang sering datang terlambat,

⁴ Hartono dkk, *Psikologi Konseling*, Jakarta, Kencana, 2013. h. 129.

3. Pelaksanaan layanan bimbingan konseling di kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung belum dilaksanakan secara intensif,
4. Guru bimbingan konseling belum mengutamakan layanan konseling dengan teknik *Assertive Training* untuk mereduksi sikap membolos pada peserta didik di kelas X.

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti hanya memfokuskan masalah mengenai:

1. Penelitian ini hanya dilakukan pada peserta didik di kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung;
2. Layanan yang digunakan dalam penelitian ini adalah layanan konseling kelompok;
3. Teknik yang digunakan adalah *Assertive Training* untuk mereduksi sikap membolos peserta didik kelas X.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* efektif untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018?”.

E. Tujuan Penelitian

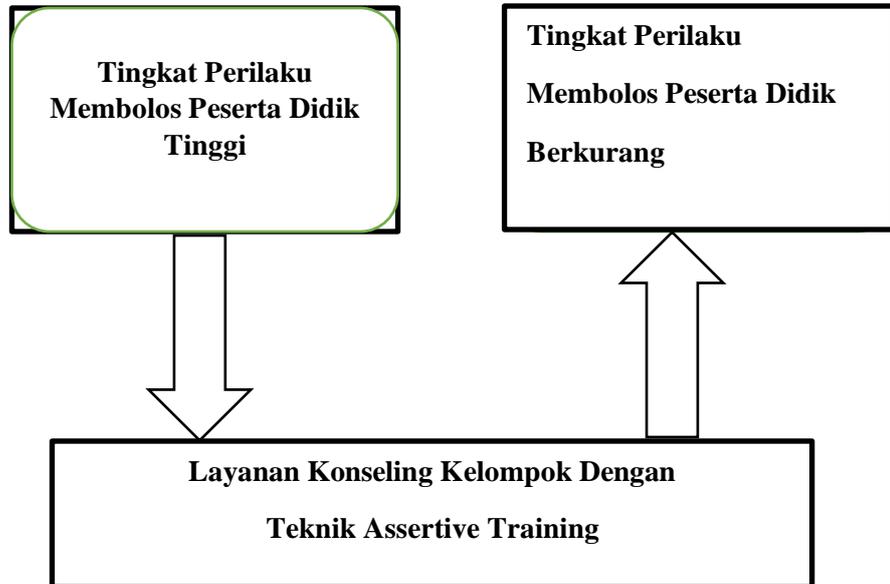
Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian terbagi menjadi dua yaitu:

1. Manfaat teoritis, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan dibidang bimbingan dan konseling, khususnya bagi pengembangan teori konseling kelompok untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti lain yang berminat meneliti permasalahan yang terkait dengan penelitian ini.
2. Manfaat praktis, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh peserta didik, guru pembimbing, maupun peneliti itu sendiri. Bagi peserta didik, dapat mengontrol diri sendiri dalam mengurangi perilaku membolos setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok. Bagi guru pembimbing di sekolah, sebagai bahan masukan dalam melaksanakan kegiatan bimbingan konseling. Serta bagi peneliti, dapat menambah pengalaman dan keterampilan cara mereduksi/ mengurangi perilaku membolos peserta didik melalui pemberian layanan konseling kelompok.

G. Kerangka Berpikir



Gambar I Efektifitas Layanan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Mereduksi Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun ajaran 2017/2018.

BAB II

LANDASAN TEORI

Landasan teori berisi teori-teori yang relevan, yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang objek yang akan diteliti.

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling

Rochman Natawidjaya, mendefinisikan bahwa konseling merupakan satu jenis layanan yang merupakan bagian terpadu dari bimbingan. Konseling dapat diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua individu, dimana seorang (konselor) berusaha membantu yang lain (klien) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada waktu yang akan datang.⁵

Winkel menjelaskan bahwa konseling merupakan serangkaian kegiatan paling pokok dari bimbingan dalam usaha membantu konseli/klien secara tatap muka langsung. Hal ini bertujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus maka masalah yang dihadapi oleh klien dapat teratasi semuanya.⁶ Sedangkan Prayitno menjelaskan definisi konseling sebagai proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang

⁵ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008), h. 38.

⁶ Winkel W. S, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, Cetakan Kesembilan, 2013), h. 34.

sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.⁷

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa konseling itu merupakan suatu bantuan yang diberikan oleh seorang konselor yang terlatih pada individu (bisa satu orang atau lebih) yang mengalami masalah (konseli), secara tatap muka, yang bertujuan agar individu tersebut dapat mengambil keputusan secara mandiri atas permasalahan yang dihadapinya baik masalah psikologis, sosial dan lain-lain.

2. Pengertian Konseling Kelompok

Menurut Prayitno layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam suasana kelompok. Disana ada konselor dan ada konseli, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya minimal dua orang). Disana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan yaitu hangat, permisif, terbuka dan penuh keakraban. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah konseli, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus), kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.⁸

Menurut Dewa Ketut Sukardi konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok, yang meliputi

⁷ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*, (Jakarta: PT. Rieneka Cipta, 2009), h. 105.

⁸ *Ibid*, h. 72.

berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir).⁹ Sedangkan menurut Latipun, konseling kelompok adalah salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik, dan pengalaman belajar dimana dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok.¹⁰

Sementara Winkel mengungkapkan bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada orang lain dalam memahami dirinya dan lingkungannya yang mempunyai tujuan ingin dicapai bersama, berinteraksi dan berkomunikasi secara intensif satu sama lain pada waktu berkumpul, saling tergantung pada proses kerja sama, dan mendapatkan keputusan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang bergabung dalam suatu satuan.¹¹

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor. Komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu kearah yang lebih baik dari sebelumnya.

3. Tujuan Konseling Kelompok

⁹ Dewa Ketut Sukardi, *Op. Cit*, h. 68.

¹⁰ Abbed Wahyu Tri Purnomo, "Penerapan Konseling Kelompok Dengan Strategi Modeling Untuk Mengatasi Siswa Yang Terisolasi Kelas X Di SMAN 1 KuntoRejo Mojokerto" Ejournal Unesa Jurusan Bimbingan Dan Konseling volume 2 No. 1 Tahun 2014 Tersedia di <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/JJBK/article/viewfile/3637/2967>

¹¹ Winkel, WS, Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Insitusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi, 2006. h. 548.

Menurut Prayitno, tujuan umum konseling kelompok adalah mengembangkan kepribadian peserta didik untuk mengembangkan kemampuan sosial, komunikasi, kepercayaan diri, kepribadian, dan mampu memecahkan masalah yang berlandaskan ilmu dan agama. Sedangkan tujuan khusus konseling kelompok, yaitu:

- a. Membahas topik yang mengandung masalah aktual, hangat, dan menarik perhatian anggota kelompok;
- b. Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap terarah kepada tingkah laku dalam bersosialisasi/ komunikasi;
- c. Terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah bagi individu peserta konseling kelompok yang lain; dan
- d. Individu dapat mengatasi masalahnya dengan cepat dan tidak menimbulkan emosi.¹²

Winkel dalam jurnal skripsi Septi Rahayu Purwati menjelaskan bahwa tujuan konseling kelompok ialah sebagai berikut:

- a. Masing-masing konseli memahami dirinya dengan lebih baik dan menentukan dirinya sendiri;
- b. Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas untuk fase perkembangan mereka;

¹² Iching, 2012 “*Konseling Kelompok*” (Online) tersedia <http://iching.sugar.blogspot.com/2012/10/konseling-kelompok.html>, (diakses pada tanggal 13 Agustus 2015 13.10).

- c. Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya;
- d. Para konseli menjadi lebih peka terhadap orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain;
- e. Masing-masing konseli menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif;
- f. Para konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain;
- g. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain; dan
- h. Para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dan saling menghargai dan saling menaruh perhatian.¹³

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, sikap, kemampuan untuk berkomunikasi dan bersosialisasi anggota kelompok serta terpecahkannya masalah anggota kelompok sehingga anggota kelompok dapat berkembang secara optimal.

¹³ Septi Rahayu Purwati, "Mengatasi Masalah Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa", (Jurnal Skripsi Program Strata 1 Universitas Negeri Semarang UNESA, 2013), h. 38

Kemudian Dewa Ketut Sukardi menyatakan bahwa tujuan konseling kelompok, meliputi:

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak;
- b. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya;
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok;
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.¹⁴

Bagi konseli, konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok, mereka akan mengembangkan berbagai pemahaman yang pada intinya dapat membantu menghilangkan keinginan untuk membolos. Dalam suasana konseling kelompok mereka merasa lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi dari pada ketika mereka mengikuti sesi konseling individual. Dalam suasana konseling kelompok mereka lebih rela menerima sumbangan pikiran dari seorang rekan anggota atau dari konselor yang memimpin kelompok itu.

4. Manfaat Konseling Kelompok

Manfaat dari konseling kelompok, diantaranya:

- a. Mampu memperluas populasi layanan;
- b. Menghemat waktu pelaksanaan;
- c. Mengajarkan individu untuk selalu komitmen pada aturan;

¹⁴ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rieneka Cipta 2008. h.68

- d. Mengajarkan individu untuk hidup dalam suatu lingkungan yang lebih luas; dan
- e. Terbuka terhadap perbedaan dan persamaan dirinya dengan orang lain.

Sedangkan menurut Natawidjaya menyatakan bahwa manfaat konseling kelompok sebagai berikut:

- a. Dapat mengemukakan hal-hal yang penting bagi dirinya;
- b. Memperoleh balikan (*feedback*) yang cepat dari anggota lain dan pimpinan kelompok dalam mengalami suatu kesempatan untuk menguji suatu perilaku baru; dan
- c. Meningkatkan kepercayaan diri.¹⁵

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa manfaat dari konseling kelompok adalah konseli dapat mengemukakan hal-hal yang paling penting bagi dirinya, mengidentifikasi bersama orang lain yang memiliki permasalahan yang sama, meningkatkan kesadaran diri melalui perolehan balikan yang ikhlas dan jujur dari orang lain, belajar menghormati perbedaan individu dan belajar mempelajari keunikan sendiri dan meningkatkan kepercayaan diri.

5. Komponen Layanan Konseling Kelompok

Adapun komponen-komponen yang terdapat pada layanan konseling kelompok adalah pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

¹⁵ Komala, 2013. “*Manfaat Konseling Kelompok*” (Online), Tersedia: <http://malakarier.blogspot>, Pukul 20.30 WIB

a. Pemimpin Kelompok

Menurut Prayitno, pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri.¹⁶ Dalam hal ini pemimpin kelompok adalah konselor, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan layanan konseling kelompok.

b. Anggota Kelompok

Anggota kelompok juga sangat menentukan keberhasilan tujuan proses bimbingan konseling. Ada berbagai macam konseli yang terdapat dalam konseling kelompok. Konselor harus peka terhadap karakteristik konseli seperti apakah yang sesuai dengan konseling kelompok, atau bagaimana menyatukan konseli agar kompak dan memberikan umpan balik yang positif.

6. Asas-asas dalam Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok terdapat sejumlah asas-asas yang harus diperhatikan, asas tersebut dijelaskan sebagai berikut:

a. Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam layanan konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua pembicaraan maupun tindakan yang ada dalam kegiatan konseling kelompok;

¹⁶ Prayitno, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995. h. 39

b. Asas Kesukarelaan

Asas kesukarelaan ini adalah kehadiran, pendapat, serta tanggapan dari anggota kelompok bersifat sukarela tanpa paksaan;

c. Asas Keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan, karena jika keterbukaan tidak muncul maka akan terdapat keraguan dan kekhawatiran, selain itu juga ketua kelompok akan sulit dalam memahami masalah anggota kelompok;

d. Asas Kegiatan

Hasil kegiatan kelompok tidak akan berarti bila anggota kelompok yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan konseling;

e. Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan ini konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota kelompok yang lain harus mempersilakannya dalam hal ini termasuk norma sosial; dan

f. Asas Kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya masalah yang saat ini sedang dialami.¹⁷⁶ Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada enam asas dalam layanan konseling kelompok yang sangat berperan penting dalam pelaksanaan konseling kelompok tehnik assertive traning yaitu asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan, kenormatifan dan kekinian.

¹⁷ Prayitno, *Op cit*, hal 114-119

7. Tahap-tahap Konseling Kelompok

Proses pelaksanaan konseling kelompok dilaksanakan melalui tahap-tahap berikut:

1) Tahap awal kelompok

Proses utama selama tahap awal adalah orientasi dan eksplorasi. Pada awalnya tahap ini akan diwarnai keraguan dan kekhawatiran, namun juga harapan dari peserta. Apabila konselor mampu memfasilitasi kondisi tersebut, tahap ini akan memunculkan kepercayaan terhadap kelompok. Langkah-langkah pada tahap awal kelompok adalah: (a) menerima secara terbuka dan mengucapkan terima kasih atas kehadirannya; (b) berdoa; (c) menjelaskan pengertian konseling kelompok; (d) menjelaskan tujuan konseling kelompok; (e) menjelaskan cara pelaksanaan konseling kelompok; (f) menjelaskan asas-asas konseling kelompok; (g) melaksanakan perkenalan dilanjutkan rangkaian nama.

2) Tahap Peralihan

Tujuan tahap ini adalah membangun iklim saling percaya yang mendorong anggota menghadapi rasa takut yang muncul pada tahap awal. Konselor perlu memahami karakteristik dan dinamika yang terjadi pada tahap transisi. Langkah-langkah pada tahap peralihan: (a) menjelaskan kembali kegiatan konseling kelompok; (b) tanya jawab tentang kesiapan anggota untuk kegiatan lebih lanjut; (c) mengenali suasana apabila anggota secara keseluruhan atau sebagian belum siap untuk memasuki tahap berikutnya dan mengatasi suasana tersebut dan memberi contoh masalah pribadi yang dikemukakan dan dibahas dalam kelompok.

3) Tahap Kegiatan

Pada tahap ini ada proses penggalian permasalahan yang mendalam dan tindakan yang efektif. Menjelaskan masalah pribadi yang hendak dikemukakan oleh anggota kelompok. Langkah-langkah pada tahap kegiatan adalah: (a) mempersilahkan anggota kelompok untuk mengemukakan masalah pribadi masing-masing secara bergantian; (b) memilih/menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu; (c) membahas masalah terpilih secara tuntas; (d) selingan; (e) menegaskan komitmen anggota yang masalahnya telah dibahas apa yang akan dilakukan berkenaan dengan adanya pembahasan demi terentaskan masalahnya.

4) Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pelaksanaan konseling ditandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok. Langkah-langkah pada tahap pengakhiran adalah: (a) menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri; (b) anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai masing-masing; (c) membahas kegiatan lanjutan; (d) pesan serta tanggapan anggota kelompok; (e) ucapan terima kasih; (f) berdoa; (g) perpisahan.¹⁸

B. Teknik *Assertive Training*

1. Pengertian Teknik *Assertive Training*

Menurut Taubman, *Assertive* dapat diartikan sebagai ekspresi dari perasaan-perasaan dan kebutuhan-kebutuhan, belajar bertindak atas dasar

¹⁸ M.Edi Kurnanto, *Op.cit.* h. 137-172

perasaan-perasaan, keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan serta menghormati perasaan-perasaan, keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan orang lain, ekspresi yang tepat dan pikiran dan perasaan serta ekspresi (tingkah laku) yang tepat dari keinginan-keinginan yang dimiliki.

Menurut Corey. G, *Assertive Training* merupakan latihan keterampilan-sosial yang diberikan pada individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.¹⁹

Assertive Training menurut Alberti dalam Gunarsa merupakan prosedur latihan yang diberikan kepada individu untuk melatih penyesuaian sosialnya dalam mengekspresikan sikap, perasaan, pendapat, dan haknya.

Menurut Jamal Ma'mur Asnawi *Assertive Training* adalah tehnik yang digunakan untuk melatih seseorang yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindaknya adalah layak atau benar. Latihan ini membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi, dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor, diskusi kelompok juga dapat diterapkan dalam latihan ini.²⁰

Sedangkan menurut Redd,dkk “assertive training merupakan suatu tehnik khusus terapi pendekatan perilaku”. Selain itu Huston mengemukakan bahwa

¹⁹ Corey, G. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2009, h. 215.

²⁰ Jamal Ma'ruf Asnawi, *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling Di sekolah*, Jogjakarta, Diva Press, 2011, h. 224

assertive training merupakan suatu program belajar untuk mengajar manusia mengekspresikan perasaan dan pikirannya secara jujur dan tidak membuat orang lain menjadi terancam. Sedangkan Zastrow “menyatakan bahwa, assertive training dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas.²¹

Beberapa pendapat di atas dapat diketahui bahwa *assertive training* dapat membantu peserta didik untuk bergaul dan bersikap lebih percaya diri dalam komunikasi perorangan, dan kelompok serta memanfaatkan dialog atau interaksi juga mampu mandiri dalam bergaul dan tegas dalam mengambil keputusan. Melalui bermain peran yang intensif, pengungkapan perasaan dengan lebih terbuka dan tetap menghargai hak-hak orang lain, dapat mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa yang merupakan salah satu syarat terwujudnya rasa percaya diri.

2. Langkah-langkah Assertive Training

Dalam *assertive training* guru sebagai konselor berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam mengatasi kesulitan terhadap orang lain. Dimana dalam bermain peran memang bertentangan dengan perilaku klien selama ini. Dalam bermain peran seseorang akan diajarkan tingkah laku tegas yang akan dipraktekkan dalam situasi permainan peran, dan dari sana diusahakan agar

²¹ Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, Jakarta Barat, Akademia permata 2013, hal 141.

tingkah laku menegaskan diri itu dipraktikkan dalam situasi-situasi kehidupan nyata. Guru sebagai konselor atau pembimbing dalam teknik ini akan memberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana seseorang bias kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman untuk memperkuat tingkah laku.

Menurut Burnard agar pemberian teknik *Assertive Training* memiliki dampak yang optimal pada individu maka pertama-tama pelatih harus mengembangkan beberapa kompetensi *asertivitas*, berikut langkah-langkah atau tahapan yang akan diberikan, yaitu:

- a. Teori yang berisi penjelasan-penjelasan dasar mengenai perilaku asertif termasuk membedakan perilaku tersebut dengan perilaku agresif.
- b. Diskusi mengenai asesmen masing-masing peserta mengenai keterampilan asertif/ hambatan-hambatan untuk berperilaku asertif. Fase assesmen ini tingkatan dengan sukarelawan bermain peran pada situasi-situasi khusus dimana biasanya orang sulit untuk berperilaku asertif.
- c. Contoh-contoh perilaku asertif dari peserta yang telah menjadi model peran ini dapat diberikan dalam bentuk demonstrasi-demonstrasi oleh fasilitator dengan fasilitator lain, demonstrasi oleh fasilitator dengan peserta atau melalui demonstrasi yang dilakukan dengan orang yang terampil yang diundang ke ruang pelatihan untuk mendemonstrasikan perilaku asertif. Pilihan lain, mungkin dianggap kurang menarik, bila penampilan yang baik sering membuat peserta jadi memiliki perasaan tidak mampu maka penting agar fasilitator selama pelatihan tidak menampilkan dirinya sebagai orang

yang begitu asertif tetapi menerima beberapa kesalahan muncul. Kesalahan-kesalahan itu dijelaskan pada peserta dan dapat dijadikan contoh oleh peserta.

- d. Seleksi, bersama para peserta, fasilitator menyeleksi situasi-situasi yang mungkin dipraktikkan dalam berperilaku asertif. Secara umum situasi-situasi yang disiapkan untuk peserta pelatihan adalah: berespon secara asertif, berhadapan dengan orang lain secara lebih asertif, mengembalikan makanan yang salah ke toko/ mengembalikan makanan yang tidak memuaskan di sebuah restoran, tidak berespon agresif dalam situasi diskusi, mampu berbicara di depan sekelompok orang. Situasi-situasi ini kemudian dapat dilatihkan lagi dengan menggambarkan metode bermain peran gerak lambat. Tiap adegan bermain peran, peserta didorong untuk merefleksikan kemampuannya dan mengadopsi perilaku asertif jika mereka tergelincir kedalam perilaku agresif ataupun pasif.
- e. Keterampilan yang baru dipelajari diterapkan dalam dunia nyata atau kondisi keseharian. Dibutuhkan tindak lanjut untuk melihat kemajuan atau hambatan-hambatan mengenai praktek perilaku tersebut, kemudian dilakukan diskusi dan untuk perilaku yang afektif diberi pengukuhan.²²

3. Perilaku Asertif

Perilaku asertif merupakan suatu bentuk hubungan atau interaksi manusia dengan orang lain, terdapat tiga bentuk kualitas dasar pola perilaku individu yaitu asertif, agresif dan pasif, dalam perilaku asertif individu dapat meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain, dengan cara berkomunikasi individu dapat

²² Farida, *Assertivitas*, Idea Press, Yogyakarta, 2009, h. 176.

mengekspresikan perasaan dengan senang tanpa merasa cemas dan tetap menghormati peraturan dan norma-norma yang berlaku. Perilaku asertif menurut Alberti dan Emmons, “merupakan perilaku menegaskan diri (self-affirmative) yang positif yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain, serta perilaku yang memperkembangkan persamaan hak dalam hubungan manusia, memungkinkan kita untuk bertindak sesuai dengan kepentingan sendiri, untuk bertindak bebas tanpa merasa cemas, untuk mengekspresikan perasaan dengan senang dan jujur, untuk menggunakan hak pribadi tanpa mengabaikan hak atau kepentingan orang lain.”²³

Dengan memiliki perilaku asertif individu akan menghargai hak dirinya maupun hak orang lain, bertindak sesuai keinginannya, dan bertanggung jawab. Sehingga hubungan antara individu satu dengan yang lain akan lebih baik, karena individu dapat bertindak sesuai keinginannya namun tetap memperhatikan kebutuhan/kepentingan orang lain, sehingga orang lain akan merasa dihargai.

Hal ini senada dengan pendapat Alberti dan Emmons yang mengemukakan sepuluh kunci perilaku asertif yaitu:

- a. dapat mengekspresikan diri secara penuh;
- b. sangat memberi respek pada kepentingan orang lain;
- c. langsung dan tegas;
- d. jujur;
- e. menempatkan orang lain secara setara dalam suatu hubungan;

²³ *Ibid*, h. 138.

- f. verbal, mengandung isi pesan (perasaan, fakta, pendapat, permintaan keterbatasan);
- g. nonverbal, mengandung bentuk pesan (kontak mata, suara, postur, ekspresi wajah, gerak isyarat tubuh, jarak fisik, waktu, kelancaran bicara, mendengarkan);
- h. layak bagi orang lain dan situasi, tidak universal;
- i. dapat diterima secara sosial; dan
- j. dipelajari, bukan bakat yang diturunkan.²⁴

Dengan memiliki sepuluh kunci perilaku asertif peserta didik dapat mengemukakan pendapat secara jujur, jelas, terbuka namun tanpa merugikan perasaan orang lain. Ada tiga kategori perilaku asertif yaitu:

- a. asertif penolakan, ditandai dengan ucapan memperhalus seperti maaf;
- b. asertif pujian, ditandai dengan kemampuan untuk mengekspresikan perasaan positif seperti: menghargai, mencintai, menyukai, mengagumi, memuji serta bersyukur; dan
- c. asertif permintaan, terjadi jika seseorang meminta orang lain meminta melakukan sesuatu yang memungkinkan kebutuhan atau tujuan seseorang tercapai, tanpa tekanan atau paksaan.²⁵

Menurut penjelasan tersebut seseorang yang dikatakan asertif apabila mampu bersikap jujur dalam mengekspresikan perasaan, pandangan, dan pikirannya dan tidak merugikan integritas lain. Seseorang yang dikatakan

²⁴ *Ibid*, h. 138

nonasertif, tidak mampu atau gagal dalam mengekspresikan perasaan, pikiran dan pandangannya.

Hal ini dapat dilihat melalui kontak mata, ekspresi wajah dan kelancaran bicara. Menurut Khan “perilaku asertif merupakan perasaan tentang kompetensi interpersonal dan kemampuan untuk mengekspresikan hak/kepentingan pribadi. Menurutnya orang yang tidak asertif dapat menjadi pasif atau agresif jika menghadapi tantangan. Kongruensi dari perasaan dan ekspresi dari kekuatan pribadi dianggap menggambarkan perilaku interpersonal yang efektif.”²⁶

Berdasar pendapat Khan, individu yang memiliki perilaku asertif bukan merupakan individu yang menahan diri terhadap pendapat/keinginannya tetapi orang yang dapat mengungkapkan perasaan dengan tidak bertindak pasif (menghindari konflik dan cenderung mengalah) dan bertindak agresif (melecehkan orang lain). Zastrow mengemukakan dengan jelas perbedaan bentuk dan ciri-ciri interaksi individu yang pasif, agresif, dan asertif, sebagai berikut:

a. dalam perilaku pasif (non asertif), individu tampak ragu-ragu, bicara dengan pelan, melihat kearah lain, menghindari isu, memberi persetujuan tanpa memperhatikan perasaannya sendiri, tidak mengekspresikan pendapat, menilai dirinya lebih rendah dari pada orang lain, dan menyakiti diri sendiri untuk tidak menyakiti orang lain;

b. dalam perilaku agresif individu memberikan respon sebelum orang lain berhenti berbicara, berbicara dengan keras, menghina dan kasar,

²⁶ *Ibid*, h. 139.

melotot/membelalak, bicara cepat, menyatakan pendapat dan perasaan dengan bernafsu, menilai dirinya lebih tinggi dari orang lain, dan menyakiti orang lain untuk tidak menyakiti diri sendiri;

c. dalam gaya perilaku asertif, individu menjawab dengan spontan, berbicara dengan nada dan volume yang layak, melihat kearah lawan bicara, berbicara pada isu, mengekspresikan pendapat dengan terbuka, melihat dirinya sama dengan orang lain, tidak menyakiti diri sendiri maupun orang lain”.

4. Prinsip Assertive Training

Didalam melaksanakan teknik *assertive training* banyak hal-hal yang harus diperhatikan diantaranya yaitu prinsip-prinsip yang ada didalamnya agar prosedur pelaksanaannya berjalan secara efektif. Adapun, prinsip yang harus diperhatikan dalam *assertive training* yaitu keterampilan yang dilatih dan teknik yang digunakan.

a. Keterampilan yang dilatih yaitu:

1. melatih individu memahami perilaku asertif dan agresif;
2. membantu mengidentifikasi hak personal dan orang lain;
3. meningkatkan perilaku asertif melalui praktek langsung;
4. melatih kemampuan berkomunikasi secara langsung pada orang lain;
5. mengekspresikan sesuatu dengan baik;
6. menyampaikan perasaan dan pikiran;
7. mengekspresikana kemarahan;
8. mengatakan tidak untuk permintaan yang tidak sesuai; dan

9. menyampaikan kebutuhan dan keinginan;
- b. Teknik yang digunakan, yaitu:
 1. menggunakan bahasa tubuh yang asertif yaitu kontak mata yang tepat, ekspresi wajah sesuai dengan pembicaraan, volume bicara sesuai, postur tubuh tegak dan relaks;
 2. menggunakan pernyataan “saya” pernyataan ini berfokus pada problem bukan menyalahkan orang lain seperti “ saya menyukai untuk menyampaikan cerita saya tanpa interupsi”;
 3. penggunaan fakta bukan kesimpulan sepihak;
 4. mengekspresikan, pikiran, perasaan, dan opini yang kita miliki;
 5. membuat penjelasan; dan
 6. berkata langsung dan meminta.²⁷

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa di dalam prinsip *assertive training* ada dua hal yang harus diperhatikan yaitu keterampilan dan teknik yang digunakan, di mana pada prinsip keterampilan diharapkan mampu membantu dan melatih individu dalam mengekspresikan maupun menyampaikan apa yang dipikirkan ataupun yang dirasakan. Sedangkan prinsip teknik yang digunakan seseorang diharuskan mampu menggunakan pernyataan yang baik serta mampu menjelaskan keadaan yang sesungguhnya berdasarkan fakta yang terjadi serta mampu meningkatkan perilaku asertif.

5. Dasar Teori *Assertive Training*

²⁷ GERAL COREY, *Op. Cit.*, hal 220.

Teori *Assertive training* didasarkan pada suatu pendapat bahwa banyak individu yang menderita karena tidak dapat mengungkapkan pendapat, membela hak atau kepentingan pribadinya, bersikap jujur dan terbuka. Namun, tanpa merugikan orang lain. Menurut Redd dkk, latihan asertif direkomendasikan untuk individu yang mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain, dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain”.²⁸

Sedangkan Joyce dan Weil mengemukakan bahwa *assertive training* menggunakan beberapa asumsi sebagai berikut:

- (1) latihan asertif menerapkan asumsi pendekatan perilaku yang dipelajari dan disubstitusikan ke dalam pola perilaku tertentu;
- (2) bahwa tindakan individu berfungsi sebagai basis konsep dirinya; dan
- (3) latihan asertif menyatakan secara tidak langsung prinsip umum, suatu filosofi hubungan antar manusia.²⁹

Berdasarkan pendapat tersebut maka dengan *assertive training* dapat membantu klien mengubah perilakunya sehingga dapat mengungkapkan apa yang dirasakan perasaannya secara jujur dan terbuka tanpa menyakiti perasaan orang lain.

6. Tujuan Assertive Training

Tujuan dari teknik ini ialah untuk melatih konseli menyatakan diri bahwa tindakannya tepat atau benar, meningkatkan kemampuan individu untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri serta meningkatkan kehidupan pribadi maupun social

²⁸ *Ibid*, hal 141-142.

²⁹ *Ibid*, hal 142.

agar lebih efektif.³⁰ Assertive training adalah suatu tehnik untuk membantu klien dalam hal berikut:

- 1) tidak dapat mengungkapkan kemarahannya atau kejengkelannya;
- 2) mereka yang menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan dari padanya;
- 3) mereka yang memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”;
- 4) mereka yang mengalami kesulitan untuk menyatakan cinta dan respon positif lainnya; dan
- 5) mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.³¹

Hal ini senada dengan Lazarrus yang menyatakan bahwa tujuan dari assertive training ialah untuk meningkatkan empati kemampuan interpersonal yaitu : (a) Menyatakan tidak; (b) Membuat permintaan; (c) Mengekspresikan perasaan baik positif maupun negative; dan (d) Membuka dan mengahiri percakapan.³² Berdasarkan pendapat tersebut teknik ini digunakan untuk melatih peserta didik yang yang tidak mampu mengekspresikan perasaannya, kesulitan menyatakan tidak, dan respon positif lainnya agar mampu berperilaku atas dasar keinginannya sendiri namun tetap berdasarkan ketentuan-ketentuan yang sudah ditetapkan dan tetap menghormati perasaan orang lain disekitarnya.

³⁰ Eukaristia, “*Tehnik Konseling Aseertive training (on-line)*”: tersedia di <http://animenekoi.blogspot.com/2012/05teknik-teknik-konseling-secara-umum.html> (10 maret 2017)

³¹ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, Alfabeta, Bandung 2013, hal 108.

³² *Op cit*, hal 143

7. Tahap-tahap Assertive Training

Prosedur-prosedur didalam teknik assertive training menyerupai beberapa pendekatan perilaku dalam konseling. Menurut Hadi Susanto, “upaya yang dapat digunakan dalam meningkatkan kemampuan asertif, antara lain sebagai berikut: (1) diskusi kelompok. Menurut Syafei, metode ini terutama berguna diantaranya untuk membantu Individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa dengan berdiskusi, para peserta didik dapat berlatih menggunakan pengetahuan dan gagasannya untuk menyampaikan pendapat, mempertahankan pandangannya, menyatakan setuju atau menolak pendapat orang lain dengan cara-cara yang baik; dan (2) bermain peran. Dengan bimbingan dari konselor, teknik ini digunakan untuk melatih klien yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar.

Lebih lanjut dijelaskan oleh Corey bahwa latihan asertif dapat menggunakan prosedur-prosedur permainan peran”.³³ Assertive training dapat dilakukan dengan mengkombinasikan beberapa model salah satunya dengan menggunakan model role playing dan model kelompok. Pada metode role playing dilakukan agar individu dapat menyatakan tindakannya adalah layak atau benar, tingkah laku penegasan akan dipraktikkan dalam situasi bermain peran, tingkah

³³ Hadi Susanto, *Meningkatkan Kemampuan Asertif*, [online]: blogspot, Tersedia <https://bagawanabiyasa.wordpress.com/2013/08/03/meningkatkan-kemampuan-asertif/> [diakses 11 Februari 2017, jam 20.58].

laku yang diajarkan dalam bermain peran diharapkan dapat dipraktikkan dalam situasi-situasi di kehidupan yang nyata.

Sedangkan penggunaan metode kelompok dapat melatih individu agar dapat mengungkapkan pendapatnya, dan mengungkapkan apa yang dirasakannya. Menurut Mochammad Nursalim, langkah-langkah yang dilakukan dalam pelaksanaan assertive training adalah sebagai berikut:

1. konselor menjelaskan maksud dan tujuan penggunaan strategi assertive training dalam meningkatkan percaya diri belajar siswa;
2. konselor memberikan overview tahapan-tahapan implementasi strategi;
3. konselor meminta konseli menyatakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi dan sesuatu yang dilakukan atau dipikirkan pada saat permasalahan timbul. konseli menceritakan permasalahan terkait percaya diri belajar yang dihadapinya, menceritakan faktor-faktor yang membuat peserta didik tidak percaya diri dalam belajar;
4. konselor dan konseli membedakan perilaku asertif dan perilaku tidak asertif, serta menentukan perubahan perilaku percaya diri belajar yang diharapkan;
5. konseli diminta menetapkan permainan peran yang akan diamatinya. permainan peran ini dapat dengan cara dipraktikkan atau dilakukan. individu diminta untuk memainkan peran (mempraktikkan/mengawasi) sesuai dengan indikator percaya diri;
6. konselor memberi umpan balik terhadap setiap perilaku percaya diri belajar yang dimunculkan oleh konseli;
7. pemberian model perilaku yang lebih baik;

8. pemberian penguatan positif dan penghargaan. apabila siswa sudah dapat meningkatkan percaya diri belajar maka konselor memberikan penghargaan (reward) dan penguatan positif yang dapat memotivasi siswa dalam meningkatkan percaya diri belajarnya;
9. konseli mendemonstrasikan perilaku yang asertif sesuai dengan target perilaku yang diharapkan;
10. konseli mengulang latihan kembali tanpa bantuan pembimbing;
11. konselor memberikan tugas rumah pada konseli, dan meminta konseli mempraktikkan perilaku percaya diri belajar dan memeriksa perilaku tersebut apakah sudah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari; dan
12. konselor menghentikan program bantuan”.³⁴

Prosedur dalam assertive training merupakan sistematis dari keterampilan, peraturan, sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan dengan teras terang pikiran, perasaan, kebutuhannya dengan percaya diri sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Klien dibantu untuk belajar bagaimana mengganti respon yang tidak sesuai dengan respon yang baru dan sesuai.

C. Perilaku Membolos

1. Pengertian Perilaku Membolos

Perilaku membolos adalah tanggapan atau reaksi individu yang terwujud dalam gerakan meninggalkan pelajaran saat jam pelajaran berlangsung dan tidak mengikuti proses belajar mengajar di sekolah (absen).

³⁴ *Ibid*, hal 146-147.

2. Gejala Perilaku Membolos

Gejala-gejala siswa membolos adalah sebagai berikut:

- a. Berhari-hari tidak masuk sekolah;
- b. Tidak masuk sekolah tanpa ijin;
- c. Sering keluar pada jam pelajaran tertentu;
- d. Tidak masuk kembali setelah minta ijin;
- e. Mengajak teman-teman keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi;
- f. Minta ijin keluar dengan pura-pura sakit;
- g. Mengirimkan surat ijin tidak masuk sekolah dengan alasan yang dibuat-buat;
- h. Tidak masuk sekolah lagi setelah jam istirahat.

3. Pembentukan Perilaku Membolos

Berkaitan dengan perilaku membolos, “Perilaku manusia sebagian besar berupa perilaku yang dibentuk dan yang dipelajari”, meliputi:

- a. Cara pembentukan perilaku dengan kebiasaan (*conditioning*);
- b. Cara pembentukan perilaku dengan pengertian (*insight*);
- c. Cara pembentukan perilaku dengan menggunakan model.

4. Upaya Mereduksi Perilaku Membolos dengan Konseling Kelompok

Perilaku membolos merupakan salah satu perilaku menyimpang yang saat ini marak dilakukan oleh pelajar di sekolah-sekolah. Seperti kita ketahui, bahwa banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku membolos pada siswa ini, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Untuk mengatasi perilaku membolos tersebut, kita harus mengetahui akar masalah atau hal-hal yang menjadi faktor terjadinya perilaku tersebut.

Dalam bimbingan dan konseling, upaya untuk menggali suatu masalah dilakukan dengan wawancara konseling yang dilakukan oleh konselor dengan konseli. Karena perilaku membolos ini umumnya dilakukan oleh lebih dari satu bahkan banyak peserta didik di suatu sekolah, maka layanan yang paling cocok untuk mengatasi masalah ini ialah layanan konseling kelompok.

Dalam pelaksanaan konseling kelompok terdapat suatu keadaan yang membangun suasana menjadi lebih aktif dan lebih bersahabat, keadaan itu adalah dinamika kelompok. Dengan adanya dinamika kelompok itulah peserta didik mengembangkan diri dan memperoleh banyak keuntungan. Keuntungan itu diperoleh dengan cara peserta didik berperan aktif dan terlibat dalam pemecahan permasalahan yang sedang dibahas dalam kelompok. Keterlibatan itu dapat dilihat dari keterlibatan peserta didik dalam memberikan tanggapan, masukan serta ide-ide mengenai permasalahan yang dibahas. Dengan demikian di dalam konseling kelompok tercipta interaksi antara peserta didik yang satu dengan peserta didik yang lainnya.

Seperti yang diungkapkan oleh Prayitno, mengenai dinamika kelompok yang terdapat dalam suasana konseling kelompok secara tidak langsung melatih peserta didik untuk memiliki keterampilan dalam berkomunikasi secara aktif, bertenggang rasa dengan peserta didik lain, memberi dan menerima pendapat dari peserta didik lainnya, bertoleransi, mementingkan musyawarah untuk mencapai mufakat seiring dengan sikap demokratis, dan memiliki rasa tanggung jawab sosial seiring dengan kemandirian yang kuat. Selain itu dalam pelaksanaan konseling kelompok ini bentuk interaksi tidak hanya dilihat dari peserta didik

memberikan pendapatnya untuk anggota lainnya, bentuk interaksi juga dapat dilihat dari kegiatan permainan yang diberikan. Gazda (Prayitno) juga menjelaskan bahwa konseling kelompok berorientasi pada pengembangan individu, pencegahan dan pengentasan masalah.

Dengan demikian, peserta didik diharapkan dapat menentukan cara untuk mengatasi masalahnya baik melalui caranya sendiri maupun menerima masukan dari anggota kelompok lain dan juga terlibat aktif dalam pemecahan masalah yang dialami oleh anggota lain. Melalui kegiatan konseling kelompok ini, peserta didik juga dapat mendiskusikan dampak-dampak yang akan mereka hadapi karena perilaku membolos yang mereka lakukan, sehingga mereka dapat menyadari betapa perilaku membolos yang mereka lakukan sangat merugikan dirinya dan juga orang lain.

D. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut Sugiyono kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang dideskripsikan.³⁵

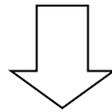
Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mereduksi perilaku membolos, diharapkan dapat membantu peserta didik untuk menerima dan

³⁵ Sugiyono, “*Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif R&D*” (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 60.

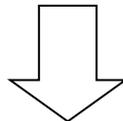
memahami berbagai norma, nilai dan tata tertib di sekolah. Berikut ini merupakan kerangka berfikir dalam penelitian:

Mereduksi Perilaku Membolos Melalui Layanan
Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training*

- a) Berhari-hari tidak masuk sekolah
- b) Tidak masuk sekolah tanpa ijin
- c) Sering keluar pada jam pelajaran tertentu
- d) Tidak masuk kembali setelah minta ijin
- e) Mengajak teman-teman keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi
- f) Minta ijin keluar dengan pura-pura sakit



Konseling Kelompok Dengan
Teknik *Assertive Training*



- a) Rajin masuk sekolah
- b) Tidak pernah datang terlambat
- c) Mengikuti proses KBM

E. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian.³⁶ Menurut Arikunto hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian seperti terbukti dari data terkumpul. Berdasarkan dua pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris melalui data-data yang terkumpul.

Hipotesis penelitian yang diajukan oleh peneliti adalah efektivitas konseling kelompok teknik *assertive training* untuk mereduksi perilaku membolos pada peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018. Penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian sebagai berikut:

H_0 : Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

H_a : Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mereduksi perilaku membolos peserta didik kelas X SMK Negeri 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

Untuk menguji hipotesis ini peneliti menggunakan uji statistic dengan uji Wilcoxon. Dengan ketentuan jika hasil $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ maka hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak, tetapi jika $Z_{hitung} > Z_{tabel}$ H_a ditolak dan H_0 diterima.

³⁶ Suno. *Op., Cit.*, h. 134.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbed Wahyu Tri Purnomo, “Penerapan *Konseling Kelompok Dengan Strategi Modeling Untuk Mengatasi Siswa Yang Terisolasi Kelas X Di SMAN 1 KuntoRejo Mojokerto*” Ejournal Unesa Jurusan Bimbingan Dan Konseling volume 2 No. 1 Tahun 2014 Tersedia di <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/JJBK/article/viewfile/3637/2967>.
- Correy, G. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2009.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008.
- Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rieneka Cipta 2008.
- Eukaristia, “*Tehnik Konseling Aseertive training (on-line)*”: tersedia di <http://animenekoi.blogspot.com/2012/05teknik-teknik-konseling-secara-umum.html> (10 maret 2017).
- Hadi Susanto, *Meningkatkan Kemampuan Asertif*, [online]: blogspot, Tersedia <https://bagawanabiyasa.wordpress.com/2013/08/03/meningkatkan-kemampuan-asertif/> [diakses 11 Februari 2017, jam 20.58].
- Hartono dkk, *Psikologi Konseling*, Jakarta, Kencana, 2013. h. 129.
- Iching, 2012 “*Konseling Kelompok*” (Online) tersedia <http://iching.sugar.blogspot.com/2012/10/konseling-kelompok.html>, (diakses pada tanggal 13 Agustus 2015 13.10).
- Jamal Ma’ruf Asnawi, *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling Di sekolah*, Jogjakarta, Diva Press, 2011.
- Komala, 2013. “*Manfaat Konseling Kelompok*” (Online), Tersedia: <http://malakarier.blogspot>, Pukul 20.30 WIB
- Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, Jakarta Barat, Akademia permata 2013.
- Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2009.
- Prayitno, *Layanan Bimbingan Dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995.
- Septi Rahayu Purwati, “*Mengatasi Masalah Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa*”. Jurnal Skripsi Program Strata 1 Universitas Negeri Semarang UNESA, 2013.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*. Bandung : Alfabeta, 2013.

- Sugiyono, “*Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif R&D*” Bandung: Alfabeta, 2012.
- Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) UU No. 20 Tahun 2003*, Yogyakarta. Dharma Bhakti, 2005.
- Winkel W. S, *Bimbingan Dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi, Cetakan Kesembilan, 2013.
- Winkel, WS, Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Insitusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi, 2006.
- Zainal Aqib. *Ikhtisar Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* . YRAMA WIDYA. Bandung, 2012.

