

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 32 hari pada bulan agustus dan september dilaksanakan di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Hasil penelitian diperoleh dari data gambaran percaya diri peserta didik dan sebagai dasar penyesuaian layanan konseling kelompok teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung yang berjumlah 19 peserta didik, sedangkan sampel dari penelitian ini berjumlah 10 peserta didik yang memiliki percaya diri rendah.

1. Gambaran Umum Percaya Diri

Dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan percaya diri peserta didik di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. Kurang percaya diri berpengaruh dalam belajar mengajar, ketika percaya diri rendah di dalam kelas sangat rendah berpengaruh akan merendahkan dirinya sendiri tidak berani berpendapat, tidak berani bertanya, menyatakan pendapat mudah cemas dll, penelitian

yang digumakan teknik *Assertive Training* dengan menerepkan layanan konseling kelompok pada kelas VIII B. Pengambilan sampel ini berdasarkan hasil angket yang diberikan kepda 19 peserta didik, 9 peserta didik yang memiliki percaya diri yang tinggi 10 yang memiliki percaya diri yang rendah.

Tabel 4.1
Gambaran Percaya Diri
Peserta Didik Kelas VIII B MTs Muhammadiyah Bandar Lampung

No	Indikator	Inisial Nama
1	Takut salah / tidak mengutarakan pendapat	GH, SL, NK, WK
2	Pendiam/ pemalu	MK, SL
3	Malas	SK, SL , MK
4	Latar belakang social	PB, SH, WK
5	Gampang menyerah	DO, GH, WK, SD
6	Ketika berbicara didepan kelas grogi	SL, ML, SL, GH, NK, WK, KL
7	Menyendiri di dalam kelas	WK, PB
8	Kondisi tubuh	KL
9	Berfikir negative	NK,PB, SH
10	Takut dengan keadaan ramai	SD, MK, PB

Bedasarkan tabel 4.1 peneliti mengambil sampel yaitu 10 (sepuluh) peserta didik yang memiliki percaya diri rendah.dengan adanya data di atas sehingga peneliti akan memberikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* untuk membantu meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

Selanjutnya adalah peserta didik dipanggil dan berkumpul dalam ruang kelas yang telah disediakan oleh pihak sekolah dan disepakati oleh 10 peserta didik tersebut

yang nantinya akan di berikan traitmen konseling kelompok dengan teknik *assertive training* yang bertujuan meningkatkan kepercayaan diri peserta didik. Berikut ini hasil *pretest* 10 (sepuluh) sampel peserta didik, sebagai berikut :

Tabel 4.2
Hasil *pretest* kepercayaan diri peserta didik

No	Inisial Peserta didik	Hasil <i>Pretest</i>	Keterangan
1	GH	45	Rendah
2	MK	49	Rendah
3	SK	39	Rendah
4	PB	57	Sedang
5	DO	48	Rendah
6	SL	36	Rendah
7	WK	37	Rendah
8	KL	41	Rendah
9	NK	37	Rendah
10	SD	38	Rendah

Setelah menganalisis data pretes peserta didik pada tabel 4.2 peneliti selanjutnya memberikan lembar persetujuan responden kepada peserta didik, serta menentukan jadwal pertemuan konseling. Pelaksanaan konseling kelompok teknik *assertive training* dilakukan pada tanggal 03 agustus 2017 sampai 05 September 2017 dengan dilaksanakan pada tanggal 03 agustus 2017 sampai 05 September 2017 dengan topik pembahasan dan pertemuan yang berbeda-beda pada setiap

pertemuannya dengan materi kepercayaan diri, berfikir positif, menerima diri apa adanya, cara menghindari prasangka.

2. Pelaksanaan teknik assertive training dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik

a. Pelaksanaan layanan konseling

Langkah pertama melaksanakan penelitian adalah mencari data peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang rendah melalui observasi, wawancara, dan penyebaran angket dengan guru BK dan peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. Setelah itu peneliti menjelaskan tentang apa yang harus dikerjakan kepada peserta didik tujuan dari penelitian ini. Hasil pelaksanaan pretes dikatakan cukup lancar melihat kesediaan peserta didik yang semangat dari dijelaskannya informasi terkait kepercayaan diri peserta yang terdapat dalam item pernyataan angket sesuai dengan petunjuk pengisian penyebaran skala ini dilaksanakan pada tanggal 03 Agustus 2017.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 03 Agustus 2017 di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. Deskripsi proses pelaksanaan penelitian konseling kelompok teknik *asertif training* dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan dalam proses penelitian berikut jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian

Table 4.3
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

No.	Hari/Tanggal	Waktu	Kegiatan
1	kamis, 03 Agustus 2016	08.55 WIB	Pemberian pretest/ penyebaran angket
2	Sabtu, 05 Agustus 2017	08.00 WIB	Pengisian lembar persetujuan responden dan kesepakatan waktu pertemuan konseling kelompok dengan teknik <i>assertif training</i> .
3	Kamis, 10 Agustus 2017	08.55 WIB	Pertemuan pertama materi konseling kelompok tentang kepercayaan diri.
4	Senin, 21 Agustus 2017	09.10 WIB	Pertemuan kedua dengan materi konseling kelompok berfikir positif
5	Kamis, 24 Agustus 2017	08.55 WIB	Pertemuan ketiga dengan materi konseling kelompok menerima diri apa adanya
6	Senin, 28 agustus 2017	09.10 WIB	Pertemuan keempat dengan materi konseling kelompok cara menghindari prasangka
7	Selasa, 05 september 2017	08.00 WIB	Pemberian posttest

Tahap pelaksanaan penelitian konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, sebagai berikut:

1) Tahap pertama

Angket atau kuisioner yang telah disebar dan dari hasil angket tersebut pada kelas VIII B yang berjumlah 19 peserta didik terdapat 10 (sepuluh) peserta didik yang rendah kepercayaan dirinya. Dalam pelaksanaan *pretest* berlangsung 45 menit, *pretest* dilaksanakan pada hari kamis, 03 Agustus 2017 dengan dilakukan hal ini

membantu peneliti untuk membina hubungan yang baik kepada peserta didik, berupaya membantu dan menumbuhkan sikap kebersamaan.

Pertama-tama peneliti menjelaskan apa tujuan, cara-cara, asas-asas dan maksud yang ada didalam kegiatan konseling kelompok ini dan memperkenalkan tujuan dan tahap-tahap konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik di kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

Setelah memberikan penjelasan tentang konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dan pengisian angket, hasil tersebut di analisis dan dikategorikan sesuai dengan nilai *pretest* dalam hal ini hasil analisi akan digunakan untuk menentukan sample penelitian. Hasil pelaksanaan *pretest* akan dikatakan lancar hal ini bisa dilihat dari antusias dan memberikan informasi menyangkut pernyataan dalam *pretest* tersebut.

2) Tahap Kedua

Setelah menganalisis data *pretest* peserta didik selanjutnya peneliti membentuk suatu anggota kelompok dengan mengisi dan menyetujui pada lembar responden serta mengatur jadwal pertemuan selanjutnya, peserta didik yang sebagai anggota dapat berperan aktif mengemukakan pendapat serta memberikan saran dan ide-ide. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dilaksanakan dari tanggal 10 Agustus 2017 sampai tanggal 05 september 2017.

Ditahapan ini peneliti menjelaskan kegiatan teknik *assertive training* yang akan dilakukan. Tujuan dari tahap ini membantu peserta didik untuk membantu

mengidentifikasi permasalahan yang terjadi pada peserta didik, pada tahap ini peneliti atau pemimpin menjelaskan pelaksanaan dalam konseling kelompok. Langkah yang pertama rasional strategi yaitu pemimpin kelompok menjelaskan teknik *assertive training* dan tujuan dari *assertive training*. *assertive training* agar individu mampu melatih agar dapat bertindak sesuai dengan keinginan tanpa merugikan orang lain dalam hal meningkatkan kepercayaan diri. langkah yang ke dua yaitu rapport, menerima kehadiran anggota kelompok mengucapkan salam menanyakan kabar dan mengucapkan terima kasih pada responden yang telah bersedia dalam penelitian ini. Langkah ke tiga structuring menjelaskan tentang asas-asas yang berlangsung pada konseling ini dan menetapkan waktu, langkah yang empat pemimpin kelompok mengadakan perkenalan identitas diri, langkah kelima pemimpin kelompok dan anggota kelompok melakukan janji konseling, langkah keenam pemimpin menjelaskan tentang topik yang akan dibahas selama penelitian, yaitu percaya diri, berfikir positif, menerima diri apa adanya, cara menghindari prasangka

Berdasarkan hasil dari analisa selama pelaksanaan tahap ini secara umum berjalan dengan lancar dengan antusias peserta didik mengikuti konseling, namun pada tahapan awal terdapat peserta didik yang malu-malu dan masih takut untuk berbicara, namun setelah peneliti menjelaskan apa manfaat dari sesi konseling ini peserta didik sedikit mulai berbicara dan mengungkapkan sedikit pendapat.

3) Tahap Ketiga

Tahap peralihan dalam konseling kelompok ini yaitu pemimpin menanyakan kembali kepada konseli apakah memahami tahap pelaksanaan konseling kelompok

ini, pemimpin kelompok menjelaskan secara singkat mengenai topik yang dibahas, setelah itu pemimpin kelompok memberikan peluang kepada peserta didik untuk bertanya mengenai topik tersebut.

4) Tahap Keempat

Pemimpin meminta peserta didik untuk menceritakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi ketika tidak percaya diri atau apa yang sedang dipikirkan ketika permasalahan timbul, setelah peserta didik menceritakan permasalahan yang timbul peserta didik membedakan tingkah laku asertif dan tidak asertif, setelah itu pemimpin dan peserta didik menentukan perilaku yang lebih baik untuk kedepannya, setelah itu pemimpin memberikan metode untuk perilaku yang baik dan memberikan penguatan positif dan penghargaan, pemimpin kelompok juga bermainperan dalam verbal. Dan pemimpin meminta pada peserta didik untuk dapat mempraktikkan dalam waktu belajar mengajar disekolah maupun diluar sekolah.

5) Tahap Kelima

Pemimpin dalam hal ini menyimpulkan hasil dari konseling beserta peserta didik, setelah itu pemimpin kelompok mengingatkan pada peserta didik bahwa waktu konseling akan segera habis. Pemimpin kelompok meminta pada peserta didik untuk menyimpulkan hasil dari kegiatan ini pemimpin menyampaikan bahwa konseling yang dilakukan ini merupakan konseling terakhir yang diselenggarakan, pemimpin kelompok menyampaikan bahwa kegiatan-kegiatan yang dapat diterapkan dan diingat untuk membantu dirinya dalam meningkatkan kepercayaan dirinya.

6) Tahap Keenam

Tahap terakhir dalam konseling kelompok dengan teknik *assertive trainng* untuk meningkatkan kepercayaan diri selesai diselenggara, kemudian dilakukan pemberian *posttest* pada hari selasa, 05 september 2017 untuk mengetahui peserta didik rendah percaya diri meningkat atau tidak dalam pemberian traitmen ini.

Peneliti kembali mengukur kembali hasil *posttest* peserta didik dikelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung, adapun hasil dari *posttest* tersebut yakni:

Tabel 4.4

Hasil *Posttest* Kepercayaan Diri Peserta Didik

No	Inisial Peserta Didik	Hasil Posttest	Keterangan
1	GH	70	Tinggi
2	MK	72	Tinggi
3	SK	70	Tinggi
4	PB	80	Tinggi
5	DO	70	Tinggi
6	SL	73	Tinggi
7	WK	70	Tinggi
8	KL	75	Tinggi
9	NK	74	Tinggi
10	SD	75	Tinggi

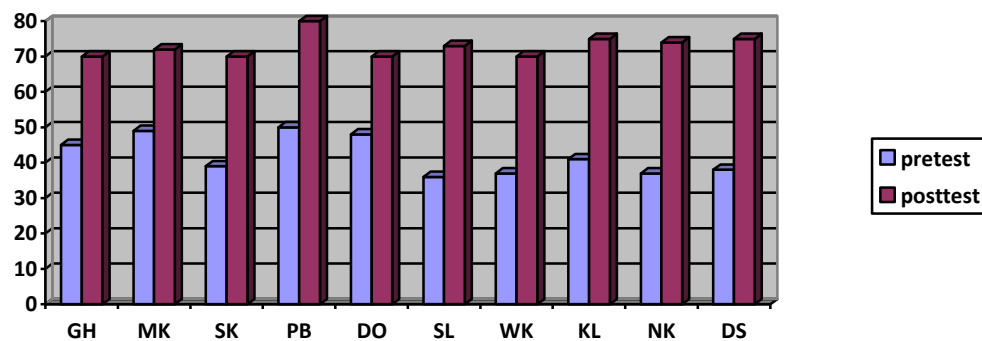
Berdasarkan tabel 4.4 tersebut setelah diberikan layanan konseling kelompok teknik *assertive training* pada peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung, sehingga menghasilkan perubahan pada peserta didik yang rendah kepercayaan dirinya. Setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* didapatkan hasil *pretest*, *posttest* dan *gain score* dapat dilihat pada tabel 4.5 sebagai berikut.

Table 4.5

Deskripsi Data *Pretest*, *Posttest* Score Peningkatan

No.	Inisial Peserta Didik	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Score Peningkatan
1	GH	45	70	25
2	MK	49	72	23
3	SK	39	70	31
4	PB	57	80	30
5	DO	48	70	22
6	SL	36	73	37
7	WK	37	70	33
8	KL	41	75	34
9	NK	37	74	37
10	SD	38	75	37
N= 10		$\Sigma=427$	$\Sigma=729$	$\Sigma d=309$
		$X_1=427/10$	$X_2=729/10$	$MD=\Sigma d/n$
Rata-rata		42,7	72,9	30,9

Berdasarkan hasil perhitungan *pretest* 10 (sepuluh) sampel tersebut didapatkan hasil rata-rata peserta didik dengan nilai 42 setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik *assrtive training*, meningkat menjadi 73 dengan skor peningkatan 31. Berdasarkan perhitungan tersebut dapat terlihat bahwa teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung. Maka dapat disimpulkan bahwa teknik *assertive training* dapat membantu untuk meningkatkan kepercayaan diri.



Gambar 4.1 Grafik
Hasil *Pretest* (Bagan Biru) Dan *Posttest* (Bagan Ungu)
Layanan Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training*

Berdasarkan grafik 4.1 dapat dilihat pengukuran hasil *pretest* (batang biru) dan *posttest* (batang ungu) sebelum dan setelah dilakukan dengan skor peningkatan 31, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assrtive training* bisa digunakan dalam meningkatkan diri peserta didik

3. Hasil Uji Pelaksanaan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Assertive Training* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII B di Mts Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung

Pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik dilihat dari *goin score* sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training*. sebelum dilakukan perbandingan *goin score*, terlebih dahulu dilakukan uji t untuk mengetahui apakah teknik *assertivetraining* efektif dalam meningkatkan kepercayaan peseta didik.

- a. Uji konseling kelompok dengan teknik *assertive training* meningkatkan kepercayaan diri

Hipotesis yang dianjurkan dalam penelitian ini adalah:

H_0 = konseling kelompok dengan teknik *assertive training* tidak berpengaruh terhadap meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

H_a = konseling kelompok dengan Teknik *assertive training* berpengaruh terhadap meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

Adapun hipotesis ststistiknya adalah sebagai berikut:

$$H_0 : \mu = \mu_0$$

$$H_1 : \mu_1 < \mu_0$$

Berdasarkan hasil uji t/t-test one sampel test pada konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk menangani peserta didik yang rendah percaya diri, perhitungan dilakukan dengan menggunakan SPSS (*Statistical product and service solution*) for windows release 16, didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 4.6
Hasil T-Test

Paired Samples Test

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest - posttest	30.200	6.321	1.999	34.722	25.678	15.108	9	.000

Berdasarkan tabel 4.6 diperoleh bahwa t_{hitung} adalah 15,108, mean 30,200, 95% *confidence interval of the difference*, *lower* = 34,722 dan *upper* = -25,678. Kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} $df= 9$, dengan ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($15,108 > 2,262$), karna t_{hitung} ($t_{hitung} >$ nilai sig. (2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,05 ($0.000 \leq 0,05$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian peserta didik dengan kepercayaan dirirendah mendapat perubahan setelah mengikuti konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. dilihat dari ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$, hasil perhitungan lebih besar $t_{hitung} > t_{tabel}$ jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling

kelompok dengan teknik *assertive training* bisa menangani peserta didik yang rendah kepercayaan diri di kelas VII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh suatu kesimpulan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive training* dalam menangani peserta didik yang memiliki kepercayaan diri yang rendah merupakan upaya pemberian bantuan untuk peserta didik dengan latihan perilaku asertif dengan membedakan perilaku pasif, asertif, dan agresif untuk dapat mengoptimalkan potensi yang dimiliki, mampu memandang dan memahami dirinya sendiri dengan baik tanpa merugikan orang lain, berdasarkan pada tujuan dan hasil penelitian, maka akan dibahas data tentang peserta didik rendah percaya diri kelas VII B di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung.

Hasil perhitungan angket dapat diketahui bahwa sebelum diberi perlakuan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, 10 (sepuluh) sampel peserta didik yang rendah percaya diri. Persentase 10 (sepuluh) sampel peserta didik sebelum diberikan layanan yaitu sebesar 42,7 masuk dalam percaya diri yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum peserta didik yang rendah percaya diri berdasarkan hasil *pretest* terdapat peserta didik yang perlu diberikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri.

Peneliti akan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam menangani peserta didik yang memiliki rendah kepercayaan dirinya di kelas VIII B MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar

Lampung, 10 (sepuluh) sampel peserta didik mendapatkan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, ternyata terjadi perubahan dari peserta didik setelah diberi perlakuan yaitu, 10 (sepuluh) peserta didik meningkat dan berada dikategori tinggi. Dengan nilai rata-rata skor sebelum mengikuti konseling kelompok dengan teknik *assertive training* adalah 42,7 dan setelah mengikuti layanan ini meningkat menjadi 72,9. Diperkuat oleh uji-t dari program SPSS 16 di peroleh $t_{hitung} = 15,108$ lebih besar dari $t_{tabel} = 2,262$ atau H_0 ditolak. Ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Dengan demikian dapat dikatakan hipotesis yang menyatakan bahwa konseling kelompok *assertive training* mampu membantu peserta didik di MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung untuk meningkatkan kepercayaan diri diterima.

Berdasarkan hasil kegiatan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* suatu ungkapan yang disampaikan oleh peserta didik, yaitu kegiatan dalam konseling kelompok teknik *assertive training* dapat bermanfaat karena dapat menambah wawasan, pengetahuan dan dapat meningkatkan kepercayaan diri,

Tujuan dalam penelitian ini adalah supaya mampu berbicara didepan umum dan mampu mengungkapkan apa yang meraka rasakan, dalam konseling kelompok ini peserta didik ajarkan untuk mengambil keputusan dalam suatu situasi. Dalam penelitian ini dinamika dalam kelompok dapat dicipta dengan baik , sehingga anggota

kelompok saling menerima, menolong , peserta didik selalu hadir dalam konseling ini dan antusias dalam menjalnai sesi sesi konseling.

Teknik *assertive training* merupakan suatu latihan prilaku yang direncanakan untuk membimbing manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri tanpa merugikan orang lain. ¹ selain itu dalam dinamika kelompok sudah dpat tercipta dengan baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Mekipun penelitian ini sudah dilaksanakan dengan baik, namun peneliti menyadari betul bahwa masih banyak kekurangan, peneliti sebagai pemimpin kelompok dalam kegiatan konseling kelompok mengalami beberapa hambatan. Pada awal pertemuan peneliti masih pasif dalam arti masih belum terlalu memahami anggota kelompok, dan terlihat masih beberapa anggota kelompok nampak kelihatan malu dan canggung, untuk mengatasi ketakutan yang dialami anggotakelompok secaraperlahan peneliti memberikan pengertian dan arahan maksud dan tujuan dalam esi konseling ini.

Keterbatasan waktu dan proses pelaksanaan proses dalam konseling kelompok, disebabkan waktu pelaksanaan mengambil waktu pelajaran dan waktu pelajaran kosong, meski dengan demikian proses konseling kelompok berjalan dengan lancar selama lebih kurang 45 menit dalam setiap pertemuan.

¹ Muchamad Nursalim, *strategi & intervensi konseling*, (jakarta : indeks, 2013, H. 138

Dalam setiap pemberian saat pertemuan *pretest* dan *posttest* sebelumnya peneliti telah berusaha menjelaskan bahwa hasil angket tidak ada hubungannya dengan nilai dan hanya di gunakan untuk penelitian ini, agar peserta didik jujur dalam mengisi pernyataan angket sesuai apa yang mereka rasakan dan alami.