

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN MENGGUNAKAN *TEKNIK ASSERTIVE TRAINING*
UNTUK MEMBANTU MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI
PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

Oleh

A. BUSTHOMI MAGHROBI

NPM: 1211080132

JURUSAN : Bimbingan dan Konseling



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439 H / 2017 M**

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN MENGGUNAKAN *TEKNIK ASSERTIVE TRAINING*
UNTUK MEMBANTU MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI
PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

SKRIPSI

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling

Oleh

B. BUSTHOMI MAGHROBI

NPM: 1211080132

JURUSAN : Bimbingan dan Konseling

Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Pembimbing II : Mega Aria Monica, M.Pd



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1439 H / 2017 M**

ABSTRAK

EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN *TEKNIK ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MEMBANTU MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2016/2017

Oleh:

A. Busthomi Maghrobi

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Berdasarkan hasil observasi dan penyebaran kuesioner yang penulis lakukan di SMP Negeri 8 Bandar Lampung masih terdapat peserta didik yang memiliki rasa percaya diri. Atas dasar hal tersebut peneliti mencoba menerapkan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif (*assertive training*) untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *True Eksperimental Design* jenis *pretest-posttest control group design*. Sampel penelitian ini berjumlah 11 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, metode kuisisioner, wawancara, dan dokumentasi tehnik pendukung.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan peserta didik di sekolah sebelum diberikan layanan dan sesudah diberikan layanan. terhadap rasa percaya diri Hal ini ditunjukkan dari hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t (t-test), dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh dalam kelompok eksperimen $t_{hitung} = 36.701 > t_{tabel} 0.05 = 2.228$, $df = n-1=10$ dengan $p\ value < t_{tabel} (0.000 < 0.0005)$, maka H_0 “Konseling Kelompok Tehnik Latihan Asertif (*assertive training*) tidak efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” ditolak dan H_a “Konseling Kelompok Teknik Latihan Asertif (*assertive training*) efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” diterima

Kata Kunci: Layanan Konseling Kelompok, Teknik Latihan Asertif dan Percaya Diri.



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : JL. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame –Bandar Lampung (0721) 703260

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : **EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MEMBANTU MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**

Nama Mahasiswa : **A. Busthomi Maghrobi**

NPM : **1211080132**

Jurusan : **Bimbingan dan Konseling**

Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

Untuk di Munaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I
NIP.19610401 198103 1003

Pembimbing II

Mega Aria Monica, M.Pd
NIP.

Menyetujui
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling

Andi Thahir, M.A., Ed.D
NIP.19760427 20070 1 1015



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1, Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703289

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MEMBANTU MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2016/2017**, Disusun oleh **A. BUSTHOMI M, NPM: 1211080132**, Jurusan: Bimbingan dan Konseling (BK), telah diujikan dalam sidang munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

TIM PENGUJI

Ketua Penguji	: Dr. Meriyati, M.Pd	(.....)
Sekretaris	: Hardiyansyah Masya, M.Pd	(.....)
Penguji I	: Dr. Rifda El Fiah, M.Pd	(.....)
Penguji II	: Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I	(.....)
Pembimbing	: Mega Aria Monica, M.Pd	(.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan


Dr. H. Chasrul Anwar, M.Pd
NIP. 195608101987031001

MOTTO

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ



“Orang-orang beriman itu sesungguhnya bersaudara. sebab itu damaikanlah (perbaikilah hubungan) antara kedua saudaramu itu dan takutlah terhadap Allah, supaya kamu mendapat rahmat.” (QS. Al-Hujarat: 10).⁵⁵



⁵⁵ Agus Hidayatulloh DKK, *Al-qur'an Tajwid Kode Transliterasi Perkata Terjemah Perkata*, (Jawa Barat : Cipta Bagus Segara, 2013), h. 516.

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan Bismillahirrohmanirohim, saya ucapkan banyak terimakasih, skripsi ini saya persembahkan kepada;

1. Orang tua yang tercinta, untuk Mama Sumiyati (Alm), Abah TB. Muhammad Nur, S.Pd.I dan Ibu Imas Neni Kurniawati yang telah menyayangi, mengasihi, dan mendidik saya, serta senantiasa selalu mendo'akan saya untuk meraih kesuksesan.
2. Adik yang saya cintai, Yuyun Fadillah, Elvin Melani dan Ronald Erdiansyah yang selalu menemani dan memberikan semangat dalam kondisi senang maupun susah.
3. Teman temanku Bimbingan dan Konseling angkatan 2012 baik yang sudah selesai, maupun yang masih sama sama berjuang untuk saling mengingatkan dan memotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak mengajarkan saya untuk belajar istiqomah, berfikir dan bertindak lebih baik.



RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir dari pada tanggal 05 September 1994 di Lengkokai, Kecamatan Kelumbayan Barat, Tanggamus, Lampung. Penulis adalah anak sulung dari 4 bersaudara dari Bapak Tb. Muhammad Nur, S.Pd.I dan Ibunda Sumiyati (ALM).

Penulis menempuh pendidikan formal : MI Mathla'ul Anwar Ciubar Sidoharjo, Tanggamus, Lampung di tahun 2000-2006; MTS Mathla'ul Anwar Kecapi Padang Cermin Pesawaran Lampung di Tahun 2006-2007 di lanjutkan ke SMP Negeri 1 Kelumbayan Barat di Tahun 2007-2009; MA AL-Hikmah Kedaton Bandar Lampung, Lampung di Tahun 2009-2010, di lanjutkan pada SMA Negeri 1 Kelumbayan Barat, Tanggamus, Lampung. Pada tahun 2012, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Tahun Ajaran 2012/2013 hingga sekarang.

Selama kuliah penulis mengikuti beberapa kegiatan kemahasiswaan yakni kader ukm MENWA pada tahun 2013/2014 serta kegiatan kegiatan Extra yang ada diluar kampus yakni DARMAPALA.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobil'allamin

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, Segala puji bagi Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya diyaumul akhir nanti.

Penyusunan skripsi ini yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Menggunakan *Teknik Assertive Training* untuk Membantu Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017” merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dorongan, serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

3. Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd, selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Drs. Badrul Kamil, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing I. Terimakasih atas kesediaan untuk membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Mega Aria Monica, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing II. Terimakasih atas kesediaan dalam membimbing, mengarahkan, memberikan saran, dan kritik yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling. Terimakasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
7. Ibu Hj Ratnasari S.pd,MM selaku kepala sekolah SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dan mengumpulkan data skripsi penulis, Bunda Dra Sri susilawati selaku kordinator BK yang selalu membantu kelancaran penulis selama penelitian berlangsung beserta Ibu-ibu guru BK, dan bapak Waka kurikulum beserta ibu bapak guru beserta staf tenaga pengajar di SMP Negeri 8 Bandar Lampung terimakasih atas kerjasama dan bantuannya selama melakukan penelitian, semoga Allah membalas jasa baiknya.
8. Nduku Wina orang tersayang yang selalu ada, terimakasih atas bantuannya, marahnya, motivasi, dan dukungan baik doa maupun yang lainnya yang tidak biasa disebutkan semua kebaikannya.

9. Teman teman Bimbingan dan Konseling angkatan 2012 khususnya kelas A, Sahabat ,Dwik, Yuli, Deni, Muhadi, Diar, Genta, Supri, Rival, Riskon, Puti, terikasih atas bantuan kebaikannya,kritik sarana dan dukungannya selama ini semoga dibalas oleh Allah SWT.

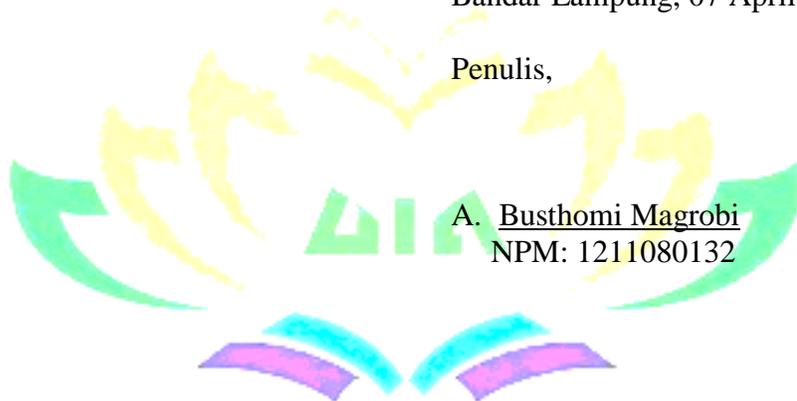
10. Semua pihak yang telah turut serta membantu menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bantuan yang tulus dari berbagai pihak, mendapatkan imbalan dari Allah SWT. Dengan mengucap Alhamdulillahirabbil'alamin, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pada pembaca terutama bagi kemajuan pendidikan pada masa sekarang ini. Amiinnn

Bandar Lampung, 07 April 2017

Penulis,

A. Busthomi Magrobi
NPM: 1211080132



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	15
C. Batasan Masalah.....	16
D. Rumusan Masalah	16
E. Tujuan Masalah	17
F. Manfaat Penelitian.....	17
G. Kajian Relevan	18
H. Kerangka berfikir	21
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Kelompok	23
1. Definisi Konseling Kelompok	23
2. Tujuan Konseling Kelompok	25
3. Tahapan Penyelenggara Konseling Kelompok	27
4. Komponen-komponen Konseling Kelompok	31
B. Latihan Asertif (<i>Asserive Training</i>)	33
1. Pengertian <i>Assertive Training</i>	33
2. Dasar Teori Latihan Asertif	36
3. Tujuan Latihan Asertif	37
4. Prosedur Terapan Latihan Asertif	38
C. Rasa Percaya Diri	40
1. Pengertian Percaya Diri	40
2. Ciri-ciri Individu Dengan Percaya Diri	42
D. Faktor Penyebab Kurang Percaya Diri	47
E. Hipotesis	49

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	50
B. Desain Penelitian	51
C. Variabel Penelitian	55
D. Definisi Operasional	56
E. Populasi dan Sampel	59
F. Teknik Pengumpulan Data	64
G. Skala Pengukuran	65
H. Instrumen Pengumpulan Data	68
I. Pengujian Instrumen Penelitian	68
J. Teknik Analisis Data	70

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	72
B. Deskripsi Data	73
C. Uji Hipotesis	88
D. Deskripsi Proses Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Asertif	90
E. Pembahasan	94
F. Keterbatasan Penelitian	99

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	101
B. Saran	102

DAFTAR PUSTAKA	104
-----------------------------	------------

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Hasil Pra-Penelitian	11
2	Pola Pretest-Posttest Control Group Design	52
3	Tahapan Layanan Konseling Kelompok	53
4	Definisi Operasional	57
5	Rincian Jumlah Populasi	60
6	Sampel Penelitian Eksperimen	62
7	Sampel Penelitian Kelas Kontrol	63
8	Alternatif Jawaban	66
9	Kriteria Skor Percaya Diri	67
10	Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian	68
11	Hasil Populasi Pretest Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	74
12	Hasil Sampel Pretest Kelas Eksperimen dan Kontrol	76
13	Hasil Posttest Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	85
14	Deskripsi Data Pretest, Posttest, Gain Score	86
15	Hasil Uji T-Test Kelas Eksperimen	89



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Berfikir	21
2 Langkah-langkah Penelitian	54
3 Variabel Penelitian	55
4 Grafik Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	88



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia dengan pendidikan tidak dapat dipisahkan, sebab pendidikan merupakan kunci dari masa depan manusia yang dibekali dengan akal dengan pikiran. Pendidikan merupakan sebagai salah satu kebutuhan, fungsi sosial, sebagai bimbingan, sarana pertumbuhan serta pembentukan disiplin hidup. Pendidikan mempunyai peranan penting untuk menjamin perkembangan dan kelangsungan hidup suatu bangsa, karena pendidikan merupakan wahana untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas sumberdaya manusia.

Tidak diragukan lagi bahwa sejak manusia yang pertama kali lahir ke dunia telah dilakukan usaha-usaha pendidikan, manusia telah berusaha mendidik anak-anaknya, kendatipun dengan cara yang sangat sederhana. Demikian pula semenjak manusia saling bergaul, telah ada usaha-usaha dari orang-orang yang lebih mampu dalam hal-hal tertentu untuk mempengaruhi orang lain, untuk kepentingan kemajuan orang-orang tersebut. Pendidikan merupakan kebutuhan sepanjang hayat. Setiap manusia membutuhkan pendidikan sampai kapan dan dimanapun ia berada. Pendidikan diarahkan untuk menghasilkan

manusia yang berkualitas dan mampu bersaing di samping memiliki budi pekerti yang luhur dan moral yang baik.

Manusia dapat memperoleh ilmu pendidikan dan ilmu pengetahuan melalui dua sumber utama yaitu sumber alamiah dan sumber insaniah.⁵⁶

Ilmu yang datang dari alamiah adalah ilmu yang secara langsung datang kepada kita dari Allah SWT melalui wahyu, ilham, atau mimpi yang benar. Dan ilmu yang datang dari sumber insaniah adalah ilmu yang di pelajari oleh manusia dari pengalaman-pengalaman pribadinya dalam kehidupan, kesungguhannya dalam eksplorasi, observasi, upaya mengatasi berbagai masalah yang menghadang dengan cara *trial and error* atau melalui pengalaman psikis.⁵⁷

Proses belajar mengajar merupakan bagian dari pendidikan. Pendidikan tersebut tidak hanya terbatas pada lembaga formal tetapi juga mencakup lembaga informal baik yang berlangsung dalam keluarga, dalam pekerjaan dan dalam kehidupan masyarakat. Dalam konteks pendidikan formal di sekolah, kegiatan belajar mengajar merupakan fungsi pokok dan usaha yang paling strategis guna mewujudkan tujuan institusional yang diemban oleh suatu lembaga.

Lembaga pendidikan formal yaitu sekolah merupakan suatu lembaga pendidikan yang memiliki tanggung jawab besar terhadap peserta didiknya. Sekolah dituntut untuk mampu membuat peserta didiknya berkembang secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan peserta didiknya. Selain itu sekolah juga dituntut untuk menciptakan peserta didik yang kreatif, mandiri dan dapat

⁵⁶ Muhammad UN, *Psikologi dalam Alquran -Terapi Qurani Dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Bandung : Pustaka Setia, 2015), h.251.

⁵⁷ *Ibid*, h.251-252

mencapai target setelah peserta didik menyelesaikan pendidikannya disuatu lembaga tersebut.

Untuk dapat menciptakan peserta didik yang kreatif mandiri, guru berperan sangat penting didalamnya. Guru merupakan jembatan pertama peserta didik untuk dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki peserta didik. Selain guru mata pelajaran guru bimbingan dan konseling juga berperan sangat penting bagi peserta didik agar dapat membantu peserta didik mengembangkan potensi dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapi peserta didik. Seperti yang dijelaskan oleh Tohirin adalah bahwa pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah sangat penting untuk dilaksanakan guna membantu peserta didik mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya.⁵⁸

Adapun landasan bimbingan dan konseling pada hakekatnya merupakan faktor-faktor yang harus diperhatikan dan dipertimbangkan khususnya oleh konselor selaku pelaksana utama dalam mengembangkan layanan bimbingan dan konseling. Landasan yang dimaksud adalah memberikan arahan dan pemahaman khususnya bagi konselor dalam melaksanakan setiap kegiatan bimbingan dan konseling yang lebih bisa dipertanggungjawabkan secara logis, etis maupun estetis.

Sebagaimana telah dijelaskan dalam Undang-undang Tentang Sistem Pendidikan Nasional, diperkuatkan juga dengan PERMENDIKNAS No 111 Tahun

⁵⁸ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*, (Jakarta : Rajawali Pers, 2009), h. 12.

2014 tentang Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Tentang Bimbingan Dan Konseling Pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah pasal 2 yang berisikan tentang layanan bimbingan dan konseling bagi konseli pada satuan pendidikan memiliki fungsi:

- a. pemahaman diri dan lingkungan;
- b. fasilitasi pertumbuhan dan perkembangan;
- c. penyesuaian diri dengan diri sendiri dan lingkungan;
- d. penyaluran pilihan pendidikan, pekerjaan, dan karir;
- e. pencegahan timbulnya masalah;
- f. perbaikan dan penyembuhan;
- g. pemeliharaan kondisi pribadi dan situasi yang kondusif untuk perkembangan diri konseli;
- h. pengembangan potensi optimal;
- i. advokasi diri terhadap perlakuan diskriminatif; dan
- j. membangun adaptasi pendidik dan tenaga kependidikan terhadap program dan aktivitas pendidikan sesuai dengan latar belakang pendidikan, bakat, minat, kemampuan, kecepatan belajar, dan kebutuhan konseli.⁵⁹

Fungsi tersebut menjelaskan bahwa, tugas suatu layanan bimbingan dan konseling bagi peserta didik adalah agar peserta didik dapat memahami dirinya, lingkungannya serta peserta didik mampu menjadi individu yang lebih peka terhadap situasi dan mandiri terutama memahami hakikat manusia. Dengan memahami hakikat manusia maka setiap upaya bimbingan dan konseling diharapkan tidak menyimpang dari hakikat tentang manusia itu sendiri. Hal tersebut di atas juga menuntut seorang konselor agar dalam berinteraksi dengan

⁵⁹ Mohammad Nuh, *Permendiknas No. 111 Tahun 2014*, [http://permendikbud-no-111-tahun-2014-tentang-bimbingan-dan-konseling.pdf-adobe reader](http://permendikbud-no-111-tahun-2014-tentang-bimbingan-dan-konseling.pdf-adobe-reader) diakses Jum'at, (27 Februari 2015 pukul 10:20 WIB).

klien harus mampu melihat dan memperlakukan kliennya sebagai sosok utuh manusia dengan berbagai dimensinya.

Menurut Ahman dalam buku Mamat Supriatna lebih jelas menjelaskan, secara khusus layanan bimbingan di SMP bertujuan untuk membantu siswa agar dapat memenuhi tugas-tugas perkembangan yang berkaitan dengan aspek pribadi sosial, pendidikan, dan karier sesuai dengan tuntutan lingkungan.⁶⁰ Salah satu aspek perkembangan peserta didik, layanan bimbingan membantu peserta didik agar : (1) memiliki pemahaman diri; (2) mengembangkan sikap positif; (3) membuat pilihan kegiatan secara sehat; (4) mampu menghargai orang lain; (5) memiliki rasa tanggung jawab; (6) mengembangkan keterampilan hubungan antar pribadi; (7) dapat menyelesaikan masalah; dan (8) dapat membuat keputusan secara baik.⁶¹

Dari penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa individu harus mampu memecahkan dan mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialami dirinya agar individu dapat mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan berperilaku yang positif dengan lingkungannya secara baik.

Dalam dunia psikologi perkembangan, peserta didik yang berumur 12-15 tahun merupakan masa remaja awal. Umumnya individu mulai berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik, tidak tergantung pada orang tua,

⁶⁰ Mamat Supriatna, *Bimbingan dan Konseling Berbasis Kompetensi*, (Jakarta :. Rajawali Pers, 2013), h. 39.

dan fokus pada penerimaan diri terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya.⁶² Dalam buku Psikologi Perkembangan, masa remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu : pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, 18-21 tahun adalah masa remaja akhir.⁶³ Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak menuju masa dewasa.

Menurut Ahmadi dan Sholeh, tanda-tanda tertier dari masa ini antara lain biasanya diwujudkan dalam perubahan sikap dan perilaku, contoh adanya perubahan mimik saat berbicara, cara berpenampilan, bahasa yang diucapkan, aktingnya, dan lain-lain.⁶⁴ Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Salah satu tugas perkembangan masa remaja dalam mencapai jati dirinya dapat dilakukan melalui pergaulan hidup baik dengan keluarga guru maupun teman sebaya. Hampir sebagian besar waktu dalam kehidupan remaja digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain. Interaksi sosial dengan teman sebaya merupakan salah satu unsur penting untuk memenuhi kebutuhan akan harga diri, aktualisasi diri di lingkungan mengadakan interaksi dengan lingkungan sebagai tujuannya. Apabila hal tersebut tidak tercapai maka individu akan mengalami masalah dalam kesehariannya.

⁶² Sunarto. Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta:Rineka Cipta, 2008), h. 192.

⁶³ Hendriati Agustiani, *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*, (Bandung : Refika Aditama, 2009). h. 29.

⁶⁴ *Ibid.* 32

Salah satu peran penting untuk peserta didik dapat hidup bersosial adalah tumbuhnya sikap rasa percaya diri. Rasa percaya diri akan membantu peserta didik dapat bersosialisasi dengan baik, baik terhadap teman sebaya ataupun warga sekolah. Percaya diri pada dasarnya merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk dapat menanggapi segala sesuatu dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki.

Mastuti menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya.⁶⁵ Sedangkan menurut Wira Negara percaya diri adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. “Orang yang percaya diri akan merasa cukup dengan mengetahui kemampuan dirinya dan berusaha meningkatkan kemampuan dan prestasinya tanpa menghiraukan apa kata orang”.⁶⁶

Dari pendapat para ahli di atas disimpulkan bahwa rasa percaya diri pada peserta didik sangatlah penting untuk dapat mengembangkan diri dan tidak terganggu dengan hal penilaian yang negatif terhadap dirinya. Selain pendidikan formal agamapun mengajarkan kita agar memiliki rasa percaya diri dan

⁶⁵ Mastuti, Hi-Fest Publishing : *50 Kiat Percaya Diri* (Jakarta :Bimbingan Konseling Unnes, 2013),h. 3.

⁶⁶*Ibid*, h. 8

mengembangkan rasa percaya diri tersebut. Seperti yang dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Ali-Imron: 139 dan surat Fusshilat: 30 yaitu :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya: “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman. (Ali Imran: 139)”⁶⁷

إِنْ يَمْسَسْكُمْ قَرْحٌ فَقَدْ مَسَّ الْقَوْمَ قَرْحٌ مِّثْلُهُ ۗ وَتِلْكَ الْأَيَّامُ
نُذِرُهَا بَيْنَ النَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَيَتَّخِذَ مِنْكُمْ
شُهَدَاءَ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ الظَّالِمِينَ ﴿١٤٠﴾

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: "Tuhan kami ialah Allah" kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): "Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (Fusshilat: 30).”⁶⁸

Berdasarkan ayat di atas menjelaskan bahwa pentingnya membangun percaya diri karena percaya diri akan membentuk sikap yang baik. Dan dengan adanya sikap percaya diri akan memperoleh suatu keuntungan dalam meraih cita-cita. Kepercayaan

⁶⁷ Departemen Agama RI *Al Qur'an terjemah* (Bandung; Diponegoro, 2010), h. 67

⁶⁸ *Ibid*, h.379

diri seseorang sangat dipengaruhi oleh masa perkembangan yang sedang dilaluinya terutama bagi remaja, kepercayaan diri ini akan mudah berubah.

Peserta didik yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, hal ini menyebabkan sering menutup diri mereka terhadap lingkungan sekitar. Tanpa kepercayaan diri peserta didik memiliki resiko kegagalan ataupun kurang optimal dalam mengerjakan tugas-tugasnya sebagai remaja. Berbanding terbalik dengan peserta didik yang memiliki kepercayaan diri tinggi, mereka cenderung berani tampil bahkan tanpa persiapan apapun dan tanpa memikirkan hasilnya Individu yang kurang memiliki kepercayaan diri menilai bahwa dirinya kurang memiliki kemampuan.

Adapun ciri-ciri individu/peserta didik yang memiliki rasa percaya diri kurang optimal atau negatif menurut Mastuti antara lain:

- a. menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan;
- b. sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri - namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri;
- c. takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil;
- d. selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).⁶⁹

Sedangkan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang positif adalah sebagai berikut:

- a. percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain;

⁶⁹ Septi Rahayu Purwati, "Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan *Konseling Kelompok*", (Jurnal Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNES, 2013), h.24.

- b. berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri;
- c. memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi;
- d. memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain.⁷⁰

Peserta didik SMP Negeri 8 Bandar Lampung masih banyak yang memiliki masalah percaya diri, terutama pada kelas VIII. Hal ini didasarkan pada hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap guru BK SMP Negeri 8 Bandar Lampung pada hari Selasa 7 Februari 2017. Guru BK mengatakan bahwa peserta didik di SMP Negeri 8 Bandar Lampung masih banyak yang memiliki masalah percaya diri terutama pada kelas VIII D, hal ini ditandai dengan:

- a. menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan ditandai dengan masih banyak peserta didik yang malu bertanya ketika merasa tidak mampu;
- b. sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri hal ini ditandai dengan berdiam diri meskipun mereka sebenarnya mampu;
- c. takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil ditandai dengan enggan maju kedepan saat diminta oleh guru;
- d. selalu menempatkan/memosisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu. mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain) hal ini ditandai dengan masih banyak berebut kursi paling belakang saat duduk.⁷¹

⁷⁰ *Ibid* , h.19

⁷¹ Sri Susilawati, *Guru Bimbingan Dan Konseling, SMP Negeri 8 Bandar Lampung*.

Untuk dapat memperkuat hasil wawancara pada guru BK SMP Negeri 8 Bandar Lampung peneliti melakukan penyebaran angket pada peserta didik yang dilakukan pada hari Selasa 7 Februari 2017. Hasil penskoran dari angket tersebut dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1
Hasil Pra Penelitian Rasa Percaya Diri Rendah
Peserta Didik Kelas VIII D SMP Negeri 8 Bandar Lampung

No.	Indikator	Presentase	Jumlah
1	Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan ditandai dengan masih banyak peserta didik yang malu bertanya ketika merasa tidak mampu.	10.34%	3
2	Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri hal ini ditandai dengan berdiam diri meskipun mereka sebenarnya mampu.	6.90%	2
3	Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil ditandai dengan enggan maju kedepan saat diminta oleh guru.	13.79%	4
4	Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu. mempunyai <i>external locus of control</i> (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain) hal ini ditandai dengan masih banyak peserta didik berebut kursi paling belakang saat duduk.	6.90%	2
Jumlah		37.93%	11

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa dari 29 peserta didik terdapat 11 peserta didik (37.93%) yang memiliki masalah pada rasa percaya diri, yaitu 3 peserta didik (10.34%) yang menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan ditandai dengan masih banyak peserta didik yang malu bertanya ketika merasa tidak mampu, 2 peserta didik (6.90%) yang sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri hal ini ditandai dengan berdiam diri meskipun mereka sebenarnya mampu, 4 peserta didik (13.79%) yang memiliki rasa takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil ditandai dengan enggan maju kedepan saat diminta oleh guru, dan 2 peserta didik (6.90%) yang selalu menempatkan/memosisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu. mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain) hal ini ditandai dengan masih banyak peserta didik berebut kursi paling belakang saat duduk. Dapat dilihat bahwa pada kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung masih terdapat peserta didik yang memiliki masalah percaya diri.

Permasalahan tersebut seharusnya tidak terjadi karena sebagai peserta didik membutuhkan informasi tentang pemahaman memiliki suatu rasa percaya diri yang baik untuk dapat bertahan dan menyamankan dirinya dilingkungannya juga didalam kehidupannya. Oleh karena itu permasalahan tersebut perlu adanya

penanganan agar peserta didik mampu berinteraksi dengan lingkungan dengan baik. Dalam hal ini berkenaan dengan aktivitas pendidikan, baik dari interaksi sosial, hubungan sosial dan perilaku sosial peserta didik merupakan salah satu hal yang terpenting untuk diperhatikan agar menunjang sikap peserta didik dalam berperilaku dan belajar, maka dalam hal ini perlu adanya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif (*assertive training*) guna untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang dialami oleh peserta didik.

Latihan asertif (*Assertive Training*) merupakan teknik dalam konseling *behavioral* yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya.

Menurut Alberti dan Emmons perilaku asertif merupakan perilaku menegaskan diri yang positif yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain. Zastrow menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas.⁷²

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa latihan asertif adalah untuk meningkatkan kemampuan untuk bersikap sesuai terhadap diri sendiri dan lingkungannya, serta mampu meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif. Individu yang berperilaku asertif berarti mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan secara jujur, terbuka dan penuh percaya diri.

Secara umum, orang yang asertif dicirikan dengan beberapa ciri, diantaranya adalah:

⁷² Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta : Indeks, 2013), h. 139.

- a. mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan dirinya, baik secara verbal maupun non verbal secara bebas, tanpa perasaan takut, cemas, dan khawatir;
- b. mampu menyatakan “tidak” pada hal-hal yang memang dianggap tidak sesuai dengan kata hati atau nuraninya;
- c. mampu menolak permintaan yang dianggap tidak masuk akal, berbahaya, negatif, tidak diinginkan, atau dapat merugikan orang lain;
- d. mampu untuk berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur, terus terang sebagaimana mestinya;
- e. mampu menyatakan perasaannya secara jelas, tegas, jujur, apa adanya, dan sopan;
- f. mampu untuk meminta tolong pada orang lain pada saat kita memang membutuhkan pertolongan;
- g. mampu mengekspresikan kemarahan, ketidaksetujuan, perbedaan pandangan secara proporsional;
- h. tidak mudah tersinggung, sensitif, dan emosional;
- i. terbuka untuk ruang kritik;
- j. mudah berkomunikasi, hangat dan menjalin hubungan sosial dengan baik;
- k. mampu memberikan pandangan secara terbuka terhadap hal-hal yang tidak sepaham; dan
- l. mampu meminta bantuan, pendapat, atau pandangan orang lain ketika sedang menghadapi masalah.⁷³

Di sekolah agar dapat berperilaku asertif, diantaranya dapat mengajukan pertanyaan atau permintaan karena perlakuan tidak adil, terbiasa berbicara terus terang dan terbuka di dalam kelas ataupun di luar kelas, merasa nyaman untuk mengekspresikan pandangannya ketika tidak setuju dengan pandangan orang lain, mampu untuk menerima atau setuju dengan keputusan yang telah dibuat, mampu untuk menerima kritik dan pujian yang diberikan secara membangun, mampu dan berkeinginan memberikan kritik dan pujian, mampu menangani

⁷³Sunardi (*Makalah: Latihan Asertif, PLBFIPUPI, 2010*). Terdapat di [Http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR.PEND.LUARBIASA/196002011987031SUNARDI/karya_tlmateri_ajar_pdf/Latihan_Asertif.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR.PEND.LUARBIASA/196002011987031SUNARDI/karya_tlmateri_ajar_pdf/Latihan_Asertif.pdf). diakses pada tanggal 12 Februari 2015.

penghinaan atau menghadapi orang lain yang mengejeknya, mampu menghadapi keputusan-keputusan yang sulit dan bukan menghindarinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Isnaini Maulina Putri, menyatakan bahwa “teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan kemampuan sosial peserta didik terisolir. Dilihat dari hasil analisis nilai hitung terjadi peningkatan skor rata-rata, pada hasil *pretest* adalah 56,375 dan setelah *posttest* menjadi 98 dengan skor 41,625.⁷⁴

Dengan adanya layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif akan membantu peserta didik dalam meningkatkan hubungan interpersonal peserta didik. Salah satu bentuk hubungan interpersonal dapat terjalin dengan baik apabila peserta didik memiliki rasa percaya diri yang baik. Berdasarkan hal tersebut peneliti berasumsi bahwa layanan konseling kelompok dengan menggunakan tehnik latihan asertif dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam upaya meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik, maka peneliti tertarik meneliti mengenai: “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Menggunakan *Teknik Asserive Training* untuk Membantu Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan peneliti pada latar belakang masalah yang mengkaji tentang efektivitas layanan konseling kelompok untuk membantu

⁷⁴ *Op.Cit.*, h.105

meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung, dari hasil angket dan wawancara sehingga dapat ditelusuri beberapa masalah sebagai berikut:

1. Terdapat 11 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang sulit beradaptasi dengan teman sebayanya atau bergaul pada lingkungan sekitar.
2. Masih adanya peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang kurang memiliki rasa percaya diri dalam mengaplikasikan kemampuannya dihadapan guru maupun peserta didik lainnya.
3. Masih adanya peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang memiliki rasa percaya diri rendah terhadap lingkungan sekitar.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan batasan masalah tersebut, maka peneliti membatasi masalah agar permasalahan tidak meluas yaitu layanan konseling kelompok untuk membantu meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik dengan menggunakan *Teknik Assertive Training* kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka peneliti merumuskan masalah yang dapat dijadikan kajian penelitian sebagai berikut “Apakah Layanan

Konseling Kelompok dengan Menggunakan *Teknik Assertive Training* Efektif untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung”?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah mengatasi masalah kepercayaan diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung melalui layanan konseling kelompok.

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mendapatkan gambaran kepercayaan diri sebelum diberikan layanan konseling kelompok pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
2. Untuk mendapatkan gambaran tentang perkembangan kepercayaan diri selama proses diberikan layanan konseling kelompok pada Peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
3. Untuk mendapatkan gambaran kepercayaan diri peserta didik sesudah mendapatkan layanan konseling kelompok pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

a. Secara Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini mampu memberikan sumbangan ilmu dalam bidang pendidikan khususnya bimbingan dan konseling yaitu

membantu peserta didik dalam menumbuhkan serta meningkatkan rasa percaya diri.

b. Secara Praktis

1) Bagi Peserta Didik

Diharapkan dapat meningkatkan rasa percaya diri peserta didik melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* dan dapat lebih aktif mengikuti serangkaian kegiatan layanan konseling kelompok.

2) Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan positif bagi sekolah, khususnya dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training*.

3) Bagi Guru Bimbingan Konseling

Dapat menambah pengetahuan guru bimbingan konseling dalam melaksanakan layanan konseling kelompok di sekolah terkait dengan rasa percaya diri peserta didik, serta dapat dijadikan sebagai bahan masukan guru pembimbing dalam memberikan layanan konseling yang tepat terhadap peserta didik sehingga memiliki rasa percaya diri yang positif.

4) Bagi Peneliti

Penelitian nantinya dapat memberikan informasi bagi peneliti tentang seberapa besar pengaruh teknik *Assertive Training* yang dilakukan dalam

meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMP NEGERI 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.

G. Kajian Relevan

Penelitian tentang percaya diri dan teknik asertive yang dilakukan oleh:

1. Septri Rahayu Purwati dengan Judul “Mengatasi Masalah Kepercayaan Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas Viii F Smp Negeri 2 Karangpucung Kabupaten Cilacap” penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang perkembangan kepercayaan diri selama proses diberikan layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII F SMP Negeri 2 Karangpucung, Cilacap. Jenis penelitian yang digunakan adalah Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling dengan melaksanakan dua siklus. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala kepercayaan diri dan observasi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis data kuantitatif yaitu deskriptif persentase dan *uji wilcoxon* serta kualitatif. Hasil *uji wilcoxon* menunjukkan Thitung 36 dan Ttabel 4 sehingga thitung \geq ttabel. Ha diterima dan Ho ditolak. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri sebelum diberikan layanan konseling kelompok rata-rata sebesar 58,51% yang masuk dalam kategori sedang. Kepercayaan diri siswa selama proses

diberikan layanan konseling kelompok mengalami peningkatan. Pada siklus 1 kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan sebesar 8,77% dari kondisi awal, pada siklus 2 kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan sebesar 8,72% dari siklus 1. Kepercayaan diri siswa setelah mendapatkan layanan konseling kelompok menjadi 76,00% yang masuk dalam kategori tinggi dengan peningkatan rata-rata sebesar 17,49% dari kondisi awal. Simpulan dari penelitian ini adalah masalah kepercayaan diri siswa dapat diatasi melalui layanan konseling kelompok. Saran yang diberikan adalah guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 2 Karangpucung diharapkan dapat memberikan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling kelompok sebagai upaya untuk mengatasi masalah kepercayaan diri siswa.⁷⁵

2. Isnaini Maulina Putri dengan judul “Pelaksanaan Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial Dengan Teknik Latihan Asertif Pada Peserta Didik Terisolir Kelas IX Madrasah Tsanawiyah Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2014/2015” Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik latihan asertif dapat menangani peserta didik terisolir kelas IX MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016. Jenis penelitian ini adalah *pre-experimental designs* dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas IX MTs Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung yang

⁷⁵ *Op.Cit.*, h.122.

dikategorikan terisolir. Kemudian didapatkan 8 sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling* untuk menangani peserta didik terisolir. Terdapat peningkatan peserta didik terisolir dilihat dari *mean pretest* sebelum diberikan *treatment* 56,375 dan *mean posttest* setelah diberikan *treatment* 98 dengan angka selisih peningkatan adalah 41,625. Hal ini juga dibuktikan dari ketentuan t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($39.015 \geq 1,895$), dengan demikian peserta didik terisolir terdapat perubahan setelah diberikan layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik latihan asertif. Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan adanya pemberian layanan bimbingan pribadi-sosial dengan teknik latihan asertif peserta didik mampu mengadakan perubahan-perubahan positif pada diri individu itu sendiri dan mampu menyelesaikan permasalahannya secara baik pribadi maupun sosialnya.⁷⁶

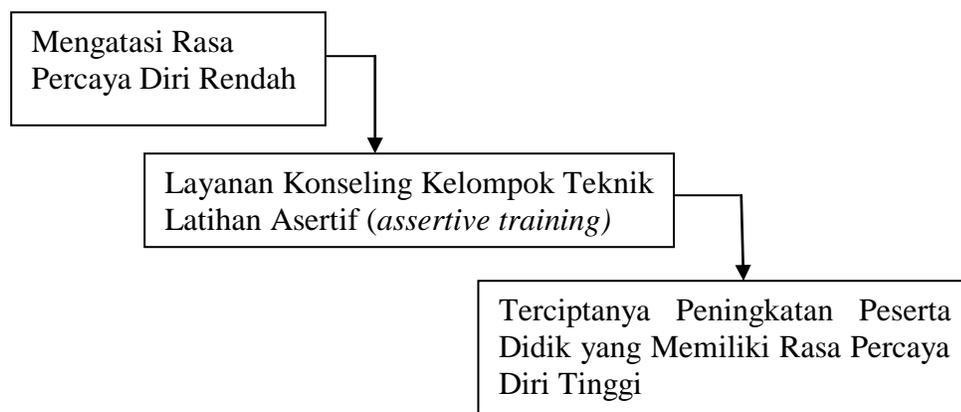
H. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan. Menurut Sugiono kerangka pemikiran merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang dideskripsikan.⁷⁷ Kerangka berfikir dalam penelitian ini adalah bahwa penerapan layanan bimbingan konseling kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri dengan menggunakan teknik asertive

⁷⁶ *Op.Cit.*, h.105

⁷⁷ Sugiono, "Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif R&D" (Bandung: Alfabeta, 2012, h.60.

training, diharapkan dapat membantu peserta didik untuk menerima dan memahami berbagai informasi berkenaan dengan pengertian, fungsi, dan manfaat penting dalam memiliki rasa percaya diri. Berikut ini merupakan kerangka berfikir dalam penelitian:



Gambar 1
Kerangka Berfikir



BAB II

LANDASAN TEORI

Landasan teori berisi teori-teori yang relevan, yang dapat digunakan untuk menjelaskan tentang obyek yang akan diteliti. Penelitian ini berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Menggunakan *Teknik Asserive Training* dalam Membantu Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” Untuk itu berdasarkan teori yang digunakan dalam melakukan penelitian ini adalah yang berhubungan dengan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dan rasa percaya diri.

A. Konseling Kelompok

1. Definisi Konseling Kelompok

Secara etimologi konseling berasal dari bahasa latin yaitu “*consllium*” yang berarti “dengan” atau “bersama” yang dirangkai dengan “menerima” atau “memahami”. Sedangkan dalam bahasa Anglo-Sexon, Istilah konseling berasal dari “*Sellan*” yang berarti “menyerahkan” atau menyampaikan.⁷⁸

⁷⁸Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (JAKARTA: PT. Rieneka Cipta, 2009), h. 99.

Menurut ASCA (*American School Counselor Association*) dikutip dalam buku Ahmad Juntika mengemukakan bahwa konseling merupakan hubungan tatap muka yang bersifat rahasia, penuh dengan sikap penerimaan dan pemberian kesempatan diri konselor kepada klien.⁷⁹ Sedangkan menurut Prayitno konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.⁸⁰

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling adalah suatu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada peserta didik dalam memecahkan masalah yang dihadapinya dengan bertukar pikiran dan cara yang sesuai dengan kemampuannya sendiri.

Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.⁸¹ Beberapa orang pakar mendefinisikan tentang konseling kelompok, yaitu:

1. Prayitno berpendapat bahwa konseling kelompok merupakan layanan konseling perorangan yang dilaksanakan didalam suasana kelompok.⁸²
2. Menurut Dewa Ketut Sukardi konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi di dalam kelompok itu.

⁷⁹ *Ibid*, h.10

⁸⁰ *Ibid*, h.105.

⁸¹ Ahmad Juntika, *Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Rieneka Cipta, 2014),h.24.

⁸² *Ibid*, h.311.

Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul di dalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar dan karir).⁸³

3. Menurut Latipun konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar⁸⁴

Dengan demikian dari pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu pemberian bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok oleh konselor kepada beberapa peserta didik yang tergabung dalam suatu kelompok untuk memecahkan masalah kelompok.

2. Tujuan Konseling Kelompok

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.⁸⁵

⁸³ Dewa Ketut Sukardi, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, (Bandung: Rieneka Cipta, 2010), h. 67.

⁸⁴ Latipun, *Psikologi Konseling (Malang: UMM Press, 2010)*, h. 149.

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 menemukan 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;
- c) para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antarpribadi 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;
- h) para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian.⁸⁶

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

⁸⁵ Iching, 2012 "Konseling Kelompok" (Online) tersedia: <http://iching-sugar.blogspot.com/2012/10/konseling-kelompok.html>. (diakses pada tanggal 13 agustus 2015 jam 13.10).

⁸⁶ Septi Rahayu Purwati, "Mengatasi Masalah Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa", (Jurna Skripsi Program Stara 1 Universitas Negeri Semarang UNNESA, 2013), h.38.

3. Tahapan Penyelenggara Konseling Kelompok

Menurut Glading dalam Nandang Rusmana ada empat langkah utama yang harus ditempuh dalam melaksanakan konseling kelompok, yakni: (1) langkah awal (*Beggining a Group*); (2) langkah transisi (*The Tansition Stage in a Group*); (3) langkah kerja (*The Working Stage in a Group*); dan (4) langkah terminasi (*Termination of a Group*).⁸⁷

a. Tahap Awal (*Beggining Of a Group*)

Awal konseling merupakan langkah yang kritis dalam proses konseling kelompok. Fokus utama dari langkah ini adalah terbentuknya kelompok.

Menurut Glading langkah tahapan awal adalah sebagai berikut:

a) Tahapan pembentukan kelompok

Tahapan pembentukan kelompok merupakan tahapan yang paling kritis dalam proses konseling kelompok. Keberhasilan dalam melakukan pembentukan kelompok akan sangat menentukan efektivitas proses konseling.

b) Tugas-tugas pembentukan kelompok

Tugas pertama adalah memulai suatu kelompok adalah para anggota kelompok melakukan kesepakatan tentang permasalahan apa yang akan dibahas. Pada intinya permasalahan yang diangkat sebagai fokus konseling bersumber dari kecemasan yang ditampilkan anggota kelompok.

⁸⁷ Nandang Rusmana, *Bimbingan Konseling Kelompok di Sekolah*, (Bandung: Rizki Press, 2009), h.86.

c) Potensi masalah pembentukan kelompok

Pada saat proses pembentukan kelompok, meskipun telah dilakukan dengan memenuhi langkah seperti yang telah diteorikan, dalam pelaksanaan akan dijumpai beberapa masalah yang menjadi penghalang dalam proses konseling kelompok.

d) Prosedur pembentukan kelompok

Untuk mengatasi masalah-masalah yang mungkin timbul dalam proses pembentukan, konselor hendaknya melakukan upaya merumuskan prosedur yang tepat dalam melakukan proses awal konseling. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan pada saat proses konseling kelompok yaitu: (1) kerja sama; (2) kesepadanan (3) menghentikan atau memutuskan pembicaraan; (4) lebih menjelaskan; (5) memperjelas maksud.⁸⁸

b. Tahap Transisi

Tahap transisi adalah periode kedua pasca pembentukan kelompok, merupakan tahap awal sebelum memasuki tahap kerja. Masa transisi ditandai dengan tahapan *forming* dan *norming*. Tahapan *Storming* disebut juga periode pancaroba (kacau balau) masa terjadinya konflik dalam kelompok. Dalam hal ini konselor perlu melakukan upaya-upaya untuk mengatasi masalah melalui:

⁸⁸ *Ibid.*h. 28

a) Peningkatan hubungan anggota kelompok (*Peer Relationship*)

Dalam rangka meningkatkan hubungan anggota kelompok konselor perlu mengembangkan kepemimpinan dan menunjukkan kekuasaan yang terbuka dan asertif.

b) Resensi

Resensi didefinisikan sebagai perilaku kelompok untuk menghindari daerah yang tidak nyaman dan situasi konflik.

c) *Task Processing* (pengelolaan tugas)

Metode yang digunakan untuk pembentukan anggota kelompok mengatasi kekacauan adalah (1) proses leveling (anggota diberi motivasi); (2) penyadaran; (3) *feedback* (umpan balik).

c. Tahapan Kerja (*the working stage a group*)

Pada tahapan kerja perhatian utama adalah produktivitas kinerja. Masing-masing anggota kelompok terfokus pada peningkatan kualitas kinerja untuk mencapai tujuan individu dan kelompok.

Dalam tahapan ini dalam fase kerja terdapat 5 tahap yaitu:

- a) peningkatan hubungan anggota kelompok (*peer relationship*)
- b) pengelolaan tugas selama bekerja (*task proceccing during the working stage*)
- c) kerjasama tim dan membangun tim selama tahap kerja (*teamwork and team building during the working stage*)
- d) memnbangun stretgi untuk membantu kelompok dalam tahap kerja (*strategi for assisting groups inte working stage*)
- e) hasil dari tahap kerja (*outcomes of the working stage*)

d. Tahap Terminasi

Tahap terminasi dalam konseling kelompok dibagi menjadi 7 bagian, yaitu:

a) Mempersiapkan pemutusan/pengakhiran (*Preparing For Termination*)

Pemimpin kelompok harus memiliki perencanaan aktivitas kelompok yang baik, berapa pertemuan kelompok, kapan aktivitas akan berakhir, media apa saja yang diperlukan, tempat pelaksanaan dan pihak lain yang terlibat dalam aktivitas kelompok.

b) Efek terminasi/pengakhiran (*Effect of Termination on individual*)

Perilaku anggota kelompok diakhir konseling menunjukkan hal-hal yang terpikir dan terasa sebagai hasil dari pengalamannya didalam kelompok.

c) *Premature Termination* (terminasi dini)

Ada dua tipe *premature termination* kelompok, yaitu:

- (a) berakhirnya sesi konseling sebelum waktunya;
- (b) keluarnya anggota kelompok sebelum sesi konseling kelompok berakhir.

d) *Termination of Group* (terminasi kelompok)

Ada 6 cara untuk mengakhiri proses konseling kelompok, yaitu:

- (a) *member Summarization* (catatan atau ringkasan anggota);
- (b) *leader Summarization* (catatan atau ringkasan PK);
- (c) *rounds* (putaran);
- (d) *dyads* (komunikasi diad, maksudnya komunikasi saling bergantian)
- (e) *written Reacion* (reaksi tertulis);
- (f) *Homework* (pekerjaan rumah).⁸⁹

⁸⁹ *Ibid*, h. 76

4. Komponen-komponen Konseling Kelompok

a) Pimpinan layanan konseling kelompok

Pemimpin kelompok merupakan komponen yang penting dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsi pemimpin kelompok.

Adapun peranan pemimpin konseling kelompok menurut Prayitno adalah sebagai berikut:

- (a) pemimpin konseling kelompok dapat memberi bantuan, pengarahan, ataupun campur tangan terhadap kegiatan konseling kelompok;
- (b) pemimpin konseling kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam konseling kelompok itu baik perasaan anggota tertentu atau keseluruhan anggota;
- (c) jika anggota itu kurang menjurus kearah yang dimaksudkan maka pemimpin konseling kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan;
- (d) pemimpin konseling kelompok juga memberikan tanggapan (umpan balik) tentang hal yang terjadi dalam konseling kelompok baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan konseling kelompok;
- (e) pemimpin konseling kelompok diharapkan mampu mengatur jalannya "lalu lintas" kegiatan konseling kelompok; dan
- (f) sifat kerahasiaan dari kegiatan konseling kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul di dalamnya juga menjadi tanggung jawab pemimpin konseling kelompok.

b) Anggota layanan konseling kelompok

Keanggotaan merupakan unsur pokok dalam proses kehidupan konseling kelompok, dapat dikatakan bahwa tidak ada anggota yang tidak

mungkin ada sebuah kelompok. Untuk keanggotaan konseling kelompok yang ideal adalah 6 orang meskipun pada umumnya anggota berjumlah antara 4-10 orang. Kegiatan atau kehidupan konseling kelompok itu sebagian besar dirasakan atas peranan anggotanya. Adapun peranan anggota konseling kelompok menurut Prayitno antara lain :

- (a) membantu terbinaanya suasana keakraban dalam hubungan antara anggota konseling kelompok;
- (b) mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri kegiatan konseling kelompok;
- (c) berusaha yang dilakukan itu membantu tercapainya tujuan bersama
- (d) membantu tersusunnya aturan konseling kelompok dan berusaha memenuhinya dengan baik; dan
- (e) benar-benar berusaha secara efektif ikut serta dalam seluruh kegiatan konseling kelompok.

Dengan adanya hal tersebut maka tanggung jawab anggota dalam kegiatan proses layanan konseling kelompok dapat meliputi:

- (a) menghindari pertemuan secara teratur, menepati waktu, mengambil resiko akibat dari proses kelompok;
 - (b) bersedia berbicara mengenai diri sendiri, memberikan balikan kepada anggota konseling kelompok lain dan memelihara kerahasiaan.
- c) Dinamika layanan konseling kelompok

Dinamika layanan konseling kelompok adalah suasana konseling kelompok yang hidup, ditandai oleh semangat bekerja sama antar anggota konseling kelompok untuk mencapai tujuan konseling kelompok. Dalam suasana seperti ini anggota konseling kelompok menampilkan dan membuka diri serta memberi sumbangan bagi suksesnya kegiatan konseling kelompok

Prayitno mengemukakan secara khusus dinamika layanan konseling kelompok dapat dimanfaatkan untuk pemecahan masalah pribadi para anggota konseling kelompok yaitu apabila interaksi dalam konseling kelompok itu difokuskan pada pemecahan masalah pribadi yang dimaksudkan. Melalui dinamika layanan konseling kelompok yang berkembang masing-masing anggota konseling kelompok akan menyumbang baik langsung maupun tidak langsung proses pemecahan masalah pribadi tersebut. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok.⁹⁰

B. Latihan Asertif (*Assertive Training*)

1. Pengertian *Assertive Training*

Asertif berasal dari kata asing “*to assert*” yang berarti menyatakan dengan tegas. Asertif dapat diartikan juga sebagai kemampuan untuk menyatakan diri dengan tulus, jujur, jelas, tegas, terbuka, sopan, spontan, apa adanya, dan tepat tentang keinginan, pikiran, perasaan dan emosi yang dialami, apakah hal tersebut yang dianggap menenangkan ataupun mengganggu sesuai dengan hak-hak yang dimiliki dirinya tanpa merugikan, melukai, menyinggung, atau mengancam hak-hak, kenyamanan dan integritas perasaan orang lain.⁹¹

Latihan asertif (*Assertive training*) merupakan teknik yang sering digunakan oleh aliran pengikut behavioristik. Dalam pendekatan *behavioral* yang

⁹⁰ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok* (Padang: Ghalia Indonesia, 1995), h. 21.

⁹¹ Mochamad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling*, (Jakarta : Indeks, 2013), h. 138.

dengan cepat mencapai popularitas yaitu *assertive training* yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa latihan asertif adalah kemampuan untuk menyatakan keyakinan secara tegas, dan berterus terang, mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung, tanpa rasa cemas, jujur serta mempertahankan hak-hak pribadi dengan menjaga perasaan dan hak-hak orang lain.

Adapun tindakan asertif yang merupakan suatu tindakan untuk mempertahankan hak-hak personal yang dimilikinya adalah upaya untuk mencapai kebebasan emosi, yaitu kemampuan untuk menguasai diri, bersikap bebas dan menyenangkan, merespon hal-hal yang disukai atau tidak disukai secara tulus dan wajar.⁹²

Hjelle dan Ziegler menyatakan langkah-langkah untuk melaksanakan teknik bermain peran dalam *Assertive Training* sebagai berikut :

- a. instruksikan konseli dengan jelas tentang peran konseli yang ingin dilatihkan;
- b. demonstrasikan perilaku apa yang diinginkan oleh konseli yang ingin dilatihkan untuk mengikuti. hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat perhatian konseli terhadap perilaku yang akan dilatihkan;
- c. minta konseli untuk menetapkan permainan peran yang akan dia matikan. permainan peran ini dapat dilaksanakan dengan cara *overtly* (dilakukan/dipraktikan atau *covertly* (hanya dalam bentuk konseli); dan
- d. berikan petunjuk dan lakukan penetapan permainan peran sebagai upaya untuk mendorong konseli agar dapat bermain peran berikutnya.⁹³

⁹² *Ibid*, h. 139.

⁹³ Corey Gerald, *Teori dan Praktik Konseling dan Psikotrapi*, (Bandung : PT Refika Aditama, 2013), h. 213

Latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu strategi terapi dalam pendekatan perilaku yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien.

Menurut Goldstein latihan asertif merupakan rangkuman yang sistematis dari ketrampilan, peraturan, konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri dan kejujuran sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya.⁹⁴

Bruno mengemukakan bahwa latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu program belajar yang dirancang untuk mengembangkan kompetensi manusia dalam hubungannya dengan orang lain.⁹⁵

Adapun pendapat dari beberapa para ahli latihan asertif yaitu:

- a. Menurut Houston, mengemukakan bahwa latihan asertif merupakan suatu program belajar untuk mengajar manusia mengekspresikan perasaan dan pikirannya secara jujur dan tidak membuat orang lain menjadi terancam.⁹⁶
- b. Sedangkan menurut Corey menyatakan bahwa teknik *asertive training* digunakan untuk membantu orang-orang yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, menunjukkan kesopanan yang berlebihan, dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya, memiliki kesulitan untuk mengatakan “Tidak”, mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya, dan merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.⁹⁷

⁹⁴ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung : CV Alfabeta, 2011), h.108

⁹⁵ Isnaini Maulina Putri, “Layanan Bimbingan dan konseling pribadi-sosial dengan menggunakan metode latihan *Assertive Training* untuk mengatasi siswa terisolir”, (*Jurnal Skripsi Program Stara 1 IAIN Raden Intan Lampung, 2015*), h.32.

⁹⁶ *Ibid*, h. 214.

⁹⁷ *Op Cit*, h. 138.

Dari penjelasan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang dapat melatih dirinya untuk berperilaku asertif, dimana dapat menyatakan, merasa dan bertindak dan asumsi bahwa seseorang memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas terhadap orang lain.

Dalam konseling dan psikoterapi, program latihan asertif ditempatkan sebagai salah satu teknik atau strategi bantuan dari pendekatan terapi perilaku. Sebagai suatu strategi terapi, latihan asertif digunakan atau direkomendasikan untuk mengurangi dan menghilangkan gangguan kecemasan dan meningkatkan kemampuan (kompetensi) interpersonal individu. Teknik ini dapat digunakan untuk kelompok maupun individu.⁹⁸

2. Dasar Teori Latihan Asertif

Teori latihan asertif didasarkan pada suatu asumsi bahwa banyak manusia menderita karena perasaan cemas, depresi dan reaksi-reaksi ketidak bahagian yang lain karena tidak mampu untuk mempertahankan/membela hak dan kepentingan pribadinya.

Menurut Alberti dan Emmons penekanan latihan asertif adalah pada “*ketrampilan*” dan penggunaan ketrampilan tersebut dalam tindakan. Sedangkan Redd dkk menyatakan bahwa latihan asertif direkomendasikan untuk individu yang mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu

⁹⁸ *Op Cit*, h. 215.

menolak tindakan orang lain dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain.⁹⁹

Dari penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa bila komunikasi dapat berlangsung dengan terbuka dan jujur, tanpa adanya rasa cemas pada individu maka akan memperoleh hubungan yang baik serta mampu untuk mempertahankan / membela hak dan kepentingan pribadinya.

Dalam latihan asertif, perilaku berbahasa yang terkait dengan intonasi, kesantunan, cara mengungkapkan, pemilihan kalimat, dan ketrampilan-ketrampilan pragmatis lainnya sangat penting, sehingga harus diperhatikan dan dilatihkan. Sedangkan secara teknis, pelatihan asertif disamping dapat dilakukan secara langsung, dapat pula dilakukan melalui teknik modelling ataupun bermain peran (*role playing*).

3. Tujuan Latihan Asertif

Lazarus mengemukakan bahwa tujuan latihan asertif adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respons-respons emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional. Serta dapat meningkatkan empat kemampuan interpersonal, yaitu :

- 1) menyatakan tidak;
- 2) membuat permintaan;

⁹⁹ *Ibid, h. 142.*

- 3) mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif; dan
- 4) membuka dan mengakhiri percakapan.¹⁰⁰

Latihan asertif juga bertujuan untuk mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya, meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif.

4. Prosedur Terapan Latihan Asertif

Menurut Redd, Porterfield, dan Anderson prosedur latihan asertif dapat meliputi tiga bagian utama yaitu :

- 1) pembahasan materi (*didactic discussion*);
- 2) latihan atau bermain peran (*behaviorrehearsal/role playing*); dan
- 3) praktik nyata (*in vivo practice*).¹⁰¹

Sementara Block menyatakan bahwa:

“Latihan asertif dapat menggunakan teknik dari *conditioning operan* maupun *conditioning klasikal*, disamping pengajaran kognitif, dan dikombinasikan dengan program perlakuan lain seperti *systematic desensitization*, *modelling role playing*, *behavior rehearsal*, baik secara individual maupun kelompok.”¹⁰²

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa prosedur dalam latihan asertif tersebut mempunyai cara-cara tertentu dimana tergantung penerapannya

¹⁰⁰ *Ibid*, h. 143.

¹⁰¹ *Ibid* h. 231

¹⁰² *ibid* h. 232

yang ingin kita gunakan, dan yang cocok untuk diterapkan pada peserta didik, karena peserta didik memiliki permasalahan yang berbeda-beda.

Beberapa ahli (Tosi, Wolpe dkk) mengemukakan beberapa prosedur dasar latihan asertif yang dapat dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a) menegaskan kondisi khusus di mana perilaku tidak asertif terjadi;
- b) mengidentifikasi target perilaku dan tujuan;
- c) menetapkan perilaku yang tepat dan tidak tepat;
- d) membantu klien membedakan perilaku tepat dan tidak tepat;
- e) mengeksplorasi ide, sikap dan konsep irasional;
- f) mendemonstrasi respons yang tepat;
- g) melaksanakan latihan;
- h) mempraktikkan perilaku asertif;
- i) memberikan tugas rumah; dan
- j) memberikan penguat.¹⁰³

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa langkah-langkah latihan asertif merupakan sistematis dari ketrampilan, peraturan, konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan dengan terus terang pikiran, perasaan, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Jadi dalam teknik asertif ini, klien dibantu untuk belajar bagaimana mengganti respon yang tidak sesuai dengan respon yang baru yang sesuai.

Teknik untuk melatih keberanian klien dalam mengekspresikan tingkah laku-tingkah laku tertentu yang diharapkan melalui bermain peran, latihan, atau meniru model-model sosial. Maksud utama teknik latihan asertif adalah : (a)

¹⁰³ *Ibid, h. 234*

mendorong kemampuan klien mengekspresikan berbagai hal yang berhubungan dengan emosinya; (b) membangkitkan kemampuan klien dalam mengungkapkan hak asasinya sendiri tanpa menolak atau memusuhi hak asasi orang lain; (c) mendorong klien untuk meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri; dan (d) meningkatkan kemampuan untuk memilih tingkah laku-tingkah laku asertif yang cocok untuk diri sendiri.

C. Rasa Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Kepercayaan diri adalah suatu sifat dimana seseorang merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Keyakinan itu meliputi yakin terhadap kemampuannya, yakin terhadap pribadinya, dan yakin terhadap keyakinan hidupnya. Pada dasarnya batasan ini menekankan pada kemampuan individu menilai dan memahami apaapa yang ada pada dirinya tanpa rasa ragu-ragu dan bimbang.

Menurut Lauster kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain.¹⁰⁴

memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

¹⁰⁴ Lauster, P. *Test Kepribadian*. (Yogyakarta: Kanisius, 1997) h.62

Definisi percaya diri menurut beberapa ahli, yaitu:

- a) Supriyono mengatakan bahwa percaya diri adalah perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa ia mampu berbuat sesuatu yang bermanfaat untuk dirinya, keluarganya, masyarakatnya, umatnya, dan agamanya, yang memotivasi untuk optimis, kreatif dan dinamis yang positif.
- b) Menurut Wira Negara percaya diri adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. “Orang yang percaya diri akan merasa cukup dengan mengetahui kemampuan dirinya dan berusaha meningkatkan kemampuan dan prestasinya tanpa menghiraukan apa kata orang.
- c) Sedangkan menurut Mastuti percaya diri adalah kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya.¹⁰⁵

Berdasarkan pengertian dari para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan mendalam yang dimiliki seseorang akan segala kemampuan yang dimiliki dan menyadari akan kekurangan yang ada pada dirinya yang bersumber dari hati nurani serta mampu berbuat sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya dan orang lain di sekitarnya. Individu yang memiliki kepercayaan diri akan memahami apa yang ada pada dirinya, sehingga ia tahu dan paham tindakan apa yang akan dilakukannya untuk mencapai tujuan hidup yang diinginkannya. Individu yang memiliki kepercayaan diri dalam melaksanakan aktivitasnya selalu yakin bahwa dirinya mampu mengerjakan aktivitas tersebut dengan baik dan memberikan hasil yang optimal.

¹⁰⁵ *Ibid*, h.18.

2. Ciri-ciri Individu Dengan Percaya Diri

1) Ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri

Individu yang memiliki rasa percaya diri akan menunjukkan gejala-gejala percaya diri dalam setiap tindakannya. Mastuti berpendapat bahwa ada beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah :

- e. percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain.
- f. berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.
- g. memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.
- h. memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain.¹⁰⁶

Berdasarkan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri tersebut, maka ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri dapat disimpulkan sebagai berikut :

a. Percaya pada kemampuan diri sendiri.

Individu yang percaya diri telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, ia akan menerima dirinya secara tulus tanpa membandingkan dirinya dengan orang lain. Artinya, orang lain bukan tolok ukur dari keberhasilan yang dimilikinya, karena individu yang percaya sadar bahwa manusia memiliki ukuran masing-masing. Ukuran

¹⁰⁶ *Ibid*, h.19

keberhasilan masing-masing individu tergantung dari kapasitas dan kemampuan mereka.

b. Berani menerima dan menghadapi penolakan.

Rasa takut akan adanya penolakan mungkin menghantui setiap orang. Ketakutan ini disebabkan oleh rasa takut untuk hidup sendiri dan terlalu bergantung pada orang lain. Rasa takut ditolak adalah pemikiran yang membuat seseorang merasa tidak mampu, tidak kuat, dan tidak berharga. Penolakan yang dilakukan oleh orang lain tidak selalu berarti bahwa orang tersebut tidak suka dengan apa yang telah kita lakukan, melainkan kadang apa yang kita berikan tidak sesuai dengan harapannya. Tetapi jika seorang individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi, individu tersebut bisa mengamati dari sisi yang lebih positif bahwa suatu penolakan adalah pelajaran yang berharga untuk menuju kesempurnaan, setiap penolakan disikapi dengan dada yang lapang dan berusaha untuk memperbaiki kekurangan yang ada pada dirinya.

c. Maju terus

Individu yang percaya diri adalah individu yang selalu bersemangat dan berusaha bekerja keras, tidak mudah menyerah pada nasib yang dialaminya. Ia menganggap kegagalan sebagai suatu keberhasilan yang tertunda dan sebagai semangat untuk menyempurnakan dan berusaha meraih hasil yang lebih bagus.

d. Realistis

Realistis adalah sikap menerima diri sendiri apa adanya karena realistis merupakan sikap yang di nilai penting yang harus dimiliki oleh individu yang percaya diri. Individu yang memiliki kepercayaan diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Individu yang percaya diri memiliki sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif sehingga ia mampu menyikapi kegagalan dengan bijak.

2) Ciri-ciri Individu yang Kurang Memiliki Rasa Percaya Diri

Mastuti mengungkapkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri sebagai berikut :

- e. menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan;
- f. sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri - namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri;
- g. takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil;
- h. selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu. mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).

Individu yang tidak memiliki rasa percaya diri akan memiliki keyakinan yang negatif terhadap kekurangan yang ada pada dirinya sehingga ia merasa tidak mampu untuk mencapai tujuan hidup yang diinginkannya.

Individu tersebut memiliki kecenderungan sikap yang pesimis terhadap dirinya sendiri. Berdasarkan ciri-ciri individu yang tidak memiliki rasa percaya diri yang telah diungkapkan diatas dapat disimpulkan ciri-ciri individu yang tidak memiliki rasa percaya diri antara lain :

a) Tidak percaya pada kemampuan sendiri.

Individu yang tidak memiliki percaya diri tidak meyakini pada kemampuan yang dimilikinya. Ia selalu merendahkan dirinya sendiri dan melihat orang lain lebih mampu dari dirinya, dalam beraktivitas biasanya tidak totalitas dan optimal karena dirinya merasa sudah tidak mampu untuk beraktivitas dengan sebaik mungkin.

b) Takut akan penolakan

Seseorang yang terlalu peduli dengan penilaian dari orang lain akan membuat dirinya menderita sendiri karena tidak mampu berbuat sesuai dengan dirinya sendiri. Pada umumnya individu yang takut ditolak akan berusaha mengikuti dan meniru orang lain atau kelompok dengan tujuan supaya dirinya tidak ditinggalkan dan ditolak oleh orang atau kelompok tersebut. Seseorang yang takut ditolak biasanya akan semakin ditolak oleh orang atau kelompok yang diikutinya karena ia dianggap aneh.

c) Sensitif

Individu yang sering melibatkan perasaan dalam menyelesaikan masalah merupakan gambaran individu yang sensitif. Pribadi yang sensitif

lebih membutuhkan waktu untuk menelaah dan beradaptasi dibandingkan orang yang tidak sensitive. Pada dasarnya sensitivitas itu memang penting sebagai bentuk kewaspadaan, namun apabila tingkatannya terlalu overdosis justru membuat individu sulit berkembang dan beradaptasi. Sifat sensitif yang tinggi menyebabkan orang memproses dan merefleksikan informasi yang masuk secara lebih mendalam dibanding dengan orang lain.

d) Takut gagal

Sebagian besar individu memandang kegagalan sebagai suatu bencana yang pahit dan kejam. Individu yang takut gagal biasanya terlalu kompetitif. Ia mendorong dirinya untuk memperlakukan semua orang sebagai saingan dan melihat semua kesempatan sebagai ancaman. Individu yang seperti ini akan menjadi gugup dan penuh rasa takut untuk melakukan sesuatu karena takut akan mendapatkan kegagalan.

e) Sulit menerima realita.

Setiap individu yang sukses dapat dipastikan pernah mengalami kegagalan. Seseorang yang sukses adalah seseorang yang selalu belajar dari keagalannya. Individu yang tidak percaya diri memiliki impian yang tinggi namun tidak mampu untuk meraihnya. Ia selalu beranggapan semua impian dapat diraih dengan mudah, meskipun dirinya tidak berusaha dengan sungguh-

sungguh. Ketika menghadapi kenyataan yang tidak sesuai dengan yang diinginkan ia akan lari dari kenyataan yang sedang dihadapinya.

D. Faktor-faktor Penyebab Kurang Percaya Diri

Secara umum ada 3 faktor yang mempengaruhi seseorang kurang percaya diri, antara lain :

1. Kurang mengenal diri

Setelah mengenal diri dengan baik maka langkah selanjutnya adalah menerima diri apa adanya. menerima diri apa adanya bukan berarti pasrah atau pesimis dengan keadaan diri, tetapi sebaliknya menerima dengan positif apa yang menjadi kelebihan dan kekurangan diri kita.

2. Kecemasan

Kita tidak bisa membangun rasa percaya diri sebelum berhasil mengatasi kecemasan. kunci sukses adalah dapat membangun rasa percaya diri dengan cara menghilangkan rasa cemas. rasa cemas berbahaya dan bisa mempengaruhi semua orang di sekitarnya. untuk mengalahkan rasa cemas perlu membangun antusiasme (semangat/Minat besar).

3. Kurangnya wawasan

Kita perlu membekali diri dengan berbagai ilmu pengetahuan. semakin banyak dapat ilmu maka semakin luaslah wawasan kita serta semakin percaya diri sebaliknya

bila kurang membenahi diri dan tidak mempunyai wawasan luas bisa mengakibatkan kurang percaya diri didalam bersosialisasi.¹⁰⁷

Sedangkan menurut Lauster, Individu yang mengalami kurang percaya diri disebabkan oleh berbagai faktor, berikut faktor yang menjadi penyebab individu kurang percaya diri:

1. Faktor Internal

Faktor internal adalah kemampuan individu dalam mengerjakan sesuatu yang mampu dilakukannya, keberhasilan individu untuk mendapatkan sesuatu yang mampu dilakukan dan dicita-citakan, keinginan dan tekad yang kuat untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan dapat terwujud. Faktor intern ini berasal dari dalam diri individu sendiri bukan dari lingkungan.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu. Lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat dan sosial, dapat menyebabkan seorang individu kurang memiliki kepercayaan diri. Lingkungan sosial remaja memberikan pengaruh yang kuat terhadap pembentukan rasa percaya diri. Salah satu lingkungan sosial remaja yang memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri adalah lingkungan teman sebaya.¹⁰⁸

¹⁰⁷ Hakim, T, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta : Purwa Suara., 2002) h. 73

¹⁰⁸ *Op.Cit.*, h. 132

E. Hipotesis

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap rumusan masalah penelitian.¹⁰⁹ Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok teknik latihan asertif dapat meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017. Penulis mengajukan hipotesis statistik penelitian sebagai berikut:

Ho : Konseling Kelompok Dengan Tehnik Latihan Assertif (*assertive training*) tidak efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

Ha : Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Assertif (*assertive training*) efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

Kriteria pengujian (signifikan) berdasarkan Ho dan Ha:

Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka Ho ditolak dan Ha diterima; dan

Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka Ha ditolak dan Ho diterima.

¹⁰⁹ *Op.Cit., h.134.*

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.¹¹⁰ Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan terpercaya. Tujuannya adalah agar dalam melaksanakan kegiatan penelitian dapat berjalan dengan baik, terarah, dan sistematis.

A. Jenis Penelitian

Dalam sebuah proses penelitian seseorang akan menggunakan satu atau beberapa metode yang dipilih akan disesuaikan dengan sifat dan karakteristik penelitian yang digunakan. Jenis penelitian yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif eksperimen. Sugiyono mendefinisikan eksperimen adalah metode yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.¹¹¹ Dalam hal ini penelitian eksperimen benar-benar untuk melihat hubungan sebab-akibat.

¹¹⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, h.2.

¹¹¹ *Ibid*, h.107.

Perlakuan yang kita lakukan terhadap variabel bebas kita lihat hasilnya pada variabel terikat, sehingga peneliti melakukan perlakuan terhadap variabel bebas dan mengamati perubahan pada variabel terikat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang didalamnya dibuat manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol yang bertujuan untuk menyelidiki ada atau tidaknya sebab-akibat dan hubungan antara sebab-akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan (*treatment*) tertentu pada kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol untuk perbandingan.

B. Desain Penelitian

Desain penelitian menurut Mc Millan dalam Ibnu Hadjar adalah rencana dan struktur penyelidikan yang digunakan untuk memperoleh bukti-bukti empiris dalam menjawab pertanyaan penelitian.¹¹²

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *True Eksperimental Design* jenis *pretest-posttest control group design*. Desain ini melibatkan dua kelompok subjek, satu diberi perlakuan eksperimental (kelompok eksperimen) yaitu kelas D dengan teknik latihan asertif dan kedua sebagai kelompok kontrol diberikan *treatment* dengan teknik atau metode ceramah. Dari desain ini efek dari suatu perlakuan terhadap variabel dependen akan diuji dengan cara membandingkan

¹¹² Ibnu Hadjar, Metode Penelitian Kuantitatif, 1999, h.102.

keadaan variabel dependen pada kelompok eksperimen setelah dikenai perlakuan dengan kelompok kontrol yang juga diberikan perlakuan berbeda.

Perbedaan rata-rata dari hasil *pretest* dan *posttest* pada kelas eksperimen dan kelas kontrol dibandingkan untuk menentukan apakah terdapat perbedaan peningkatan rasa percaya diri yang signifikan antara kedua kelas tersebut. Tabel 2 menggambarkan desain penelitian yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut:

Tabel 2
Pola *Pre-Test Post-Test Control Group Design*

Kelompok	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Kelas Kontrol	O1	X	O2
Kelas Eksperimen	O3	X	O4

Keterangan:

- O1 : Nilai *pretest* pada kelompok kelas kontrol
- O2 : Nilai *posttest* pada kelompok kelas kontrol
- X : Perlakuan yang diberikan kepada anggota sampel
- O3 : Nilai *pretest* pada kelompok kelas eksperimen
- O4 : Nilai *Posttest* pada kelompok kelas eksperimen

Desain penelitian eksperimen *pre-test post-test control group design*, rancangan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tahapan *Pretest*

Tujuan dari *pretest* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik di SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang memiliki rasa percaya diri rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) dengan cara pemberian sugesti kemampuan diri.

2. Pemberian *Treatment*

Rencana pemberian *treatment* dalam penelitian diberikan kepada beberapa peserta didik yang tergolong dalam kelas eksperimen yang telah dipilih. Selanjutnya dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dan untuk kelompok kontrol diberikan *treatment* dengan metode ceramah. Rencana pemberian *treatment* akan dilakukan 4 tahap dengan waktu 45-60 menit setiap kali pertemuan. Waktu dapat berubah menyesuaikan dengan situasi. Dalam setiap tahapan akan dilakukan 2-3 kali pertemuan untuk dapat memaksimalkan ketercapaian tujuan kegiatan sebagaimana disajikan pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3
Tahapan Layanan Konseling Kelompok
dengan Teknik Latihan Asertif

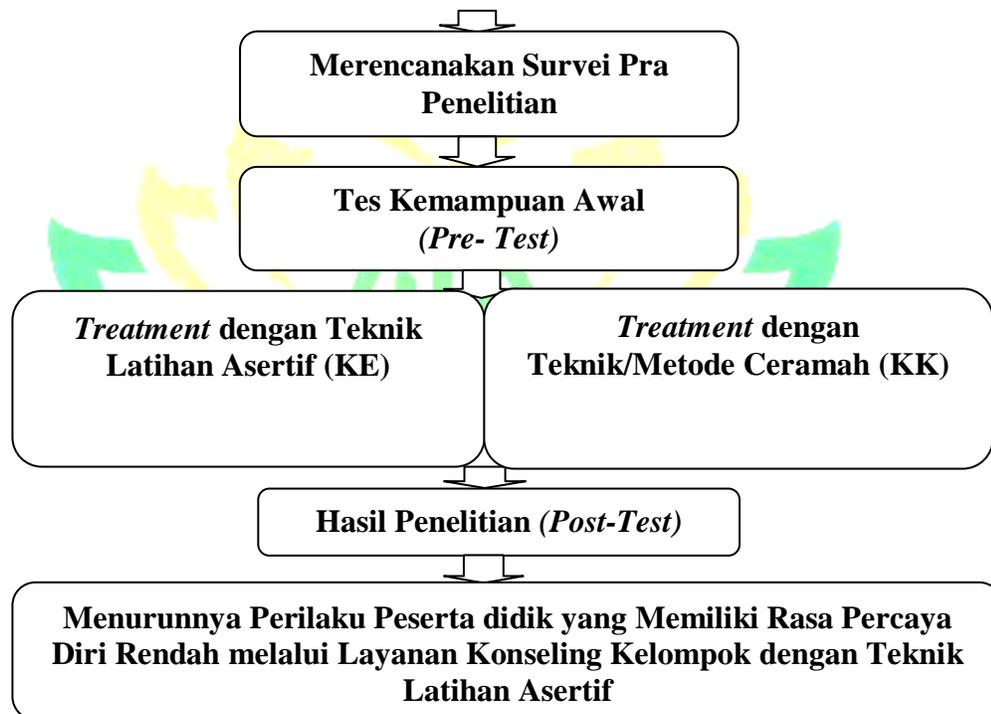
No.	Pertemuan	Kegiatan	Jumlah Pertemuan	Waktu
1.	1	<i>Assessment</i>	2-3 Kali	45-60 Menit
2.	2	Menetapkan Tujuan (<i>Goal Setting</i>)	2-3 Kali	45-60 Menit
3.	3	Implementasi Teknik (<i>Technique Implementation</i>)	2-3 Kali	45-60 Menit
4.	4	Evaluasi dan Pengakhiran	2-3 Kali	45-60 Menit

3. *Posttest*

Dalam kegiatan ini peneliti memberikan angket kepada peserta didik setelah pemberian *treatment*. Setelah itu membandingkan persentase hasil dari angket dengan indikator peserta didik yang tergolong memiliki rasa percaya diri rendah antara sebelum dan sesudah pemberian *treatment*. Kemudian membandingkan hasil dari penelitian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berikut langkah-langkah penelitian yaitu pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif pada peserta didik yang tergolong mem

Perencanaan Penelitian

berikut:



Gambar 2

Langkah-langkah penelitian

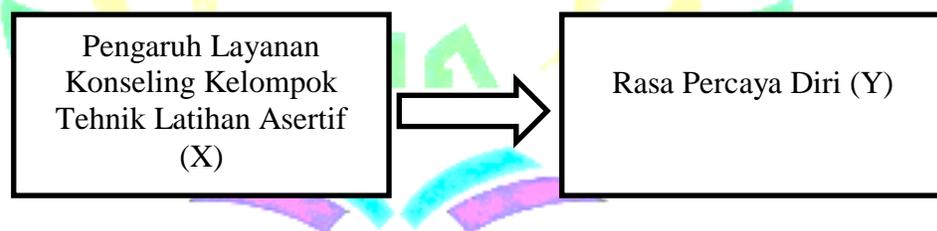
C. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merukan suatu atribut atau sifat atau penilaian dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti guna mempelajari dan ditarik kesimpulan.¹¹³

Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel *Independent*/bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan dan timbulnya variabel *dependent*. variabel *independent* dalam penelitian ini adalah Layanan Konseling Kelompok dengan menggunakan tehnik latihan asertif; dan
2. yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.¹¹⁴ Variabel *dependent* pada penelitian ini adalah rasa percaya diri.

Berikut ini gambar hubungan antar variabel.



Gambar 3
Variabel Penelitian

¹¹³ *Ibid*, h.95.

¹¹⁴ *Ibid*, h.96.

D. Definisi Operasional

Agar variabel yang ada dalam penelitian ini dapat diobservasi perlu dirumuskan terlebih dahulu atau diidentifikasi secara operasional. Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan tentang sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasikan variabel atau konsep yang digunakan yaitu variabel bebas penelitian adalah intervensi yang diberikan kepada peserta didik melalui *konseling kelompok* dengan teknik latihan asertif. Variabel bebas disebut juga variabel eksperimen (*eksperimental variable*). Adapun variabel terikat penelitian ini adalah peserta didik yang memiliki masalah percaya diri. Berikut dikemukakan penjelasan mengenai variabel-variabel secara operasional.





Tabel 4
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel Dependen (Y) Percaya Diri(Dalam buku Terusan Hakim, Tentang Mengatasi percaya diri)	<p>percaya diri adalah suatu sifat dimana seseorang merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Keyakinan itu meliputi yakin terhadap kemampuannya, yakin terhadap pribadinya, dan yakin terhadap keyakinan hidupnya. Pada dasarnya batasan ini menekankan pada kemampuan individu menilai dan memahami apa yang ada pada dirinya tanpa rasa ragu-ragu dan bimbang. Adapun ciri-ciri kepribadian individu yang tidak percaya diri:</p> <p>e. menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan ditandai dengan masih banyak peserta didik yang malu bertanya ketika merasa tidak mampu;</p> <p>f. sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri hal ini ditandai dengan berdiam diri meskipun mereka sebenarnya mampu;</p> <p>g. takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil ditandai dengan enggan maju kedepan saat diminta oleh guru;</p>	<p>Angket (kuesioner)</p> <p>peserta didik</p> <p>Kurang Percaya Diri sejumlah 24 item pernyataan, dengan 2 skor:</p> <p>YA</p> <p>TIDAK</p>	<p>Skala penilaian peserta didik yang dikategorikan memiliki rasa percaya diri</p>	Interval

	<p>i. selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu. mempunyai <i>external locus of control</i> (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain) hal ini ditandai dengan masih banyak berebut kursi paling belakang saat duduk.</p>			
<p>Variabel Independen Layanan Konseling Kelompok dengan menggunakan tehnik Latihan Asertif (X)</p>	<p>Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Latihan asertif adalah kemampuan untuk menyatakan keyakinan secara tegas, dan berterus terang, mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung, tanpa rasa cemas, jujur serta mempertahankan hak-hak pribadi dengan menjaga perasaan dan hak-hak orang lain. Proses ini dilakukan melalui konseling kelompok dengan 6 sesi, dengan masing-masing waktu 45-60 menit setiap kali pertemuan. Tahapan-tahapan pemberian perlakuan dimulai dari assesment, menetapkan tujuan, implementasi teknik, evaluasi dan pengakhiran.</p>	<p>Pedoman Observasi.</p>		

E. Populasi dan Sampel

Populasi merupakan wilayah generasi yang terdiri atas obyek yang menyerupai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.⁶¹ Hal tersebut menjelaskan bahwa populasi diartikan sebagai keseluruhan subjek penelitian. Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri 8 Bandar Lampung yaitu Ibu Dra,Sri Susilawati pada pra penelitian beliau menjelaskan bahwa kelas yang paling dominan membutuhkan wawasan tentang rasa percaya diri yaitu peserta didik terdapat dikelas VIII.⁶² Dalam penelitian ini, populasi yang dimaksudkan adalah peserta didik kelas VIII D di SMP Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017, yaitu:



⁶¹ *Op.Cit.*, h.148.

⁶² Sri susilawati, Guru *Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 8 Bandar Lampung*, (05 april 2016).

Tabel 5
Rincian Jumlah Populasi Penelitian

Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
	L	P	
VIII A	12	13	25
VIII B	13	14	27
VIII C	15	12	27
VIII D	14	15	29
VIII E	12	16	28
VIII F	14	11	25
VIII G	13	14	27
VIII H	12	15	27
VIII I	14	10	24
VIII J	11	14	25
VIII K	14	14	28
VIII L	16	13	29
VIII M	10	17	27
Jumlah	170	178	348

1. Sampel

Menurut Sugiyono sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁶³ Jadi dapat peneliti simpulkan bahwa sampel adalah bagian subyek dari populasi yang diambil peneliti dalam penelitian pengambilan sampel berdasarkan *purposiv sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁶⁴ Kriteria dalam menentukan sampling adalah:

⁶³ *Op. Cit.*, h.149.

⁶⁴ *Op. Cit.*, h.85.

- a. Peserta didik kelas VIII D (kelas eksperimen) dan kelas VIII E (kelas kontrol) SMP Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017;
- b. peserta didik yang terindikasi memiliki rasa percaya diri rendah; dan
- c. bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Peneliti turun langsung kelapangan tertentu yang memiliki anggota populasi tersebut berada, maka sampel sumber datanya adalah peserta didik yang mengalami masalah dengan percaya dirinya di SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Pengambilan sampel penelitian ini diambil dari rekomendasi guru bimbingan dan konseling yang didasarkan data penyebaran DCM (Daftar Cek Masalah) yang telah dilaksanakan sebelumnya oleh guru bimbingan dan konseling. Selain itu diperkuat dengan penyebaran angket yang disebar kepada peserta didik kelas VIII D SMP Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017 menghasilkan 11 peserta didik kelompok eksperimen yang akan menjadi sampel dalam penelitian ini dan 11 peserta didik kelompok kontrol, berikut tabel sampel penelitian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol:

Tabel 6
Sampel Penelitian Kelompok Eksperimen

No	Kode Peserta Didik	Hasil Pretest	Jenis Kelamin
1	Konseli 01	24	L
2	Konseli 02	23	P
3	Konseli 03	9	L
4	Konseli 04	24	P
5	Konseli 05	7	L
6	Konseli 06	19	L
7	Konseli 07	20	L
8	Konseli 08	9	P
9	Konseli 09	13	L
10	Konseli 10	7	L
11	Konseli 11	16	P
12	Konseli 12	6	P
13	Konseli 13	8	L
14	Konseli 14	24	P
15	Konseli 15	18	P
16	Konseli 16	19	L
17	Konseli 17	21	P
18	Konseli 18	17	P
19	Konseli 19	9	L
20	Konseli 20	23	P
21	Konseli 21	20	L
22	Konseli 22	21	P
23	Konseli 23	7	P
24	Konseli 24	19	P
25	Konseli 25	8	P
26	Konseli 26	19	L

27	Konseli 27	8	L
28	Konseli 28	17	P
29	Konseli 29	12	L

Tabel 7
Sampel Penelitian Kelompok Kontrol

No	Kode Peserta Didik	Hasil Pretest	Jenis Kelamin
1	Konseli 01	19	L
2	Konseli 02	24	L
3	Konseli 03	12	P
4	Konseli 04	21	P
5	Konseli 05	11	P
6	Konseli 06	13	P
7	Konseli 07	23	P
8	Konseli 08	9	L
9	Konseli 09	23	P
10	Konseli 10	22	P
11	Konseli 11	23	L
12	Konseli 12	10	P
13	Konseli 13	8	P
14	Konseli 14	10	L
15	Konseli 15	22	P
16	Konseli 16	19	P
17	Konseli 17	19	P
18	Konseli 18	10	L
19	Konseli 19	18	L
20	Konseli 20	20	L
21	Konseli 21	19	P
22	Konseli 22	17	P
23	Konseli 23	9	L
24	Konseli 24	12	P
25	Konseli 25	19	L

26	Konseli 26	10	L
27	Konseli 27	11	P
28	Konseli 28	23	L

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan, guna mencapai objektivitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Observasi : pengertian observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap obyek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu.⁶⁵ Jenis observasi yang peneliti gunakan adalah observasi kuasi-partisipan yaitu peneliti tidak ikut secara aktif dalam pengamatan aktifitas subyek. Jadi peneliti terlibat langsung dalam memberikan bimbingan tetapi saat melihat hasil belajar peserta didik peneliti tidak terlibat langsung.
2. Metode angket : merupakan teknik pengumpulan data melalui pemberian daftar pertanyaan atau pernyataan yang disusun secara

⁶⁵ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar,2012), h.85.

sistematis sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket sebagai penguji tingkat kepercayaan diri peserta didik sebelum melakukan *treatment* maupun sudah. Pemberian angket digunakan untuk memperoleh data tentang kondisi kepercayaan diri SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Angket dalam penelitian ini menggunakan skala guttman yang memiliki alternative jawaban sebagai berikut:

3. Wawancara : wawancara dipandang sebagai teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab lisan yang dilakukan oleh dua orang atau lebih, satu pihak sebagai pewawancara dan lainnya menjadi narasumber data dengan memanfaatkan seluruh komunikasi secara wajar dan lancar.⁶⁶ Wawancara dalam penelitian ini digunakan untuk menggali informasi dari guru bimbingan dan konseling berkaitan dengan judul yang diteliti di SMP Negeri 8 Bandar Lampung.
4. Dokumentasi : metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan transkrip, buku, surat kabar, majalah, agenda, dan sebagainya.⁶⁷ Adapun dokumen yang dimaksud adalah surat-surat atau bukti-bukti tertulis seperti dokumentasi yang diperlukan oleh peneliti adalah DCM (Daftar Cek Masalah) dan daftar

⁶⁶ *Ibid*, h.183

⁶⁷ *Op.Cit*, h.231.

peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung, dan data lain yang berkaitan dengan penelitian tentang percaya diri peserta didik.

G. Skala Pengukuran

Menurut Sugiyono, “skala pengukuran merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.”⁶⁸

Pengukuran penelitian ini menggunakan skala *Guttman*. Menurut Sugiyono (2012:96) skala Guttman digunakan apabila ingin mendapatkan jawaban yang jelas terhadap suatu permasalahan yang ditanyakan. Variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan.

Tabel 8
Alternatif Jawaban

Jenis Pertanyaan	Alternatif Jawaban	
	YA	TIDAK
<i>Farvorable</i>	1	0
<i>Unfarvorable</i>	0	1

Penilaian pengaruh layanan konseling kelompok tehnik latihan asertif dan rasa percaya diri peserta didik dalam penelitian ini menggunakan rentan skor dengan banyaknya item 24

⁶⁸ *Ibid.*, h.167.

item pertanyaan. Panduan penentuan penilaian dan skoring pada skala guttmen adalah sebagai berikut:

Jumlah pilihan : 2

Jumlah Pertanyaan :24

Skoring Terendah : 0 (pilihan jawaban yang salah)

Skoring Tertinggi : 1 (pilihan jawaban yang benar)

Jumlah skor terendah = Skor Terendah x Jumlah Pertanyaan

$$0 \times 24 = 0 (0\%)$$

Jumlah skor tertinggi = Skor Tertinggi x Jumlah Pertanyaan

$$1 \times 24 = 24 (100\%)$$

Rumus Umum

$$I = R/K$$

Keterangan

I = Interval

R = Range

K = Kategori (kriteria objektif suatu variabel yang disusun)

$$\text{Range (R)} = \text{Skor Tertinggi} - \text{Skor Terendah} = 24 - 0 = 100\%$$

K = 2 adalah Banyaknya kriteria yang disusun pada kriteria objektif suatu variabel.

$$I = 24 / 2 = 12 (50\%)$$

$$\text{Kriteria penilaian} = \text{Skor Tertinggi} - \text{Interval} \quad 100\% - 50\% = 50\%$$

Tinggi = Jika Skor \geq 50%

Rendah = Jika Skor \leq 50 %

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria skala intervalnya adalah dapat dilihat pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9
Kriteria Skor Percaya Diri

Interval	Kriteria
$12 \geq$	Tinggi
≤ 12	Rendah

H. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data yang cocok untuk mengukur rasa percaya diri pada peserta didik adalah dengan lembar angket. Dasar teori pengembangan instrumen ini ditinjau dari pengertian dan indikator percaya diri. Dalam definisi operasional menjelaskan bahwa percayaaan diri adalah suatu sifat dimana seseorang merasa yakin terhadap dirinya sendiri. Keyakinan itu meliputi yakin terhadap kemampuannya, yakin terhadap pribadinya, dan yakin terhadap keyakinan hidupnya.

Tabel 10
Kisi-kisi Pengembangan Instrumen Penelitian

No	Indikator	Keterangan	
		+	-
1	Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.	1,3,5	2,4,6
2	Sulit menerima realita diri (terlebih	7,9,11	8,10,12

	menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistik terhadap diri sendiri.		
3	Takut gagal.	13,15,17	14,16,18
4	Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir.	19,21,23	20,22,24

I. Pengujian Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Suatu instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan. Suatu instrumen dikatakan valid bila ia mempunyai validitas tinggi, sebaliknya ia akan dikatakan kurang valid jika validitasnya rendah. Sistem penghitungan analisis data instrumen menggunakan bantuan program *SPSS for windows release 16*. Adapun rumus yang digunakan untuk menentukan validitas angket tiap instrumen yaitu rumus korelasi *product moment* korelasi angka kasar, sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

keterangan:

- r_{xy} : Koefesien korelasi antara skor item dan skor total
- X : Jumlah skor butir
- Y : Jumlah skor total
- X^2 : Jumlah kuadrat butir
- Y^2 : Jumlah kuadrat total

: Jumlah responden.⁶⁹

2. Uji Reliabilitas

Instrumen yang telah diuji validitasnya kemudian diuji reliabilitasnya. Reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik.⁷⁰

Penngujian realibilitas dengan menggunakan program *SPSS for windows relia*se 16. Rumus Reabilitas Spearman Brown adalah :

$$r_1 = \frac{2r_b}{1+r_b}$$

Keterangan:

r_1 = Reliabel

r_b = Data yang valid.⁷¹

Adapun untuk mempermudah responden dalam menjawab suatu pertanyaan dalam angket peneliti menggunakan bentuk jawaban skali Guttman. Skala Guttman digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial.⁷²

J. Teknik Analisis Data

⁶⁹ Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada,2012), h.206.

⁷⁰ *Ibid*, h.268.

⁷¹ *Ibid*, h.216.

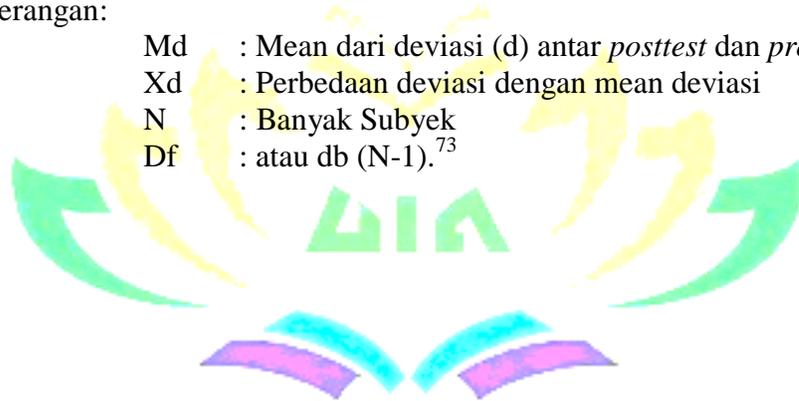
⁷² *Op.Cit.*, 2012, h.168..

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan. Dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain. Analisa data ini menggunakan bantuan program *SPSS versi 16*. Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, yang dilakukan oleh penulis terhadap diri peserta didik dapat digunakan menggunakan rumus uji *t* atau *t-test*.

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum xd^2}{N(N-1)}}}$$

Keterangan:

- Md : Mean dari deviasi (d) antar *posttest* dan *pretest*
- Xd : Perbedaan deviasi dengan mean deviasi
- N : Banyak Subyek
- Df : atau db (N-1).⁷³



⁷³ Azwar Saifuddin, *Penyusunan Skala Psikologi edisi 2*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar), h. 306. a

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Gambaran Umum Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif (kelas eksperimen) dan teknik ceramah (kelas kontrol) pada peserta didik rendah percaya diri kelas VIII yang dilaksanakan di SMP Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017, dengan tujuan untuk menangani peserta didik rendah percaya diri. Peserta didik rendah percaya diri dapat berpengaruh terhadap diri sendiri dan terhadap orang lain, yang mengakibatkan peserta didik dapat dikatakan sulit untuk menyesuaikan diri dengan keadaan di sekitar lingkungan sekolah. Sebelum dilaksanakan penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan wawancara terhadap guru BK untuk mengetahui keadaan yang terjadi pada peserta didik. Setelah itu untuk menentukan subyek penelitian dilakukan dengan melihat data daftar cek masalah yang didapat dari arsip sekolah Kelas VIII di SMP Negeri 8 Bandar Lampung pada peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri. Daftar cek masalah dianalisis, kemudian dari hasil tersebut didapatkan seluruhnya 22 sampel peserta didik yang terdiri dari kelas D (11 peserta didik) sebagai kelas Eksperimen dan kelas E (11 peserta didik) sebagai kelas kontrol, yang akan dijadikan subjek dalam penelitian ini. Setelah itu diberikan angket percaya diri kepada seluruh peserta didik lalu didapatkan sampel 22 peserta didik yang terdiri dari kelas D (11 peserta

didik) sebagai kelas Eksperimen dan kelas E (11 peserta didik) sebagai kelas kontrol peserta didik yang mengalami rendah percaya diri. Berdasarkan hal tersebut diberikan *treatment* kepada peserta didik yang berbeda. Pada kelas eksperimen peneliti menggunakan *treatment* layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif. Pada kelas kontrol menggunakan *treatment* dengan teknik ceramah. Kemudian seluruh peserta didik yang dikategorikan mengalami rendah percaya diri diberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden sebagai tanda kesediaan untuk mengikuti layanan kegiatan ini. Peneliti membuat kesepakatan untuk melakukan layanan dan menetapkan hari dan waktu pelaksanaan. Kemudian, peserta didik mengikuti layanan konseling kelompok dan mengisi angket/kuesioner *posttest* sesudah pemberian *treatment*/perlakuan.

B. Deskripsi Data

1. Hasil Pelaksanaan Kegiatan Konseling Kelompok

Data yang yang diperoleh untuk mengetahui hasil *pretest* dan *posttest* diperoleh dari observasi yang dilakukan oleh peneliti mengenai peserta didik yang tergolong rendah percaya diri. *Pretest* dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal peserta didik rendah percaya diri sebelum diberi perlakuan. *Pretest* tersebut diberikan kepada peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Berikut disajikan hasil kondisi *pretest* peserta didik:

Tabel 11
Hasil *Pretest* Populasi Peserta Didik Berdasarkan Kriteria
(Kelas Eksperimen & Kelas Kontrol)

Kelas Eksperimen

No.	Kode Peserta Didik	Kelas	Hasil <i>Pretest</i>	Kriteria
1.	Konseil 01	D	24	Tinggi
2.	Konseil 02	D	23	Tinggi
3.	Konseil 03	D	9	Rendah
4.	Konseil 04	D	24	Tinggi
5.	Konseil 05	D	7	Rendah
6.	Konseil 06	D	19	Tinggi
7.	Konseil 07	D	20	Tinggi
8.	Konseil 08	D	9	Rendah
9.	Konseil 09	D	13	Tinggi
10.	Konseil 10	D	7	Rendah
11.	Konseil 11	D	16	Tinggi
12.	Konseil 12	D	6	Rendah
13.	Konseil 13	D	8	Rendah
14.	Konseil 14	D	24	Tinggi
15.	Konseil 15	D	18	Tinggi
16.	Konseil 16	D	19	Tinggi
17.	Konseil 17	D	21	Tinggi
18.	Konseil 18	D	17	Tinggi
19.	Konseil 19	D	9	Rendah
20.	Konseil 20	D	23	Tinggi

21.	Konseli 21	D	20	Tinggi
22.	Konseli 22	D	21	Tinggi
23.	Konseli 23	D	7	Rendah
24.	Konseli 24	D	19	Tinggi
25.	Konseli 25	D	8	Rendah
26.	Konseli 26	D	19	Tinggi
27.	Konseli 27	D	8	Rendah
28.	Konseli 28	D	17	Tinggi
29.	Konseli 29	D	12	Rendah

Kelas Kontrol

No.	Kode Peserta Didik	Kelas	Hasil <i>Pretest</i>	Kriteria
1.	Konseil 01	E	19	Tinggi
2.	Konseli 02	E	24	Tinggi
3.	Konseli 03	E	12	Rendah
4.	Konseli 04	E	21	Tinggi
5.	Konseli 05	E	11	Rendah
6.	Konseli 06	E	13	Tinggi
7.	Konseli 07	E	23	Tinggi
8.	Konseli 08	E	9	Rendah
9.	Konseli 09	E	23	Tinggi

10.	Konseli 10	E	22	Tinggi
11.	Konseli 11	E	23	Tinggi
12.	Konseli 12	E	10	Rendah
13.	Konseli 13	E	8	Rendah
14.	Konseli 14	E	10	Rendah
15.	Konseli 15	E	22	Tinggi
16.	Konseli 16	E	19	Tinggi
17.	Konseli 17	E	19	Tinggi
18.	Konseli 18	E	10	Rendah
19.	Konseli 19	E	18	Tinggi
20.	Konseli 20	E	20	Tinggi
21.	Konseli 21	E	19	Tinggi
22.	Konseli 22	E	17	Tinggi
23.	Konseli 23	E	9	Rendah
24.	Konseli 24	E	12	Rendah
25.	Konseli 25	E	19	Tinggi
26.	Konseli 26	E	10	Rendah
27.	Konseli 27	E	11	Rendah
28.	Konseli 28	E	23	Tinggi

Berdasarkan tabel 11 tersebut menunjukkan hasil *pretest* peserta didik, dengan jumlah seluruh 57 yaitu kelas D (eksperimen) 29 peserta didik, kelas E (kontrol) 28 peserta didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Kemudian didapatkan 22 sampel (11 kelas D dan 11 kelas E) peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri. Setelah itu peneliti mengetahui hasil tersebut, Lalu peneliti melakukan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif. Berdasarkan data yang telah diolah, Hasil *pretest* dari 22 peserta didik yang dijadikan subjek penelitian untuk dijadikan kelas eksperimen dan kelas kontrol. Berikut disajikan hasil *pretest* 22 sampel peserta didik dari kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Tabel 12
Hasil *Pretest* Sampel Peserta Didik Rendah Percaya Diri
(Kelas Eksperimen & Kelas Kontrol)

No.	Kode Peserta Didik	Kelas	Hasil <i>Pretest</i>	Kriteria
1.	3	D	9	Rendah
2.	5	D	7	Rendah
3.	8	D	9	Rendah
4.	10	D	7	Rendah
5.	12	D	6	Rendah
6.	13	D	8	Rendah
7.	19	D	9	Rendah
8.	23	D	7	Rendah
9.	25	D	8	Rendah

10.	27	D	8	Rendah
11.	29	D	12	Rendah
12.	3	E	12	Rendah
13.	5	E	11	Rendah
14.	8	E	9	Rendah
15.	12	E	10	Rendah
16.	13	E	8	Rendah
17.	14	E	10	Rendah
18.	18	E	10	Rendah
19.	23	E	9	Rendah
20.	24	E	12	Rendah
21.	26	E	10	Rendah
22.	27	E	11	Rendah

Berdasarkan tabel 12 menunjukkan hasil *pretest* peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung mengalami skor *pretest* yang rendah. Maka dalam hal ini perlunya pemberian *treatment/perlakuan* pada peserta didik rendah percaya diri.

2. Tahapan Pemberian *Treatment* Kelas Eksperimen dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok Teknik Latihan Asertif

Adapun hasil pelaksanaan pemberian *treatment*/perlakuan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif berdasarkan langkah-langkah dan tahap-tahap sebagai berikut:

1) Tahap pertama

Berdasarkan hasil daftar cek masalah pada kelas VIII yang berjumlah seluruh 29 peserta didik terdapat 11 (sebelas) sampel peserta didik yang kategorikan rendah percaya diri (tabel 13 kelas eksperimen). Kegiatan *pretest* dilaksanakan selama 30-60 menit. *Pretest* diberikan pada hari jum'at 17 Maret 2017, pada tahap ini bertujuan untuk membina hubungan dengan peserta didik, berupaya menumbuhkan sikap kebersamaan serta mengupayakan untuk dapat menumbuhkan minat anggota kelompok dalam kegiatan ini. Pertama-tama peneliti menjelaskan maksud, tujuan, cara-cara dan asas-asas yang ada dikegiatan konseling kelompok ini dan memperkenalkan tujuan dan garis besar tahap konseling kelompok dengan teknik latihan asertif pada peserta didik serta mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dalam menangani peserta didik rendah percaya diri di kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

Dengan memberikan penjelasan secara singkat mengenai tujuan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dan petunjuk pengisian angket kepada peserta didik. Hasil dari *pretest* kemudian dianalisis dan digolongkan berdasarkan tingkat peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri. Hal ini dilakukan untuk memperoleh gambaran tentang hasil angket pada peserta didik.

Gambaran tersebut, digunakan untuk menentukan sampel penelitian yaitu peserta didik yang telah dikategorikan rendah percaya diri.

Hasil pelaksanaan *pretest* dapat dikatakan cukup lancar, hal ini dapat dilihat dari kesediaan peserta didik dalam memberikan informasi terkait dengan perilaku rendah percaya diri, peserta didik yang terdapat dalam item pernyataan sesuai dengan petunjuk pengisian.

2) Tahap kedua

Setelah menganalisis data *pretest* peserta didik (tabel 13). Peneliti selanjutnya membentuk suatu anggota kelompok dan mengisi lembar persetujuan responden serta menentukan jadwal pertemuan konseling kelompok dan menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya dan memantapkan anggota kelompok untuk bersedia mengikuti kegiatan ini. Dalam tahap ini peranan dari masing-masing anggota kelompok yaitu dapat berperan aktif mengemukakan pendapat serta memberi saran dan ide-ide dalam membahas topik. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dilaksanakan dari tanggal 17 Maret - 04 April 2017 dengan topik pembahasan yang berbeda pada tiap pertemuannya.

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan dan memaparkan kegiatan teknik latihan asertif yang akan dilakukan. Tujuan dari tahap ini membantu peserta didik agar dapat mengidentifikasi dan menganalisis permasalahan yang terjadi pada peserta didik.

Dalam tahap ini peneliti/pimpinan kelompok menjelaskan langkah-langkah pelaksanaan layanan konseling kelompok. Adapun langkah-langkah sebagai berikut:

- a) *Rational strategi* : Dalam hal ini pimpinan kelompok menjelaskan mengenai teknik latihan asertif dan tujuan penggunaan latihan asertif. Latihan asertif merupakan teknik yang digunakan untuk melatih individu agar dapat bertindak sesuai dengan keinginan individu namun tanpa merugikan orang lain. Tujuan diadakan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif adalah untuk membantu peserta didik agar dapat berperilaku asertif dan dapat memahami dirinya sesuai dengan yang di harapkan. Adapun tahap-tahapannya sebagai berikut:
- b) *rapport*, menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka, mengucapkan salam, menanyakan kabar, dan ucapan terima kasih atas kesediaannya menjadi responden;
- c) memimpin doa;
- d) *structuring*, pimpinan kelompok menjelaskan mengenai struktur pelaksanaan jalannya layanan konseling kelompok, asas-asas serta kesepakatan waktu dalam layanan konseling kelompok;
- e) pimpinan kelompok mengadakan perkenalan, dimulai dari menyebutkan nama dan identitas lainnya kemudian dilanjutkan oleh setiap anggota kelompok memperkenalkan diri dihadapan anggota kelompok lain (meskipun sudah saling mengenal);
- f) pimpinan kelompok dan anggota kelompok melakukan janji konseling dengan menyebutkan masing-masing nama anggota kelompok secara bersamaan, yang kalimatnya sebagai berikut :

“Saya.....*). Berjanji dengan sungguh-sungguh dan sepenuh hati menjaga kerahasiaan dan tidak akan menceritakan kepada pihak luar tentang apa yang telah dibahas dalam kegiatan konseling kelompok.

Pimpinan kelompok menjelaskan topik yang akan dibahas, adapun topik yang dibahas meliputi: 1) mengenali diri sendiri; 2) mengatasi rasa minder; 3) cara bersosialisasi yang baik; 4) meningkatkan rasa percaya diri. Diharapkan semua anggota kelompok mengungkapkan masalah-masalah terkait topik permasalahan yang di hadapi.

Berdasarkan hasil pengamatan selama pelaksanaan tahap ini secara umum berjalan dengan lancar, hal ini terlihat dari antusias peserta didik yang dapat memahami maksud dari kegiatan dan tujuan layanan konseling kelompok teknik latihan asertif, namun pada awal tahapan masih terdapat peserta didik yang malu-malu dan belum berani mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapi tetapi setelah peneliti menunjukkan penerimaan yang hangat berupa memberikan umpan balik, penguatan serta menjelaskan manfaat yang akan diperoleh setelah melakukan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, sebagian besar peserta didik mulai dapat terbuka dan menganggap kegiatan ini sebagai kegiatan yang berarti untuk menangani peserta didik yang mengalami masalah percaya diri.

3) Tahap ketiga

Tahap ini dalam layanan konseling kelompok merupakan tahap peralihan, dalam tahap ini pimpinan kelompok menanyakan kembali kepada seluruh anggota kelompok apakah telah memahami dengan baik mengenai kegiatan bimbingan

kelompok ini, dan mengulas kembali mengenai *structuring* (asas-asas) yang telah disampaikan. Pada tahap ini pimpinan kelompok menjelaskan secara singkat mengenai topik-topik yang telah dibahas tersebut dan selanjutnya pemimpin kelompok memberikan kebebasan pada setiap anggota untuk berperan aktif dan terbuka mengemukakan apa yang dirasakan serta peranan para anggota kelompok dalam kelompok tugas, kemudian pemimpin kelompok menanyakan apakah anggota sudah siap untuk memulai kegiatan pada tahap selanjutnya.

4) Tahap keempat

Identifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan : konselor meminta konseli menceritakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi dan sesuatu yang dilakukan atau dipikirkan pada saat permasalahan timbul. Setelah konseli menceritakan permasalahan yang menjadi permasalahannya lalu konseli *Membedakan perilaku asertif dan tidak asertif secara mengeksplorasi target* : konselor dan konseli membedakan perilaku asertif dan tidak asertif serta menentukan perubahan perilaku yang diharapkan. Setelah itu dilakukan dengan *bermain peran, pemberian umpan balik secara pemberian model perilaku yang lebih baik* : konseli bermain peran sesuai dengan permasalahan yang dihadapi, konselor memberi umpan balik secara verbal, pemberian model perilaku yang lebih baik, dan pemberian penguatan positif dan penghargaan. *Melaksanakan training dan praktik* : konseli mendemonstrasikan perilaku yang asertif sesuai dengan target perilaku yang diharapkan. *Mengulang latihan* : konseli mengulang latihan kembali tanpa bantuan pembimbing.

5) Tahap kelima

Pimpinan kelompok dan anggota kelompok bersama-sama menyimpulkan hasil dari kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, pimpinan kelompok mengingatkan bahwa kegiatan akan segera berakhir. Kemudian peneliti selaku pimpinan kelompok memberikan LAISEG (layanan segera) untuk diisi oleh anggota kelompok dan meminta semua anggota kelompok untuk mengemukakan kesan/pesan mereka setelah mengikuti layanan konseling kelompok. Lalu memberikan *tugas rumah dan tindak lanjut* : konselor memberi tugas pada konseli, dan meminta konseli mempraktikkan perilaku yang diharapkan dan memeriksa perilaku target apakah sudah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari; dan dilakukannya *Terminasi* : konselor menghentikan program bantuan dalam kegiatan ini.

6) Tahap keenam

Setelah layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif selesai dilaksanakan, kemudian dilakukan pemberian *posttest* pada hari Selasa, 04 April 2017 dengan tujuan untuk mengetahui peserta didik rendah percaya diri setelah diberikan perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum pelaksanaan *posttest* dikatakan lancar dapat dilihat dari antusias dan kesediaan peserta didik memberikan informasi terkait permasalahan setelah diberikan perlakuan dengan mengisi seluruh item pernyataan angket sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai pada waktu yang telah ditentukan.

3. Tahapan Pemberian *Treatment* Kelas Kontrol dengan Menggunakan Layanan Konseling Kelompok Teknik Ceramah

Pada tahapan *treatment* kelas kontrol teknik yang digunakan adalah teknik ceramah. Kelas kontrol adalah digunakan untuk kelas pembanding dan mengukur apakah teknik latihan asertif lebih efektif digunakan sebagai pemberian bantuan kepada peserta didik yang mengalami masalah percaya diri atau tidak efektif. Penggunaan teknik ceramah karena di sekolah SMP Negeri 8 Bandar Lampung dalam penanganan bidang sosial, Guru BK menggunakan teknik ceramah. Pada teknik ceramah yang peneliti gunakan susunan teknik konseling hampir sama dengan penggunaan teknik latihan asertif, hanya saja berbeda cara penyampaian yaitu dengan ceramah saja.

Adapun hasil pelaksanaan pemberian *treatment*/perlakuan adalah sebagai berikut

- 1) Tahap Pertama : menganalisis Daftar Cek Masalah, melaksanakan kegiatan pretest, mengambil sampel penelitian, memberikan penjelasan pelaksanaan konseling, tujuan, cara dan asas konseling serta tahapan yang akan dilakukan.
- 2) Tahap Kedua : Pada tahap kedua setelah menganalisis hasil *pretest* kemudian membentuk kelompok, mengisi lembar persetujuan, menentukan jadwal pertemuan, menjelaskan langkah-langkah seperti *rationaal strategi*, *report*,

doa, *structuring*, perkenalan, pelaksanaan pengucapan janji konseling, penjelasan topik bahasan.

- 3) Tahap ketiga : Tahap ini adalah tahap peralihan.
- 4) Tahap Empat : Tahap identifikasi keadaan.
- 5) Tahap Lima : Memberi kesimpulan.
- 6) Tahap Enam : Pelaksanaan *posttest*.

Setelah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok pada masing-masing kelompok, maka peneliti mengukur kembali hasil *posttest* peserta didik di kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Adapun hasil *posttest* peserta didik sebagai berikut:

Tabel 13
Hasil *Posttest* Sampel Peserta Didik Rendah Percaya Diri
(Kelas Eksperimen (D) & Kelas Kontrol (E))

No.	Kode Peserta Didik	Kelas	Hasil <i>Posttest</i>	Kriteria
1.	3	D	19	Tinggi
2.	5	D	18	Tinggi
3.	8	D	20	Tinggi
4.	10	D	19	Tinggi
5.	12	D	17	Tinggi

6.	13	D	19	Tinggi
7.	19	D	22	Tinggi
8.	23	D	17	Tinggi
9.	25	D	21	Tinggi
10.	27	D	20	Tinggi
11.	29	D	23	Tinggi
12.	3	E	19	Tinggi
13.	5	E	18	Tinggi
14.	8	E	18	Tinggi
15.	12	E	20	Tinggi
16.	13	E	17	Tinggi
17.	14	E	19	Tinggi
18.	18	E	19	Tinggi
19.	23	E	20	Tinggi
20.	24	E	19	Tinggi
21.	26	E	21	Tinggi
22.	27	E	19	Tinggi

Berdasarkan tabel 14 tersebut setelah diberikan treatment pada masing-masing kelompok peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung, Sehingga menghasilkan perubahan hasil pada peserta didik rendah percaya diri. Dapat dilihat

dari hasil angket peserta didik rendah percaya diri pada masing-masing kelompok terdapat peningkatan skor.

Setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif didapatkan hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score* dapat dilihat pada tabel 15 sebagai berikut:

Tabel. 14
Deskripsi Data *Pretest*, *Posttest*, *Gain Score* (Kelas Eksperimen & Kelas Kontrol)

Kelas Eksperimen					
No	No Absen	Kode	Hasil Pretest	Hasil Posttest	Gain Score
1	3	Konseli 01	9	19	10
2	5	Konseli 02	7	18	11
3	8	Konseli 03	9	20	11
4	10	Konseli 04	7	19	12
5	12	Konseli 05	6	17	11
6	13	Konseli 06	8	19	11
7	19	Konseli 07	9	22	13
8	23	Konseli 08	7	17	10
9	25	Konseli 09	8	21	13
10	27	Konseli 10	8	20	12
11	29	Konseli 11	12	23	11
N=11			90/11	215/11	125
Rata-rata			8.19	19.55	11.37

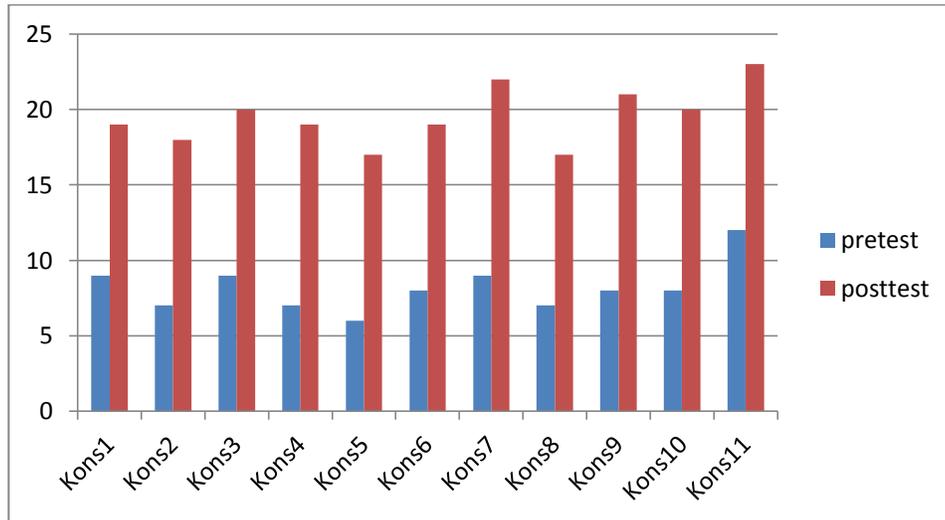
Kelas Kontrol					
No	No Absen	Kode	Hasil Pretest	Hasil Posttest	Gain Score
1	3	Konseli 01	12	19	7
2	5	Konseli 02	11	18	7
3	8	Konseli 03	9	18	9
4	12	Konseli 04	10	20	10
5	13	Konseli 05	8	17	9
6	14	Konseli 06	10	19	9
7	18	Konseli 07	10	19	9
8	23	Konseli 08	9	20	11
9	24	Konseli 09	12	19	7
10	26	Konseli 10	10	21	11
11	27	Konseli 11	11	19	8
N=11			112/11	209/11	97
Rata-rata			10.19	18.37	8.82

Berdasarkan hasil perhitungan *pretest* 11 (sebelas) peserta didik kelas eksperimen sampel tersebut didapatkan hasil rata-rata dengan nilai 8.19, sedangkan kelas kontrol 10.19. Setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, meningkat menjadi angka 19.55 untuk kelas eksperimen dan 18.37 untuk kelas kontrol dengan skor peningkatan kelas eksperimen 11.37 dan kelas kontrol

8.82. Maka dapat disimpulkan bahwa peserta didik dengan percaya diri rendah cenderung menurun dilihat dari skor peningkatan setelah dilakukan treatment.

Kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif lebih efektif untuk menangani peserta didik rendah percaya diri, meskipun pada kedua kelompok mengalami peningkatan skor peserta didik. Hal tersebut dapat dilihat dari perbandingan hasil skor. Pada kelas eksperimen yang dilaksanakan menggunakan *treatment* teknik latihan asertif skor rata-rata peningkatannya adalah 11.37, sedangkan pada kelas kontrol yaitu dengan menggunakan *treatment* teknik ceramah skor peningkatan lebih rendah dibanding kelas eksperimen yaitu 8.82.





Gambar 4
Grafik Hasil *Pretest* dan *Posttest*
Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Asertif

Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat pengukuran hasil *pretest* dan *posttest* sebelum dilakukan dan setelah dilakukan dengan skor peningkatan adalah 11.37. Dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok teknik latihan asertif dapat menangani peserta didik rendah percaya diri.

C. Uji Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. H_0 = Konseling Kelompok dengan Tehnik Latihan Assertif (*assertive training*) Tidak Efektif untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

2. H_a = Konseling Kelompok dengan Teknik Latihan Assertif (*assertive training*) Efektif untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil uji *t/t-test paired sample test* pada konseling kelompok dengan teknik latihan asertif untuk menangani peserta didik rendah percaya diri, perhitungan dilakukan dengan menggunakan *SPSS (Statistical product and service solution) for windows reliase 16*, didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 15
Hasil Uji T-Test Kelas Eksperimen
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	11.364	1.027	.310	12.054	10.674	36.701	10	.000

Dari tabel 15 dapat diketahui bahwa keseluruhan rasa percaya diri peserta didik terdapat peningkatan yaitu dapat dilihat dari rata-rata kedua variabel sebelum dan sesudah diberikan *treatment* adalah 11.364, dan berdasarkan hasil pengujian *t* hitung = 36.701 pada derajat kebebasan (*df*) 10, kemudian dibandingkan dengan *t* tabel 0.05 = 2.228 dengan ketentuan harga *t* hitung lebih besar dari *t* tabel ($36.701 \geq 2.228$), maka H_0 “Konseling Kelompok Tehnik Latihan Asertif (*assertive training*) tidak efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” di **tolak** dan H_a “Konseling Kelompok Teknik Latihan

Asertif (*assertive training*) efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” di **terima**.

D. Deskripsi Proses Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Asertif

Deskripsi proses pelaksanaan dilakukan dengan memaparkan hasil selama proses konseling kelompok dengan teknik latihan asertif akan dijelaskan sebagai berikut:

Adapun topik yang dibahas, yaitu pada pertemuan pertama membahas mengenai 1) mengenali diri sendiri; 2) mengatasi rasa minder; 3) cara bersosialisasi yang baik; 4) meningkatkan rasa percaya diri.

1) Mengenali diri sendiri

Materi ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 21 Maret 2017. Dalam mengenali dirinya sendiri terdapat permasalahan yang terjadi pada anggota kelompok (konseli1, konseli2, konseli3, konseli4, konseli5, konseli6, konseli7, konseli8, konseli9, konseli10, konseli11), mereka sering mengalami dan mengaku bahwa yang menjadi faktor sulit untuk mengenali dirinya sendiri salah satunya adalah pikirannya dimana mereka belum mengetahui kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri mereka masing-masing.

Peningkatan dalam indikator memahami dirinya sendiri dan orang lain tentulah peserta didik dapat menerima dirinya baik kekurangan maupun kelebihan, baik dalam segi kondisi fisik, sifat-sifat diri dan bakat yang dimiliki, tidak mengeluh dan membenci kekurangan pada diri serta berusaha memperbaikinya,

memiliki motivasi untuk mengembangkan kelebihan yang dimiliki, dan menghargai diri sendiri dengan tidak menyalahkan diri sendiri ketika mengalami kegagalan. Kemudian anggota kelompok membedakan perilaku asertif dan tidak asertif (pasif, asertif, dan agresif), langkah selanjutnya anggota kelompok membuat kesepakatan perubahan perilaku tidak asertif menjadi perilaku asertif.

2) Mengatasi rasa minder

Materi ini dilaksanakan pada hari Jumat, tanggal 24 Maret 2017. Sebelum membahas materi ini pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu mengenali dirinya sendiri. Kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif/penghargaan berupa pujian pada anggota kelompok yang dapat menerapkan perilaku sebelumnya. Setelah itu barulah membahas materi mengatasi rasa minder, kemudian anggota kelompok membedakan perilaku asertif dan tidak asertif (pasif, asertif, dan agresif), langkah selanjutnya anggota kelompok membuat kesepakatan perubahan perilaku tidak asertif menjadi perilaku asertif.

Setelah menetapkan perubahan perilaku, anggota kelompok melakukan bermain peran yang diwakili oleh Konseli3 dan Konseli6. Konseli3 dan Konseli6 berperan sebagai peserta didik yang berperilaku tidak asertif, Konseli3 dan Konseli6 mengaku dirinya merasa minder terhadap temannya yang lain. Setelah mendiskusikan dan mempraktikkan latihan asertif secara berulang-ulang, pimpinan kelompok memberikan penguatan positif dan pekerjaan rumah kepada peserta didik yaitu latihan menerapkan perilaku asertif tanpa menghilangkan rasa merendahkan diri.

3) Cara bersosialisasi yang baik

Materi ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 28 Maret 2017. Sebelum membahas bagaimana cara bersosialisasi yang baik, pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu mengatasi rasa minder, setelah anggota kelompok mencoba mempraktikkan percaya diri, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif berupa pujian pada anggota kelompok.

Pimpinan kelompok menjelaskan materi tentang cara bersosialisasi yang baik, kemudian Konseli2, Kosneli5, konseli7 dan Konseli8 adalah peserta didik yang sulit untuk diajak berinteraksi dengan teman yang lain sehingga temannya yang lain tidak mau berteman kepada mereka karena sikap Konseli 2, Konsel i5, Konseli 7 dan Konseli8 yang kurang baik. Setelah Konseli 2, Konseli 5, Konseli 7 dan Konseli 8 mempraktikkan perilaku asertif, dimana mereka harus mampu mengembangkan dirinya untuk lebih bersikap bersosialisasi terhadap temannya yang lain.

4) Meningkatkan rasa percaya diri

Materi ini dilaksanakan pada hari Jumat, tanggal 31 Maret 2017. Sebelum membahas materi ini, terlebih dahulu pimpinan kelompok dan anggota kelompok mereview perilaku yang sudah diterapkan pada materi sebelumnya yaitu cara bersosialisasi yang baik, setelah anggota kelompok mencoba melakukan perilaku cara bersosialisasi yang baik, kemudian pimpinan kelompok memberikan penguatan positif berupa pujian pada anggota kelompok.

Dalam materi ini peserta didik awalnya tidak percaya diri untuk maju kedepan dan mengerjakan tugas di papan tulis, tidak percaya diri karna merasa memiliki kemampuan rata-rata, tidak percaya diri dengan kondisi fisik yang dimiliki dan selalu mencontek jika ada pekerjaan rumah (PR). Hal ini mempengaruhi prestasi belajar peserta didik, kemudian pimpinan kelompok dan anggota kelompok membedakan perilaku asertif (merubah persepsi dan menumbuhkan rasa percaya diri peserta didik) dan tidak asertif (menyalahkan diri dan orang lain). Setelah menetapkan perilaku, pimpinan kelompok memberikan penguatan positif dan umpan balik.

Para anggota kelompok mempraktikan, Konseli 4, Konseli 9, Konseli 10, dan Konseli 11 adalah peserta didik yang selalu mencontek jika ada pekerjaan rumah (PR), Konseli 4, Konseli 9, Konseli 10, dan Konseli 11 selalu merasa jawabannya salah jika mengerjakan sendiri padahal Konseli 4, Konseli 9, Konseli 10, dan Konseli 11 termasuk orang yang aktif. Konseli 4, Konseli 9, Konseli 10, dan Konseli 11 menyadari bahwa apa yang ia lakukan adalah perilaku tidak asertif. Jadi Konseli 4, Konseli 9, Konseli 10, dan Konseli 11 belajar agar percaya diri dengan kemampuannya dan berusaha belajar membiasakan mengerjakan pekerjaan rumah sendiri dengan meminta bantuan dari guru dan teman jika perasaan tidak percaya diri itu muncul kembali tanpa harus selalu mencontek. Pimpinan kelompok memberikan penguatan positif, peserta didik mengulang perilaku asertif, pimpinan kelompok memberikan tugas rumah agar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Pimpinan kelompok dan anggota kelompok bersama-sama menyimpulkan hasil dari kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif,

pimpinan kelompok mengingatkan bahwa kegiatan akan segera berakhir. Kemudian peneliti selaku pimpinan kelompok memberikan LAISEG (layanan segera) untuk diisi oleh anggota kelompok dan meminta semua anggota kelompok untuk mengemukakan kesan/pesan mereka setelah mengikuti layanan konseling kelompok.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh suatu kesimpulan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok. Hal ini dikarenakan teknik latihan asertif dalam menangani peserta didik rendah percaya diri merupakan upaya pemberian bantuan kepada 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 gambaran pada peserta didik rendah percaya diri kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif.

Dari hasil perhitungan angket dapat diketahui bahwa sebelum diberikan layanan konsling kelompok dengan teknik latihan asertif, 11 (sebelas) sampel peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri. Persentase 11 (sebelas) sampel peserta didik sebelum diberikan layanan yaitu sebesar 8.19 masuk dalam kriteria rendah. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum peserta didik yang suka menyendiri dan kurang

suka berkumpul dengan teman-temannya, peserta didik yang sering membuat kegaduhan di kelas, peserta didik yang yang sulit untuk mengikuti aturan di sekolah, peserta didik yang mempunyai rasa percaya diri yang rendah dan peserta didik yang tidak mau diajak bekerjasama dalam suatu kelompok di kelas. Berdasarkan hasil *pretest* tersebut peserta didik perlu mendapatkan perlakuan lebih lanjut.

Peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung, setelah 11 (sebelas) sampel peserta didik mendapatkan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, ternyata terjadi perubahan dari peserta didik setelah mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif mengalami perubahan skor. Rata-rata skor sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan asertif adalah 8.19 dan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik latihan asertif meningkat menjadi 19.55. Ditunjukkan pula dari hasil uji t dengan program SPSS 16 diperoleh $t_{hitung} = 36.701$ lebih besar dari $t_{tabel} = 2.228$ atau berada pada daerah penolakan H_0 . Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan rasa percaya diri kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2016/2017 diterima.

Berdasarkan hasil kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, ada beberapa kesan yang diungkapkan oleh anggota kelompok, yaitu kegiatan dalam konseling kelompok teknik latihan asertif dapat bermanfaat karena dapat menambah wawasan, pengetahuan, mengakrabkan teman, dapat lebih bisa mengenali dirinya sendiri, dapat mengurangi rasa minder, dapat bersosialisasi dengan baik, serta mampu meningkatkan rasa percaya diri. Tujuan dalam penelitian ini adalah agar peserta didik mengetahui permasalahan-permasalahan yang sedang terjadi pada peserta didik itu sendiri. Layanan yang diberikan dalam suasana kelompok bisa dijadikan media penyampaian informasi sekaligus juga bisa membantu peserta didik menyusun rencana dalam membuat keputusan yang tepat sehingga diharapkan akan berdampak positif bagi peserta didik kedepannya.

Dalam penelitian ini dinamika dalam kelompok dapat tercipta dengan baik, sehingga anggota kelompok saling menolong, menerima dan berempati dengan tulus. Para peserta didik sudah merasa memiliki kelompok, ini terlihat para peserta didik yang selalu hadir pada saat pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif. Anggota kelompok antusias dalam mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok karena ini berhubungan dengan diri mereka, adanya interaksi yang baik antara anggota dengan anggota yang lain serta anggota dengan pemimpin kelompok, para anggota saling memberikan pendapat dan saran ketika kegiatan berlangsung, tujuan secara umum dari kegiatan ini sudah tercapai seperti belajar untuk lebih mengenali diri sendiri, mengatasi rasa minder, dapat bersosialisasi dengan baik, serta mampu meningkatkan rasa percaya diri.

Teknik latihan asertif merupakan suatu latihan perilaku yang dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri tanpa merugikan orang lain.⁷⁵ Sedangkan Peserta didik rendah percaya diri merupakan peserta didik yang tidak mempunyai minat untuk mengikuti kegiatan-kegiatan kelompok, tidak dapat menyerap dan menerima norma-norma di dalam kepribadiannya, tidak mampu untuk berperilaku yang pantas atau menyesuaikan diri menurut tuntutan lingkungan yang ada.⁷⁶ Selain itu dalam dinamika kelompok sudah dapat tercipta dengan baik ikatan batin yang terjalin antar anggota kelompok akan lebih mempererat hubungan diantara mereka sehingga masing-masing individu akan merasa diterima dan dimengerti oleh orang lain, serta timbul penerimaan terhadap dirinya.

Dalam kegiatan ini peneliti memakai layanan konseling kelompok dengan menggunakan topik tugas sehingga terarah apa yang menjadi tujuan dalam penelitian ini, dari topik-topik yang dibahas merupakan pengembangan dari aspek-aspek yang terdapat dalam angket skala dari tiap pertemuan mulai dari pertemuan pertama sampai pertemuan terakhir yang merupakan rangkaian satu kesatuan yang saling berkaitan dari setiap topik yang dibahas sehingga ketika mengikuti kegiatan ini dengan baik maka akan terjadi proses perubahan yang akan mereka alami terutama dalam proses menangani peserta didik rendah percaya diri.

⁷⁵ Mochamad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling*, (Jakarta : Indeks, 2013), h. 138.

⁷⁶ Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial*, (Jakarta : Bineka Cipta, 2004), h. 340.

Interaksi yang terus menerus dapat dilakukan dengan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif karena dengan layanan konseling kelompok ini para anggota dapat belajar bersama dengan anggota kelompok dalam memecahkan masalah yang dihadapi, selain itu pemberian ide, pendapat, alternatif- alternatif bantuan yang ditawarkan oleh para anggota kelompok yang lain lebih efektif.

Peserta didik yang mampu memahami dirinya sendiri cenderung dapat menyesuaikan diri dengan baik. Misalnya jika individu itu diterima orang lain, dihormati dan disenangi karena keadaan dirinya, dia akan cenderung bersikap menghormati dan menerima dirinya. Sebaliknya bila orang lain selalu meremehkan, menyalahkan, dan menolaknya, individu akan cenderung tidak menyenangi dirinya. Melalui pengalaman interaksi dengan orang lain dan cara orang lain memperlakukan individu tersebut akan lebih mengetahui tentang dirinya dan akhirnya membentuk gagasan dalam dirinya seperti apakah dirinya sebagai pribadi serta akan terbentuk jati diri peserta didik yang sebenarnya dan memiliki kepribadian yang sehat sesuai dengan perkembangannya.

Layanan konseling kelompok mempunyai peran penting dalam upaya menangani peserta didik rendah percaya diri. Peranannya adalah sebagai berikut:

1. Membantu peserta didik agar dapat memahami dirinya sendiri dan orang lain, mengatasi rasa minder, dapat bersosialisasi dengan baik, serta dapat meningkatkan rasa percaya diri.
2. Menerima keadaan dirinya sebagaimana adanya, baik kelebihan maupun kelemahannya sehingga peserta didik mampu berinteraksi dengan orang lain, dan

dapat meningkatkan rasa percaya dirinya serta membuatnya mampu mengembangkan kelebihan yang dimilikinya.

F. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan sebaik mungkin, namun peneliti menyadari betul bahwa masih banyak kekurangannya. Peneliti sebagai pemimpin kelompok dalam kegiatan layanan konseling kelompok mengalami beberapa hambatan. Pada awal pertemuan, pemimpin kelompok mengalami kesulitan dalam membangun keaktifan kelompok. Hal itu dikarenakan seluruh anggota kelompok belum pernah mengikuti kegiatan konseling kelompok sehingga mereka terlihat takut dan malu. Untuk mengatasi ketakutan yang dialami anggota kelompok, secara perlahan pemimpin kelompok memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan kegiatan layanan konseling kelompok serta latihan asertif yang akan dilaksanakan.

Selain itu, keterbatasan ini berkaitan dengan waktu pelaksanaan proses dalam layanan konseling kelompok yang dilakukan. Layanan konseling kelompok dilakukan pada saat jam-jam tertentu atau disaat tidak ada jam pelajaran (jam kosong), dilakukan pula pertemuan kembali pada saat waktu jam pulang sekolah dalam setiap pertemuan-pertemuan yang dilakukan. Meskipun demikian, proses konseling kelompok berjalan dengan lancar selama lebih kurang 45-60 menit dalam setiap pertemuan.

Dalam setiap pertemuan pada saat pemberian *pretest* dan *posttest* sebelumnya peneliti telah berusaha menjelaskan kepada peserta didik bahwa hasil angket tidak ada hubungannya dengan nilai dan sekolahan, sehingga mendorong peserta didik agar jujur sesuai dengan keadaan yang dialami dalam menjawab butir-butir pernyataan angket skala yang telah disediakan oleh peneliti.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian teknik latihan asertif untuk meningkatkan rasa percaya diri kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017 dapat disimpulkan bahwa hasil perhitungan rata-rata skor rendah percaya diri sebelum *mean pretest* mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif adalah 8.19 dan setelah *mean posttest* mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif meningkat menjadi 98 dengan skor peningkatan 19.55. Dari hasil uji-t menggunakan program SPSS versi 16, bahwa t adalah 36.701 pada derajat kebebasan (df) 10, kemudian dibandingkan dengan t tabel $0.05 = 2.228$ dengan ketentuan harga t hitung lebih besar dari t tabel ($36.701 \geq 2.228$), maka H_0 “Konseling Kelompok Tehnik Latihan Asertif (*assertive training*) tidak efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” ditolak dan H_a “Konseling Kelompok Teknik Latihan Asertif (*assertive training*) efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung” diterima.

Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu terdapat peningkatan skor dengan demikian peserta didik yang memiliki rasa percaya diri rendah mengalami

perubahan setelah melaksanakan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif pada peserta didik kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017. Hal ini ditunjukkan dari perubahan perilaku pada peserta didik dalam setiap pertemuan pada kegiatan layanan konseling kelompok dan perilaku peserta didik dalam kegiatan sekolah sehari-hari ditunjukkan dengan mudah berinteraksi/bersosialisasi, dapat bekerjasama dalam suatu kelompok dan lebih bersikap terbuka serta lebih percaya diri.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dibuktikan dengan adanya perubahan peserta didik yang dikategorikan rendah percaya diri setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, maka ada beberapa saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan yaitu:

1. Peserta didik diharapkan harus tetap mengembangkan rasa percaya diri yang positif dan potensi yang ada dalam dirinya untuk mencapai semua cita-citanya.
2. Guru bimbingan konseling diharapkan dapat membantu peserta didiknya untuk mengembangkan kemampuan yang ada dalam diri peserta didik, agar mampu berprestasi didalam sekolah maupun lingkungan sekitarnya.
3. Kepala sekolah agar dapat merumuskan kebijakan dalam memberikan dua jam pelajaran efektif masuk kelas untuk layanan bimbingan dan konseling sesuai dengan model pembelajaran bermutu.

4. Untuk peneliti lebih lanjut, diharapkan dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan komprehensif mengenai layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif untuk menangani peserta didik rendah percaya diri dan perlu diadakannya layanan konseling individu maupun kelompok untuk mengetahui masalah-masalah terkait pada peserta didik yang memiliki masalah rendah percaya diri.



DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Juntika. 2014. *Bimbingan dan Konseling*. Bandaung: PT Rieneka Cipta.
- Azwar Saifuddin. 2009. *Penyusunan Skala Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey Gerald. 2013. *Teori dan Praktik Konseling dan Psikoteraphy*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Departemen Agama RI 2010 *Al Qur'an terjemah* Bandung; Diponegoro,
- Dewa Ketut Sukardi. 2010. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rieneka Cipta.
- Hakim. T, 2002 *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta : Purwa Suara.
- Hendriati Agustiani. 2009. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Ibnu Hajar. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Refika Aditama. 1999. Iching. *Konseling Kelompok*: online tersedia di: http://ichingsugar.blogspot.com/2012/10/konseling_kelompok. Diakses pada 13 Agustus 2015 jam 13.00.
- Isnaini Maulina Putri. 2015. "*Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial dengan Menggunakan Metode Latihan Asertif Training Untuk Mengatasi Siswa Terisolir*". IAIN Raden Intan: Jurnal Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling.
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Lauster, P. 1997. *Test Kepribadian* (terjemahan Cecilia, G. Sumekto . Yogyakarta. Kanisius
- Mamat Supriatna. 2013. *Bimbingan dan Konselling Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Mastuti. 2013. *Hi Fers Publishing 50 kiat-kiat Percaya Diri*. Jakarta: BK UNNES.
- Mohammad Nuh. 2014. *Permendiknas No.111 Tentang Bimbingan dan Konseling Tahun*
- Mohammad Nursalim. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Indeks. 2013.
- Mohammad UN. 2015. *Psikologi dalam Al-Qur'an- Teori Qur'ani dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Nandang Rusmana.2009. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah*. Bandung: Rizki Perss.
- Prayitno. 1995. *Layanan BK Kelompok*. Padang: Graha Indonesia.

- Prayitno. 2009. *Erman Amti. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rieneka Cipta.
- Septi Rahayu Purwati.2013. “*Mengatasi Masalah Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa SMP*”. UNNES: Jurnal Skripsi Program Strata Satu.
- Sofyan S.Willis, 2011 “*Konseling Keluarga*” Bandung : CV Alfabeta
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunardi. “*Makalah Latihan Asertif PLBFIPUPP*”. 2010. Terdapat di [Http://p.file.upi.edu/direktori/FIP/Jur.PLB/196002011](http://p.file.upi.edu/direktori/FIP/Jur.PLB/196002011). Diakses pada Tanggal 12 Februari 2015.
- Sunarto, Agung H. 2008 *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Rieneka Cipta.



Pertemuan 1

**SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK EKSPERIMEN**

Kegiatan		Uraian Kegiatan	
A. Topik Bahasan		Mengenal Diri Sendiri	
B. Bidang Bimbingan		Pribadi dan Sosial	
C. Jenis Layanan		Konseling Kelompok	
D. Fungsi Layanan		Pemahaman dan Pengembangan	
E. Tujuan Layanan		1. Peserta didik mampu mengatasi permasalahannya sendiri	
F. Hasil yang ingin dicapai		Agar peserta didik mampu mengenali dirinya sendiri baik kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya	
G. Sasaran Layanan		Peserta didik kelas VIII SMPN 8 Bandar Lampung	
H. Uraian Kegiatan			
No	Tahapan	Kegiatan	
		Guru Pembimbing	Peserta Didk
1	Pembentukan	a. Mengucapkan salam, menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kesediannya menjadi responden. b. Memimpin Doa c. Menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan asas-asas dalam konseling kelompok d. Menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling kelompok	a. Merespon salam dan sambutan guru pembimbing b. Berdoa c. Memperhatikan dan mendengarkan

		<p>e. Menyampaikan kesepakatan waktu</p> <p>f. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk mencairkan suasana agar anggota kelompok saling terbuka, dan saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.</p>	<p>d. Memperhatikan dan mengikuti</p> <p>e. Menyepakati waktu</p> <p>f. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.</p>
2	Peralihan	<p>a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh, mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya setelah itu menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</p>	<p>a. Memperhatikan dan mendengarkan</p>
3	Kegiatan	<p>a. Memberikan penjelasan mengenai teknik latihan asertif</p> <p>b. Meminta peserta didik mengungkapkan permasalahannya</p> <p>c. Menjelaskan perbedaan perilaku asertif dengan tidak asertif dan latihan asertif yang akan dilakukan</p> <p>d. Memberikan umpan balik dan penguatan</p> <p>e. Pemberian penguatan positif</p> <p>Mempraktikkan latihan asertif</p>	<p>a. Memperhatikan</p> <p>b. Menjawab</p> <p>c. Mendengarkan</p> <p>d. Menjawab dan memperhatikan</p> <p>e. Mendengarkan dan memperhatikan</p> <p>Mempraktikkan dan mengulang kembali</p>

4	Pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> a. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir b. Menyimpulkan dari topik yang dibahas c. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan : <ul style="list-style-type: none"> 1. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok 2. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung 3. Kesan yang diperoleh selama kegiatan d. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok e. Memberikan pekerjaan rumah f. Mengucapkan terimakasih dan doa g. Mengucapkan salam penutup. 	<ul style="list-style-type: none"> a. Memperhatikan dan mendengarkan b. Mendengarkan dan menyimpulkan c. Melaksanakan d. Menjawab pertanyaan e. Menyanggupi f. Merespon dan berdoa g. Menjawab salam
I. Materi Layanan	Terlampir		
J. Sumber	http://guraru.org/wp-content/uploads/2015/02/kumpulan-materi-bk.pdf		
K. Tempat	Ruang BK		
L. Alokasi Waktu	1 x 60 Menit		
M. Metode	Diskusi dan Tanya jawab		
N. Alat Perlengkapan	Alat tulis, meja, dan kursi		

O. Penyelenggara Layanan	A.Bushomi M
a. Konsultan	Dosen pembimbing dan guru pembimbing
b. Rencana penilaian dan tindak lanjut	<ol style="list-style-type: none"> 1. Penilaian Proses : melihat keaktifan dan partisipasi anggota dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok. 2. Penilaian Hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan tertulis berupa lembar penilaian segera (Laiseg) kepada anggota kelompok untuk mengetahui bagaimana wawasan baru yang diperoleh dari pembahasan masalah yang sudah dilaksanakan, meminta sebagian anggota kelompok mengemukakan perasaannya setelah mengikuti layanan, menanyakan kepada anggota mengenai rencana lanjutan yang akan diambil.
c. Catatan Khusus	-

Bandar Lampung, 22 Maret 2017

Peneliti

Mengetahui,
Guru BK

A. Busthomi M
NPM. 1211080132

Dra. Sri Susilawati
NIP. 196004161986022001



Pertemuan 2

SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK EKSPERIMEN

Kegiatan		Uraian Kegiatan	
P. Topik Bahasan		Mengatasi Rasa Minder	
Q. Bidang Bimbingan		Pribadi-Sosial	
R. Jenis Layanan		Konseling Kelompok	
S. Fungsi Layanan		Pemahaman, Pengentasan dan Pengembangan	
T. Tujuan Layanan		Agar peserta didik mampu mengontrol dirinya	
U. Hasil yang ingin dicapai		Agar peserta didik mampu mengatasi rasa minder dalam dirinya, bersikap gugup, dan pemalu	
V. Sasaran Layanan		Peserta didik kelas VIII SMPN 8 Bandar Lampung	
W. Uraian Kegiatan			
No	Tahapan	Kegiatan	
		Guru Pembimbing	Peserta Didk
1	Pembentukan	g. Mengucapkan salam, menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kesediannya menjadi responden. h. Memimpin Doa i. Menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan asas-asas dalam konseling kelompok j. Menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling kelompok	g. Merespon salam dan sambutan guru pembimbing h. Berdoa i. Memperhatikan dan mendengarkan

		<p>k. Menyampaikan kesepakatan waktu</p> <p>l. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk mencairkan suasana agar anggota kelompok saling terbuka, dan saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.</p>	<p>j. Memperhatikan dan mengikuti</p> <p>k. Menyepakati waktu</p> <p>l. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.</p>
2	Peralihan	<p>b. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh, mengkondisikan anggota kelompok agar siap melanjutkan ketahap berikutnya setelah itu menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.</p>	<p>b. Memperhatikan dan mendengarkan</p>
3	Kegiatan	<p>f. Menjelaskan topik yang akan dibahas</p> <p>g. Menjelaskan tujuan dan pentingnya untuk mengatasi rasa minder yang terjadi dalam diri</p> <p>h. Mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan masalah pribadi secara bergantian dan mendalam</p> <p>i. Memberikan umpanbalik dan penguatan</p> <p>j. Menjelaskan perbedaan perilaku asertif dengan tidak asertif dan latihan asertif yang akan dilakukan</p> <p>k. Pemberian penguatan positif</p> <p>l. Mempraktikkan latihan asertif</p> <p>m. Penyimpulan</p>	<p>f. Memperhatikan</p> <p>g. Mendengarkan dan memperhatikan</p> <p>h. Melaksanakan</p> <p>i. Menjawab dan memperhatikan</p> <p>j. Merespon pertanyaan pimpinan kelompok</p> <p>k. Mendengarkan dan memperhatikan</p> <p>l. Mempraktikkan dan mengulang</p>

			<p>kembali</p> <p>m. Berpartisipasi aktif mengemukakan pendapat, memberikan saran dan solusi permasalahan</p>
4	Pengakhiran	<p>h. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir</p> <p>i. Menyimpulkan dari topik yang dibahas</p> <p>j. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan :</p> <p>4. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok</p> <p>5. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung</p> <p>6. Kesan yang diperoleh selama kegiatan</p> <p>k. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok</p> <p>l. Memberikan pekerjaan rumah</p> <p>m. Mengucapkan terimakasih dan doa</p> <p>n. Mengucapkan salam penutup.</p>	<p>h. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>i. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>j. Melaksanakan</p> <p>k. Menjawab pertanyaan</p> <p>l. Menyanggapi</p> <p>m. Merespon dan berdoa</p> <p>n. Menjawab salam</p>
X. Materi Layanan		Terlampir	
Y. Sumber		http://guraru.org/wp-content/uploads/2015/02/kumpulan-materi-bk.pdf	
Z. Tempat		Ruang BK	

AA. Alokasi Waktu	1 x 60 Menit
BB. Metode	Diskusi dan Tanya jawab
CC. Alat Perlengkapan	Alat tulis, meja, dan kursi
DD. Penyelenggara Layanan	A.Busthomi M
EE. Konsultan	Dosen pembimbing dan guru pembimbing
FF. Rencana penilaian dan tindak lanjut	<p>3. Penilaian proses : melihat keaktifan dan partisipasi anggota dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan cara mengamati</p> <p>4. Penilaian hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan tertulis berupa lembar penilaian segera (laiseg) kepada anggota kelompok untuk mengetahui bagaimana wawasan baru yang diperoleh dari pembahasan masalah yang sudah dilaksanakan, meminta sebagian anggota kelompok mengemukakan perasaannya setelah mengikuti layanan, menanyakan kepada anggota mengenai rencana lanjutan selanjutnya yang akan diambil.</p>
GG. Catatan Khusus	-

Bandar Lampung, 24 Maret 2017
Mengetahui,
Guru BK

Peneliti

B. Busthomi M
NPM. 1211080132

Dra. Sri Susilawati
NIP. 196004161986022001

Pertemuan 3

SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK EKSPERIMEN

Kegiatan		Uraian Kegiatan	
HH.	Topik Bahasan	Cara bersosialisasi yang baik	
II.	Bidang Bimbingan	Pribadi	
JJ.	Jenis Layanan	Konseling Kelompok	
KK.	Fungsi Layanan	Pemahaman, Pengentasan dan Pengembangan	
LL.	Tujuan Layanan	Agar peserta didik mampu bersosialisasi dengan baik	
MM.	Hasil yang ingin dicapai	Agar peserta didik mampu bersosialisasi dengan baik terhadap orang lain/teman sebaya dan mampu berfikir positif	
NN.	Sasaran Layanan	Peserta didik kelas VIII SMP 8 Bandar Lampung	
OO.	Uraian Kegiatan		
No	Tahapan	Kegiatan	
		Guru Pembimbing	Peserta Didk
1	Pembentukan	m. Mengucapkan salam, menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kesediannya menjadi responden. n. Memimpin Doa o. Menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan asas-asas dalam konseling kelompok	m. Merespon salam dan sambutan guru pembimbing n. Berdoa o. Memperhatikan

		<p>p. Menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling kelompok</p> <p>q. Menyampaikan kesepakatan waktu</p> <p>r. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk mencairkan suasana agar anggota kelompok saling terbuka, dan saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok.</p>	<p>dan mendengarkan</p> <p>p. Memperhatikan dan mengikuti</p> <p>q. Menyepakati waktu</p> <p>r. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.</p>
2	Peralihan	<p>a. Mengulas kembali kegiatan bimbingan kelompok pertemuan sebelumnya</p> <p>b. Mengkondisikan anggota agar siap melanjutkan ketahap berikutnya</p> <p>c. Menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya</p>	<p>a. Menanggapi dan memperhatikan</p> <p>b. Memberikan respon jawaban atas kesiapan anggota kelompok</p> <p>c. Menjawab pertanyaan / menyepakati</p>
3	Kegiatan	<p>n. Memberikan penjelasan mengenai teknik latihan asertif</p> <p>o. Memberikan umpan balik dan penguatan</p> <p>p. Menjelaskan perbedaan perilaku asertif dengan tidak asertif dan latihan asertif yang akan dilakukan</p> <p>q. Pemberian penguatan positif</p> <p>r. Mempraktikkan latihan asertif</p>	<p>n. Memperhatikan</p> <p>o. Mendengarkan</p> <p>p. Menjawab dan memperhatikan</p>

			<p>q. Mendengarkan dan memperhatikan</p> <p>r. Mempraktikkan dan mengulang kembali</p>
4	Pengakhiran	<p>o. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir</p> <p>p. Menyimpulkan dari topik yang dibahas</p> <p>q. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan :</p> <p>7. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok</p> <p>8. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung</p> <p>9. Kesan yang diperoleh selama kegiatan</p> <p>r. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok</p> <p>s. Meberikan pekerjaan rumah</p> <p>t. Mengucapkan terimakasih dan doa</p> <p>u. Mengucapkan salam penutup.</p>	<p>o. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>p. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>q. Melaksanakan</p> <p>r. Menjawab pertanyaan</p> <p>s. menyanggapi</p> <p>t. Merespon dan berdoa</p> <p>u. Menjawab salam</p>
PP.	Materi Layanan	Terlampir	
QQ.	Sumber	http://guraru.org/wp-content/uploads/2015/02/kumpulan-materi-bk.pdf	

RR. Tempat	Ruang BK
SS. Alokasi Waktu	1 x 60 Menit
TT. Metode	Diskusi dan Tanya jawab
UU. Alat Perlengkapan	Alat tulis, meja, dan kursi
VV. Penyelenggara Layanan	A.Busthomi M
WW. Konsultan	Dosen pembimbing dan guru pembimbing
XX. Rencana penilaian dan tindak lanjut	<p>5. Penilaian proses : melihat keaktifan dan partisipasi anggota dalam mengikuti layanan konseling kelompok.</p> <p>6. Penilaian hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan tertulis berupa lembar penilaian segera (Laiseg) kepada anggota kelompok untuk mengetahui bagaimana wawasan baru yang diperoleh dari pembahasan masalah yang sudah dilaksanakan, meminta sebagian anggota kelompok mengemukakan perasaannya setelah mengikuti layanan, menanyakan kepada anggota mengenai rencana lanjutan yang akan diambil.</p>
YY. Catatan Khusus	-

Peneliti

C. Busthomi M
NPM. 1211080132

Bandar Lampung, 31 Maret 2017
Mengetahui,
Guru BK

Dra. Sri Susilawati
NIP. 196004161986022001

Pertemuan 4

SATUAN LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING KELOMPOK EKSPERIMEN

Kegiatan		Uraian Kegiatan	
ZZ.	Topik Bahasan	Meningkatkan Rasa Percaya Diri	
AAA.	Bidang Bimbingan	Pribadi	
BBB.	Jenis Layanan	Konseling Kelompok	
CCC.	Fungsi Layanan	Pemahaman dan Pengembangan	
DDD.	Tujuan Layanan	Agar peserta didik mampu meningkatkan percaya dirinya	
EEE.	Hasil yang ingin dicapai	Agar peserta didik mampu meningkatkan rasa percaya diri di dalam dirinya	
FFF.	Sasaran Layanan	Peserta didik kelas VIII SMPN 8 Bandar Lampung	
GGG.	Uraian Kegiatan		
No	Tahapan	Kegiatan	
		Guru Pembimbing	Peserta Didk
1	Pembentukan	s. Mengucapkan salam, menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kesediannya menjadi responden. t. Memimpin Doa u. Menjelaskan pengertian, tujuan, fungsi dan asas-asas dalam konseling kelompok	s. Merespon salam dan sambutan guru pembimbing t. Berdoa u. Memperhatikan

		<ul style="list-style-type: none"> v. Menjelaskan tata cara pelaksanaan konseling kelompok w. Menyampaikan kesepakatan waktu x. Perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk mencairkan suasana agar anggota kelompok saling terbuka, dan saling menerima sehingga tercipta dinamika kelompok. 	<p>dan mendengarkan</p> <ul style="list-style-type: none"> v. Memperhatikan dan mengikuti w. Menyepakati waktu x. Memperkenalkan diri secara bergantian dan melaksanakan permainan.
2	Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> d. Menjelaskan kembali kegiatan bimbingan kelompok pertemuan kedua e. Mengkondisikan anggota agar siap melanjutkan ketahap berikutnya f. Menanyakan kesepakatan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan selanjutnya 	<ul style="list-style-type: none"> d. Menanggapi dan memperhatikan e. Memberikan respon jawaban atas kesiapan anggota kelompok f. Menjawab pertanyaan
3	Kegiatan	<ul style="list-style-type: none"> s. Menjelaskan topik yang akan dibahas t. Menjelaskan tujuan dan pentingnya mengatasi percaya diri u. Mempersilahkan anggota kelompok mengemukakan masalah pribadi secara bergantian dan mendalam v. Memberikan umpan balik dan penguatan w. Menjelaskan perbedaan perilaku asertif dengan tidak asertif dan latihan asertif yang akan dilakukan x. Pemberian penguatan positif y. Mempraktikkan latihan asertif z. Penyimpulan 	<ul style="list-style-type: none"> s. Memperhatikan t. Mendengarkan dan memperhatikan u. Melaksanakan v. Menjawab dan memperhatikan w. Merespon pertanyaan

			<p>pimpinan kelompok</p> <p>x. Mendengarkan dan memperhatikan</p> <p>y. Mempraktikkan dan mengulang kembali</p> <p>z. Berpartisipasi aktif mengemukakan pendapat, memberikan saran dan solusi permasalahan</p>
4	Pengakhiran	<p>v. Menjelaskan bahwa kegiatan konseling akan segera berakhir</p> <p>w. Menyimpulkan dari topik yang dibahas</p> <p>x. Mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan :</p> <p>10. Pemahaman yang sudah diperoleh anggota kelompok</p> <p>11. Perasaan yang dialami selama kegiatan berlangsung</p> <p>12. Kesan yang diperoleh selama kegiatan</p> <p>y. Membahas dan menanyakan tindak lanjut kegiatan konseling kelompok</p> <p>z. Memberikan pekerjaan rumah</p> <p>aa. Mengucapkan terimakasih dan doa</p> <p>bb. Mengucapkan salam penutup.</p>	<p>v. Memperhatikan dan mendengarkan</p> <p>w. Mendengarkan dan menyimpulkan</p> <p>x. Melaksanakan</p> <p>y. Menjawab pertanyaan</p> <p>z. Menyetujui</p> <p>aa. Merespon dan berdoa</p> <p>bb. Menjawab</p>

			salam
HHH. Materi Layanan	Terlampir		
III. Sumber	http://guraru.org/wp-content/uploads/2015/02/kumpulan-materi-bk.pdf		
JJJ. Tempat	Ruang BK		
KKK. Alokasi Waktu	1 x 60 Menit		
LLL. Metode	Diskusi dan Tanya jawab		
MMM. Alat Perlengkapan	Alat tulis, meja, dan kursi		
NNN. Penyelenggara Layanan	A.Busthomi M		
OOO. Konsultan	Dosen pembimbing dan guru pembimbing		
PPP. Rencana penilaian dan tindak lanjut	<p>7. Penilaian proses : melihat keaktifan dan partisipasi anggota dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok.</p> <p>8. Penilaian hasil : dilaksanakan setelah kegiatan pemberian layanan selesai dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan tertulis berupa lembar penilaian segera (Laiseg) kepada anggota kelompok untuk mengetahui bagaimana wawasan baru yang diperoleh dari pembahasan masalah yang sudah dilaksanakan, meminta sebagian anggota kelompok mengemukakan perasaannya setelah mengikuti layanan, menanyakan kepada anggota mengenai rencana lanjutan yang akan diambil.</p>		

QQQ. Catatan Khusus	-

Peneliti

Bandar Lampung, 31 Maret 2017
Mengetahui,
Guru BK

D. Busthomi M
NPM. 1211080132

Dra. Sri Susilawati
NIP. 196004161986022001

