

**PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DALAM
MENINGKATKAN KOMUNIKASI ANTARPRIBADI
PESERTA DIDIK SMA BINA MULYA
BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

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

Oleh :

TRI INGDUKAN META MELLEENIA SARI

NPM: 1811080081



Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H / 2023 M**

**PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DALAM
MENINGKATKAN KOMUNIKASI ANTARPRIBADI
PESERTA DIDIK SMA BINA MULYA
BANDAR LAMPUNG**

SKRIPSI

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

Oleh :

TRI INGDUKAN META MELLEENIA SARI

NPM: 1811080081

Pembimbing I : Busmayaril, S.Ag., M.Ed

Pembimbing II : Mega Aria Monica, M.Pd

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H / 2023 M**

ABSTRAK

Komunikasi merupakan jembatan dari segala kegiatan kehidupan manusia, yang mana manusia hakikatnya adalah mahluk sosial. Sebagai mahluk sosial manusia ditakdirkan untuk hidup saling memerlukan bantuan sehingga perlu adanya kehidupan bersama dengan damai. Permasalahan komunikasi dalam kelompok atau organisasi menjadi salah satu dinamika dari adanya kelompok itu sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tahap perencanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung dan untuk mengetahui bagaimana tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari perilaku yang diamati. Subjek dalam penelitian mengenai pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung yaitu, Nadya Yulia Andini, S.Pd selaku informan utama mengenai layanan bimbingan dan konseling serta kondisi peserta didik di SMA Bina Mulya Bandar Lampung. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, penyajian data dan validasi data.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik. Hal ini dapat dilihat dari perubahan peserta didik dalam berkomunikasi. Peserta didik sudah mulai berani membuka diri saat berkomunikasi, memiliki sifat empati, sikap mendukung, sikap positif dan sikap kesamaan.

Kata kunci : Konseling Kelompok, Teknik *Assertive Training*, Komunikasi Antarpribadi

ABSTRACT

Communication is a bridge from all activities of human life, in which humans are essentially social creatures. As social beings, humans are destined to live, they need each other's help, so there needs to be a peaceful coexistence. Communication problems in groups or organizations are one of the dynamics of the existence of the group itself. This study aims to determine how the planning stage of group counseling services with assertive training techniques in improving interpersonal communication of Bina Mulya High School students Bandar Lampung and to find out how the stages of implementing group counseling services with assertive training techniques in improving interpersonal communication of Bina Mulya High School students Bandar Lampung .

This research is a qualitative research, namely research procedures that produce descriptive data in the form of words or verbal from the observed behavior. Subjects in the research regarding the implementation of group counseling services in improving interpersonal communication of students at SMA Bina Mulya Bandar Lampung, namely, Nadya Yulia Andini, S.Pd as the main informant regarding guidance and counseling services and the condition of students at SMA Bina Mulya Bandar Lampung. Data were collected through observation, interviews, data presentation and data validation.

The results of this study indicate that the implementation of group counseling services with assertive training techniques can improve student interpersonal communication. This can be seen from the changes of students in communicating. Students have started to dare to open up when communicating, have empathy, support, positive attitude and similarity attitude.

Keywords : *Group Counseling, Assertive Training Techniques, Interpersonal Communication*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tri Ingdupan Meta Mellenia Sari
NPM : 1811080081
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul, **“Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Komunikasi Antarpribadi Peserta Didik di SMA Bina Mulya Bandar Lampung”** adalah benar-benar hasil karya penyusunan sendiri, bukan duplikasi atau saduran dari karya orang lain kecuali bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam *footnote* atau daftar rujukan. Apabila lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 28 September 2022

Peneliti,



Tri Ingdupan Meta Mellenia Sari

NPM. 1811080081



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

Alamat : Jt. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame 1 Bandar Lampung, telp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DALAM
MENINGKATKAN KOMUNIKASI ANTARPRIBADI
PESERTA DIDIK SMA BINA MULYA BANDAR
LAMPUNG**

Nama : **Tri Ingdupan Meta Mellenia Sari**
NPM : **1811080081**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**
Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

Telah Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II


Busmayaril, S.Ag, M.Ed
NIP.197508102009011013


Mega Aria Monica M. Pd
NIP.

Mengetahui
Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam


Dr. Ali Murtadho, M.S.I
NIP. 197907012009011014



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

Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame 1 Bandar Lampung, telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “PELAKSANAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DALAM MENINGKATKAN KOMUNIKASI ANTARPRIBADI PESERTA DIDIK SMA BINA MULYA BANDAR LAMPUNG” disusun oleh **Tri Ingdupan Meta Mellenia Sari**, NPM : 1811080081, Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah diujikan dalam Sidang Munaqosyah pada hari/tanggal : Senin, Tanggal 26 juni pukul 10.01-12.00 WIB.

TIM MUNAQASYAH

Ketua : Dr. Yuberti, M.Pd (.....)

Sekretaris : Ela Putri Rahmadhani, M.GZ (.....)

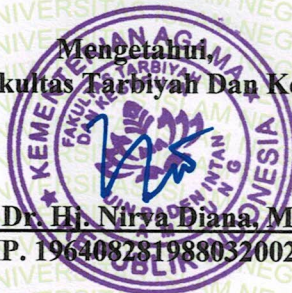
Penguji Utama : Dr. Ali Murtadho, M.S.I (.....)

Penguji Pendamping I : Busmayaril, S.Ag, M.Ed (.....)

Penguji Pendamping II : Mega Aria Monica, M.Pd (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Nirya Diana, M.Pd
NIP. 196408281988032002



MOTTO

أُولَئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللَّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ

وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا ﴿٦٣﴾

Artinya : “Mereka itu adalah orang-orang yang (sesungguhnya) Allah mengetahui apa yang ada di dalam hatinya. Karena itu berpalinglah kamu dari mereka, dan berilah mereka nasihat, dan katakanlah kepada mereka perkataan yang membekas pada jiwanya QS. An-Nisa Ayat 63”.¹



¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Jakarta: Darusalam)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil 'alamin, dengan mengucapkan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT, sholawat serta salam tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, dengan rasa haru dan sangat tulus serta rasa bangga peneliti persembahkan skripsi ini sebagai karya sederhana kepada orang-orang yang begitu luar biasa :

1. Orang tuaku tersayang dan tercinta Papa Akhmad Nasuri (alm)/ Papa Hamidi L Husin dan Mama Rita Paradita Sari Dewi yang sangat ku banggakan dan tiada henti mendoakanku, mendukungku, memberi kasih sayang yang tidak akan mampu terbalaskan olehku.
2. Untuk kakak tersayangku Eka Sabtilas Junta Landa Sari, Roby Dwi Saputra dan Dwi Sabtilas Nurita Lana Sari, serta adikku Muhammad Raja Ingdupan Mahesa Hamri yang selalu mendukung dan menyemangatiku agar cepat lulus kuliah.
3. Kepada Almamater tercinta, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.



RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama Tri Ingdupan Meta Mellenia Sari, biasa dipanggil Ing/Ingdupan. Peneliti lahir pada tanggal 28 Mei 2000 di Sidomulyo Kabupaten Lampung Selatan yang merupakan putri ketiga dari empat bersaudara. Peneliti merupakan anak dari pasangan Bapak Akhmad Nasuri (Alm)/ Hamidi L Husin dan Ibu Rita Paradita Sari Dewi.

Peneliti memulai pendidikan dari taman kanak-kanak di TK Dharma Wanita Sidomulyo selama satu tahun pada tahun 2005 hingga 2006, lalu melanjutkan pendidikan selama 6 tahun di SD Negeri 05 Sidorejo dan selesai pada tahun 2012. Setelah menamatkan pendidikan sekolah dasar, peneliti melanjutkan pendidikannya selama 3 tahun di SMP Negeri 13 Bandar Lampung dan selesai pada tahun 2015. Kemudian peneliti melanjutkan pendidikan selama 3 tahun di SMA Negeri 16 Bandar Lampung dan pada tahun 2018 peneliti lulus jenjang sekolah menengah atas.

Setelah lulus pada tahun 2018, peneliti melanjutkan pendidikannya ke Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam melalui jalur penerimaan SPAN-PTKIN. Pada tahun 2021 peneliti mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Margomulyo Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan selama 40 hari. Selanjutnya peneliti mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK Miftahul Ullum Bandar Lampung selama 50 hari.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh, dengan mengucapkan lafadz Basmalah peneliti menyusun skripsi ini dan diakhiri dengan ucapan Hamdalah. *Alhamdulillah* segala puji bagi Allah SWT Rabb sang pemilik dunia dan seisinya, tiada Tuhan selain Allah dan hanya kepada-Nya lah kita patut memohon dan berserah diri. Hanya karena nikmat kesehatan dan kesempatan dari Allah SWT peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Komunikasi Antarpribadi Peserta Didik di SMA Bina Mulya Bandar Lampung”** sebagai persyaratan guna mendapatkan gelar sarjana dalam ilmu pendidikan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung. Shalawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman *jahiliyyah* kedalam ajaran islam yang terang benderang ini, dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari banyak terdapat kekurangan dan kesalahan, oleh sebab itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan oleh peneliti, untuk perbaikan selanjutnya. Tak lupa pada kesempatan kali ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Murtadho, M.Si, selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
3. Indah Fajriani, M.Psi., Psikolog., selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
4. Busmayaril, S.Ag., M.Ed., selaku Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing I (satu) yang sangat berjasa dalam penyelesaian skripsi peneliti, karena dengan bantuan beliau peneliti sadar bahwasanya peneliti sangat butuh arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Mega Aria Monica, M.Pd selaku Pembimbing II (dua) yang telah banyak membantu, mengarahkan dan membimbing peneliti dengan sabar, tulus dan ikhlas sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah banyak memberikan ilmunya kepada peneliti.
7. Drs. M. Ali Mukti, S.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Bina Mulya Bandar Lampung.
8. Nadya Yulia Andini, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMA Bina Mulya Bandar Lampung yang telah sangat banyak membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini.
9. Saudara pertemanan saya atas kekeluargaan selama ini yang selalu menyemangati dengan setia disamping saya untuk menyusun skripsi ini. Serta teman-teman BKPI kelas F UIN Raden Intan Lampung angkatan 2018 terima kasih atas persaudaraan dan kebersamaannya. Serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu oleh peneliti, yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Almamater UIN Raden Intan Lampung yang telah mendewasakan saya selama menimba ilmu.

Semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua, dan berkenan membalas semua kebaikan yang diberikan kepada peneliti. Peneliti berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. *Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Bandar Lampung, 28 September 2022
Peneliti,

Tri Ingdupan Meta Mellenia Sari
NPM. 1811080081

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
SURAT PERNYATAAN	v
PERSETUJUAN	vi
PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	2
C. Fokus Penelitian dan Sub Fokus Penelitian.....	12
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian.....	13
F. Manfaat Penelitian	13
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	14
H. Metode Penelitian.....	17
I. Sistematika Pembahasan.....	23
BAB II LANDASAN TEORI	25
A. Layanan Konseling Kelompok.....	25
1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok	25
2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	27
3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	27
4. Asas-asas Konseling Kelompok	29
5. Proses Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok...30	30
B. Teknik Assertive Training	32
1. Pengertian Teknik Assertive Training.....	32
2. Dasar Teori Assertive Training	34

3. Tujuan Assertive Training	35
4. Manfaat Assertive Training	36
5. Langkah-Langkah Strategi Assertive Training	36
C. Komunikasi Antarpribadi	38
1. Pengertian Komunikasi Antarpribadi	38
2. Tujuan Komunikasi Antarpribadi	40
3. Fungsi Komunikasi Antarpribadi	40
4. Karakteristik Komunikasi Antarpribadi	41
5. Model Komunikasi Antarpribadi	42
BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN	45
A. Gambaran Umum Objek	45
B. Deskripsi Data Penelitian	48
BAB IV ANALISIS PENELITIAN	53
A. Analisis Penelitian	53
B. Temuan Penelitian	70
BAB V PENUTUP	73
A. Kesimpulan	73
B. Rekomendasi	74
DAFTAR RUJUKAN	77
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Permasalahan Komunikasi Antarpribadi Peserta Didik	10
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat Balasan Pra Penelitian Dari SMA Bina Mulya Bandar Lampung
2. Surat Balasan Penelitian Dari SMA Bina Mulya Bandar Lampung
3. Buku Kasus SMA Bina Mulya Bandar Lampung
4. Kisi-kisi Wawancara Dengan Guru Bimbingan dan Konseling
5. Kisi-kisi Wawancara Dengan Peserta Didik
6. Kisi-kisi Observasi
7. Kisi-kisi Wawancara Penelitian Dengan Guru Bimbingan dan Konseling
8. Kisi-kisi Wawancara Penelitian Dengan Peserta Didik
9. Kisi-kisi Observasi Penelitian
10. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok
11. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training*
12. Skenario I
13. Skenario II
14. Skenario III
15. Skenario IV
16. Dokumentasi



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Dalam upaya menghindari adanya kesalahpahaman dalam memahami skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Komunikasi Antarpribadi Peserta Didik di SMA Bina Mulya Bandar Lampung” maka peneliti perlu menegaskan istilah-istilah yang terdapat di dalamnya, yaitu sebagai berikut:

1. Pelaksanaan Konseling Kelompok

Kata pelaksanaan mengandung arti proses dan pada hal ini yang dimaksud pelaksanaan adalah proses bimbingan dan konseling di sekolah yang diselenggarakan untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik. Sedangkan konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada peserta didik melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat serta memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri.

2. Teknik *Assertive Training*

Assertive training atau latihan keterampilan sosial adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain.

3. Peserta Didik

Pengertian peserta didik menurut ketentuan umum Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anggota masyarakat yang berusaha

mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.¹

4. Komunikasi Antar pribadi

Komunikasi antarpribadi bisa disebut juga komunikasi interpersonal adalah sebuah bentuk komunikasi antar individu-individu. Adapun komunikasi antarpribadi adalah sebuah interaksi pertukaran informasi yang dilakukan oleh 2 (dua) orang atau lebih secara langsung yang mampu menghasilkan reaksi dari lawan yang diajak berkomunikasi itu sendiri.

5. SMA Bina Mulya Bandar Lampung

SMA Bina Mulya Bandar Lampung adalah salah satu Sekolah Menengah Atas yang ada di Bandar Lampung, adapun sekolah ini berada di Jl. Badak Ujung No. 335A Kelurahan Sukamenanti Kecamatan Kedaton Bandar Lampung.

Berdasarkan penegasan judul diatas, maka yang peneliti maksud dengan judul penelitian: **Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Dalam Meningkatkan Komunikasi Antrapribadi Peserta Didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung** adalah bagaimana pelaksanaan konseling kelompok teknik *assertive training* yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

B. Latar Belakang Masalah

Komunikasi merupakan jembatan dari segala kegiatan kehidupan manusia, yang mana manusia hakikatnya adalah makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial manusia ditakdirkan untuk hidup saling memerlukan bantuan sehingga perlu adanya kehidupan bersama dengan damai. Adapun arti dari sosial sendiri adalah hal yang berkaitan dengan masyarakat, yang ada

¹ Republik Indonesia, *Undang-Undang Republik Indonesia No 14 Tahun 2005 Tentang Guru Dan Dosen & Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2003 Tentang Sisdiknas* (Bandung: Permana, 2006), 65.

komunikasi di dalam usaha menunjang kehidupannya. Maka dari itu manusia perlu berkomunikasi.

Komunikasi dengan sesama sudah menjadi kodrat manusia sebagai makhluk sosial setiap kali bertemu dan berinteraksi. Komunikasi juga dianggap sebagai fenomena sosial yang terjadi. Melalui komunikasi akan terjalin hubungan yang khusus dan hangat.² Untuk menciptakan suatu hubungan yang khusus dan hangat maka diperlukan sebuah perhatian dimana komunikasi yang baik haruslah dengan mengucapkan perkataan yang benar dan tepat, serta lemah lembut. Sebagaimana komunikasi sebagai proses memberi dan mengirim suatu informasi. Seperti yang dijelaskan dalam firman Allah dalam surat Thaha ayat 44 seperti berikut:

فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ

Artinya: “Maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut, mudah-mudahan ia ingat atau takut.”³

Seperti yang sudah dijabarkan di atas tentang pengertian komunikasi itu sendiri. Komunikasi memiliki fungsi untuk menyampaikan pesan atau berita, dalam menyampaikan pesan atau berita agar bisa diterima dan tidak menyinggung perasaan orang lain, maka haruslah ramah, baik, tidak kasar. Ruang dalam proses komunikasi tidak terbatas, komunikasi bisa dilakukan baik di lingkungan keluarga, sekolah, pertemanan, organisasi maupun masyarakat. Permasalahan komunikasi dalam kelompok atau organisasi menjadi salah satu dinamika dari adanya kelompok itu sendiri. Adanya dinamika kelompok bisa menjadi salah satu cara pula dalam mengembangkan hubungan antar anggota, karena secara tidak langsung persoalan-persoalan dinamika tersebut haruslah diselesaikan agar kelompok mampu berkembang dengan baik.

² Aida Vitayala, *Dasar-dasar Komunikasi*, (Bogor: Institut Pertanian Bogor) h. 243

³ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Jakarta: Darusalam),

Salah satu lembaga atau organisasi adalah sekolah. Sekolah adalah suatu lembaga yang memiliki wewenang mengadakan kegiatan pembelajaran. Sekolah merupakan suatu lembaga formal yang berkesinambungan. Sekolah sebagai lembaga pendidikan untuk belajar serta tempat menerima pembelajaran-pembelajaran yang diberikan oleh guru. Sekolah sendiri memiliki persyaratan tertentu yang wajib diikuti oleh para penghuni sekolah. Sekolah dikenal sebagai salah tempat untuk pengembangan bidang akademik peserta didik atau disebut juga pendidikan. Pendidikan dalam bidang akademik sekolah dikenal juga sebagai peserta didik mengembangkan dan belajar seperti menulis, membaca dan menghitung.

Pendidikan di sekolah merupakan langkah awal pengarahannya serta langkah bertanggung jawab atas perkembangan peserta didik dalam bidang akademik dan bidang sosial kepada titik optimal kemampuannya. Menurut UU RI No. 20 tentang Sistem Pendidikan Nasional tahun 2003:

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual, keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.⁴

Pendidikan sangat penting bagi kehidupan, sehingga Allah SWT menghargai dan memberikan derajat lebih kepada mereka yang beriman dan memiliki ilmu pengetahuan. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Al-Qur'an surah Al-Mujadilah ayat 11 yang berbunyi:

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَلِسِ
فَأَفْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ

⁴ Undang-Undang Republik Indonesia N0. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional

اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ

بِمَا تَعْمَلُونَ خَيْرٌ

Artinya: *Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, "Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis," maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, "Berdirilah kamu," maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan."*⁵

Dalam lingkup sekolah peserta didik yang memiliki kemampuan untuk berkomunikasi antarpribadi sangatlah beragam antara peserta didik satu dengan peserta didik yang lainnya. Indikator peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi antarpribadi yang tinggi dapat terlihat dari sikap yang senang akan kegiatan yang bersifat kelompok, tertarik berkomunikasi dengan orang lain, peka terhadap keadaan sekitar, senang melakukan kerjasama, dan sadar akan kodratnya sebagai makhluk sosial. Sehingga mereka akan mudah dalam bergaul dan mengatasi segala masalah yang berkaitan dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi antarpribadi yang rendah akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain. Oleh sebab itu guru bimbingan dan konseling mempunyai peran yang sangat penting dalam membantu mengatasi masalah peserta didik yang berkaitan dengan proses komunikasi antarpribadinya. Salah satu usaha yang diberikan guru bimbingan dan konseling adalah layanan konseling yang bersifat kelompok atau yang biasanya disebut dengan konseling kelompok. Sehingga dengan konseling diharapkan juga agar peserta didik dapat meningkatkan komunikasi antarpribadi dalam melakukan aktivitas belajar.

⁵ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Jakarta: Darusalam).

Karena lewat konseling kelompok, guru bimbingan dan konseling akan lebih mudah dan terbantu dalam mencapai tujuan untuk meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didiknya. Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* merupakan metode yang akan digunakan dalam penelitian ini, yang bertujuan untuk membantu mengatasi masalah peserta didik yang mengalami kesulitan dalam kemampuan berkomunikasi antarpribadi.

Berikut ini merupakan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling Ibu Nadya Yulia Andini terkait pelaksanaan bimbingan dan konseling di SMA Bina Mulya yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 16 Agustus 2021 yang menyatakan bahwa:

Layanan bimbingan dan konseling sudah dilaksanakan, bahkan bisa dianggap pula sudah dilaksanakan secara intensif. Untuk prosesnya menyesuaikan dengan layanan yang diberikan. Untuk layanan konseling kelompok biasanya dilakukan setiap 1 atau 2 kali dalam sebulan dengan masuk kelas, lalu memberikan materi serta melakukan sedikit diskusi yang gunanya untuk mempermudah komunikasi, tetapi karena sekarang sedang pandemi dan peserta didik belajar online, sehingga guru bimbingan konseling memberikan layanan dengan media zoom atau gmeet. Adapun permasalahan-permasalahan yang muncul pada saat pelaksanaan layanan konseling kelompok itu sendiri biasanya permasalahan yang memang jarang diperhatikan saat proses pembelajaran. Memang pada usia remaja seperti ini masalah yang sering terjadi pada peserta didik biasanya masalah komunikasi antarpribadi. Dan saat sudah ditemukan suatu permasalahan yang ada dikelas tersebut, biasanya guru bimbingan dan konseling akan langsung melaksanakan konseling kelompok, untuk membantu menyelesaikan permasalahan itu bersama-sama dan mencoba untuk memperbaiki keadaan.⁶

⁶ Nadya Yulia Andini, *Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling*, Ruang BK SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 16 Agustus 2021

Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling SMA Bina Mulya, kegiatan konseling kelompok sudah dilaksanakan dengan proses awal guru BK masuk ke dalam kelas untuk memberikan materi atau layanan konseling kelompok lalu ditemukan suatu permasalahan saat dijalankannya layanan tersebut. Saat sudah ditemukan suatu masalah, maka masalah itu yang akan dibahas dan dijadikan topik untuk pelaksanaan kegiatan konseling kelompok. Permasalahan muncul pada peserta didik bukan hanya mereka berada di lingkungan kelas saja, saat mereka berada di luar kelas pun permasalahan sangat mungkin muncul. Adapun permasalahan seperti komunikasi dalam suatu kelompok menjadi permasalahan yang sangat penting. Karena setiap individu merasakan perlunya hidup berkelompok karena salah satu sifat dari manusia itu sebagai makhluk sosial, selalu membutuhkan dan dibutuhkan oleh orang lain sehingga membutuhkan dan mendambakan kehidupan bersama orang-orang lainnya. Dari kebutuhan itulah maka diperlukan diwujudkannya komunikasi yang efektif dan baik agar sejalan dengan tujuan kelompok yang ada.

Untuk membangun suatu kelompok yang mampu mencapai tujuannya, sangatlah perlu adanya kedekatan antar anggota kelompok yang ada. Seperti kedekatan emosi antar anggota kelompok, kedekatan komunikasi dll. Pada komunikasi antarpribadi, berlangsung secara mendalam karena komunikasi yang berlangsung bersifat dialogis dan komunikasi dapat berbicara sampai hal-hal yang bersifat pribadi. Devito menyebutkan beberapa ciri-ciri komunikasi antarpribadi meliputi ciri, yaitu: keterbukaan, empati, dukungan, rasa positif, kesamaan.⁷ Tidak sedikit peserta didik yang masih memiliki komunikasi antarpribadi yang rendah, ini dilihat berdasarkan ciri-ciri atau indikator komunikasi antarpribadi yang ditemukan dari hasil observasi yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling serta peneliti. Berdasarkan ciri-ciri atau indikator komunikasi antarpribadi, ditemukan 5 (lima) peserta didik yang mengalami kesulitan atau hambatan dalam berkomunikasi antarpribadi.

⁷ Bimo Walgito, *Psikologi Sosial*, (Yogyakarta: Andi, 2006), h 84-85

Untuk memperkuat hasil observasi yang ditemukan, maka peneliti melakukan wawancara dengan para peserta didik. Hasil wawancara dengan salah satu peserta didik berinisial FB :

Alasan tidak mau banyak berkomunikasi dikelas karena saya takut apa yang saya bicarakan mereka tidak mengerti atau paham. Karena pernah beberapa kali saya memberikan argument atau pendapat tetapi mereka tidak merespon dan tidak paham. Itu menjadi alasan saya tidak mau banyak berkomunikasi.⁸

Dari uraian wawancara bersama FB dapat digambarkan bahwa ketidak terbukaannya pada proses komunikasi yang terjalin di kelas dikarenakan pemikiran atau persepsi FB mengenai apa yang ia bicarakan tidak dimengerti atau dipahami oleh lawan bicaranya. Pemikiran atau persepsi seperti ini haruslah diubah, karena jika dibiarkan maka FB akan selalu memiliki persepsi tersebut, sehingga akan menghambat proses komunikasi antarpribadi. Lalu hasil wawancara dengan salah satu peserta didik berinisial CW :

Saya terbuka hanya kepada sebagian peserta didik yang ada dikelas, karena saya merasa jika saya berkomunikasi, saya akan mengganggu waktu mereka. Terkadang saya berkomunikasi hanya pada saat mereka mengajak saya berbicara terlebih dahulu. Saya kurang berani memulai pembicaraan duluan.⁹

Dari uraian wawancara bersama CW dapat digambarkan bahwa salah satu ketidak terbukaannya pada proses komunikasi yang terjalin di kelas dikarenakan pemikiran atau persepsi CW bahwa akan mengganggu mereka. Pemikiran atau persepsi seperti itu haruslah diubah, karena dengan berkomunikasi akan terjalin suatu hubungan yang lebih erat atau intens.

Hasil wawancara dengan salah satu peserta didik berinisial SA :

Terkadang saya merasa banyak perbedaan dengan anggota kelas yang ada, sehingga saya terkadang melakukan sesuatu

⁸ FB, *Wawancara Peserta Didik*, Ruang Kelas SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 24 Agustus 2021

⁹ CW, *Wawancara Peserta Didik*, Ruang Kelas SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 24 Agustus 2021

yang berbeda juga, dan karena saya merasa berbeda saya sedikit tertutup dengan anggota kelas yang ada.¹⁰

Dari uraian wawancara bersama SA dapat digambarkan bahwa sikap kesamaan yang dimiliki masih kurang karena SA merasa memiliki perbedaan dengan anggota kelas, sehingga persepsi ini haruslah diubah, agar komunikasi antarpribadi yang dimiliki SA meningkat. Hasil wawancara dengan salah satu peserta didik berinisial AM :

Kadang-kadang saat saya mengajak mereka berkomunikasi tapi terkadang tidak direspon, sehingga saya malas berkomunikasi dengan anggota kelas tetapi kecuali dengan mereka yang akrab dengan saya.¹¹

Dari uraian wawancara bersama AM, dapat disimpulkan sikap keterbukaan yang dimiliki AM masih cukup rendah. Sehingga perlu diberikan layanan konseling agar komunikasi antarpribadi yang dimiliki AM meningkat. Hasil wawancara dengan salah satu peserta didik berinisial MD :

Saya lebih banyak berbicara dengan yang sesama jenis saja, karena jika berbicara dengan yang lawan jenis saya suka merasa takut, sehingga saya jarang berbicara dengan teman-teman saya yang lawan jenis.¹²

Berdasarkan uraian hasil wawancara dengan beberapa peserta didik diatas, berikut data tentang komunikasi antarpribadi peserta didik berdasarkan indikator komunikasi antarpribadi yang dikemukakan oleh De Vito yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan sikap kesamaan yang dapat peneliti sajikan dalam tabel hasil pengamatan yang berbentuk daftar cek masalah. Menurut Gibson dengan daftar cek masalah memungkinkan pengamat meneliti seseorang secara sistematis dan objektif dan merekam hasil observasi tersebut secara cepat. Walaupun skla seperti itu tidak dibatasi untuk mencatat hasil

¹⁰ SA, *Wawancara Peserta Didik*, Ruang Kelas SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 24 Agustus 2021

¹¹ AM, *Wawancara Peserta Didik*, Ruang Kelas SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 24 Agustus 2021

¹² MD, *Wawancara Peserta Didik*, Ruang Kelas SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 24 Agustus 2021

observasi tetapi skala itulah yang merupakan instrumen paling sering digunakan sebagai alat bantu observasi.

Tabel 1
Data Permasalahan Komunikasi Antarpribadi Peserta Didik SMA Bina Mulya

No.	Nama	Indikator Komunikasi Antarpribadi				
		1	2	3	4	5
1	FB	✓		✓	✓	✓
2	CW	✓	✓			
3	SA	✓	✓	✓		
4	AM	✓	✓		✓	
5	MD	✓	✓	✓		✓

Sumber: Hasil Wawancara Dengan Peserta Didik di SMA Bina Mulya Bandar Lampung.¹³

Keterangan Indikator :

1. Keterbukaan
2. Empati
3. Sikap Mendukung
4. Sikap Positif
5. Sikap Kesamaan

Tabel diatas menunjukkan bahwa komunikasi antarpribadi peserta didik masih kurang, hal ini terlihat di dalam proses pembelajaran dan cara berkomunikasi di lingkungan sekolah, sikap positif serta sikap kesamaan dalam berkomunikasi memiliki tingkatan sedang. Kemudian keterbukaan dalam berkomunikasi, rasa empati serta sikap mendukung yang dimiliki peserta didik memiliki tingkatan lemah, dari sini tampak jelas bahwa peserta didik masih memiliki komunikasi antarpribadi yang rendah. Dari wawancara yang dilaksanakan dengan ditemukan permasalahan komunikasi yang nyata ada di dalam sekolah SMA Bina Mulya. Permasalahan yang banyak ditemukan pada peserta didik itu sendiri adalah kurang terbukanya saat berkomunikasi antar peserta didik yang satu dan yang lain serta rasa empati yang masih kurang.

¹³ Hasil Wawancara Peserta Didik, SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 24 Agustus 2021

Hasil dari observasi non partisipan yang dilakukan yaitu peserta didik menunjukkan sikap kurang terbukanya saat dilaksanakan wawancara, peserta didik menunjukkan sikap tertutup saat ditanyai beberapa pertanyaan, selain dari itu peserta didik juga menunjukkan kurang nyamannya saat ditanyai perihal keterbukaan komunikasi saat berada dikelas maupun di luar kelas. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling disekolah melalui program bimbingan dan konseling sudah berupaya dalam melakukan tindakan untuk mengatasi masalah serta mencegah permasalahan itu terjadi, namun belum optimal.

Adapun dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok memiliki berbagai teknik yang dapat diterapkan. Salah satu teknik yang bisa digunakan seperti teknik *assertive training*. Melalui teknik *assertive training* diharapkan peserta didik dapat belajar mengenai keterampilan sosial, memperbaiki hubungan antar manusia, karena melalui teknik *assertive training* akan tercipta suasana yang santai dan menyenangkan. Sejalan dengan hakikat belajar, semua materi yang diajarkan akan lebih cepat diterima oleh otak apabila kita berada dalam suasana yang menyenangkan. Hal ini pun sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada guru BK SMA Bina Mulya yang menyatakan:

Pelaksanaan layanan konseling kelompok sendiri di sekolah bukan hanya untuk penyelesaian, pencegahan terjadinya masalah seperti yang banyak diketahui orang-orang tetapi sebagai langkah hiburan dalam mencegah kejenuhan atau kebosanan peserta didik dalam kegiatan akademik di sekolah. Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan *assertive training* memberikan ruang untuk peserta didik mengutarakan perasaan dan pendapatnya secara lebih santai dalam suasana yang menyenangkan sehingga peserta didik akan nyama.¹⁴

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik melakukan sebuah penelitian yang berjudul “Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik

¹⁴ Nadya Yulia Andini, *Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling*, Ruang BK SMA Bina Mulya Bandar Lampung, 16 Agustus 2021

Assertive Training Dalam Meningkatkan Komunikasi Antarpribadi Peserta Didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.”

C. Fokus Penelitian dan Sub Fokus Penelitian

Dalam penelitian ini, fokus pembahasan diarahkan pada pelaksanaan layanan konseling kelompok melalui teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

Dari fokus ini dibagi menjadi 2 subfokus penelitian yaitu:

1. Tahap perencanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.
2. Tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus penelitian yang sudah dijabarkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung?

Untuk menjawab rumusan masalah diatas maka disusunlah pertanyaan yang berkaitan dengan penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimanakah tahap perencanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung?
2. Bagaimanakah tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari adanya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana tahap perencanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.
2. Untuk mengetahui bagaimana tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

F. Manfaat Penelitian

Signifikansi atau manfaat dari adanya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian yang dilaksanakan peneliti diharapkan mampu untuk menjawab dari rumusan masalah terkait pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung. Penelitian ini juga diharapkan mampu sebagai kajian teori untuk penelitian yang terkait. Selain itu penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan sumbangan keilmuan bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling terkait dengan bimbingan kelompok.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk guru Bimbingan dan Konseling: sebagai alternative sumbangan pemikiran dalam membantu memecahkan masalah yang berkaitan dengan bagaimana pelaksanaan konseling kelompok teknik *asserive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.
- b. Bagi peneliti : dari penelitian ini diharapkan mampu menyampaikan keterangan yang sebenarnya dengan detail

terkait dengan pelaksanaan konseling kelompok teknik *asserive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Penelitian yang pertama dilakukan oleh Rina Intan Sari, Yusmansyah, dan Diah Utaminingsih, dalam jurnal yang berjudul "*The Use Of Counseling Group Asserive Training Technique To Improve Student Equality Skill*". Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan *equality* komunikasi interpersonal siswa menggunakan konseling kelompok teknik *asserive training* pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung. Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa kemampuan *equality* dalam komunikasi interpersonal siswa dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok teknik *asserive training* pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung. Hal ini dibuktikan dengan hasil analisis data dengan menggunakan Uji *Wilcoxon*, dimana diperoleh Z hitung sebesar -2.023, hal ini menunjukkan bahwa Z hitung $-2.023 < Z$ tabel 1.645 sehingga H_{a1} diterima dan H_{o1} ditolak.¹⁵

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa, persamaannya terletak pada teknik *asserive training*, dan perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh Rina Intan Sari, Yusmansyah, dan Diah Utaminingsih yaitu, keterampilan kesetaraan sedangkan penelitian peneliti yaitu untuk meningkatkan komunikasi antar pribadi.

2. Penelitian yang kedua dilakukan oleh Sri Ratnasari dan Andi Agustna Arifin dalam jurnal yang berjudul "*Teknik Asserive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan*

¹⁵ Rina Intan Sari, Yusmansyah, Diah Utaminingsih, "*The Use Of Counseling Group Asserive Training Technique To Improve Student Equality Skill*" Jurnal FKIP Unila tahun 2018

Interaksi Sosial Siswa”. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan interaksi sosial siswa melalui konseling kelompok dengan teknik *assertive training* di SMA Negeri 3 Morotai. Kesimpulan pada penelitian ini yaitu, penerapan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan interaksi sosial dimana terdapat perubahan dari tingkat interaksi sosial yang rendah menjadi kategori tinggi.¹⁶

Dapat disimpulkan persamaannya yaitu, tentang teknik *assertive training* melalui konseling kelompok, dan perbedaannya bahwa jurnal Sri Ratnasari dan Andi Agustna Arifin berfokus pada interaksi sosial sedangkan penelitian ini tentang komunikasi antar pribadi.

3. Penelitian yang ketiga dilakukan oleh Anggi Pratama Putri dan Sri Rizqi Wahyuningrum, dalam jurnal yang berjudul “*Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa SMK Dengan Teknik Assertive Training*”. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan bimbingan kelompok dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa SMK dengan menggunakan teknik *asseertive training*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan, dilihat dari hasil nilai rata-rata *pre-test* yaitu 104,07 dan nilai rata-rata *post-test* 107,14.¹⁷

Persamaan penelitian dari jurnal Anggi Pratama Putri dan Sri Rizqi Wahyuningrum yaitu pada *Teknik Assertive Training*. Perbedaannya dalam penelitian Anggi Pratama Putri dan Sri Rizqi Wahyuningrum meneliti tentang efektivitas bimbingan kelompok sedangkan penelitian ini tentang pelaksanaan konseling kelompok.

¹⁶ Sri Ratnasari, Andi Agustan Arifin, “*Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa*” Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling, Vol.2, No.2 Januari 2021

¹⁷ Anggi Pratama Putri, Sri Rizqi Wahyuningrum, “*Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa SMK Dengan Teknik Assertive Training*” Jurnal BK Pendidikan Islam, Vol. 2, No.1 Februari 2021

4. Penelitian yang keempat dilakukan oleh Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid dan Galuh Prawitasari, dalam jurnal yang berjudul "*The Effect of Assertive Training on Student's Interpersonal Communication and Peer Conformity*". Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan teknik asertif terhadap komunikasi interpersonal dan tingkat konfrontasi teman sebaya pada siswa SMP. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik asertif efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal dan tingkat konfrontasi teman sebaya dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang telah dilakukan.¹⁸

Persamaannya yaitu penelitian pada jurnal Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid dan Galuh Prawitasari menjelaskan tentang keefektifan teknik asertif sedangkan perbedaannya yaitu penelitian Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid dan Galuh Prawitasari meneliti terhadap komunikasi interpersonal dan tingkat konfrontasi teman sebaya pada siswa SMP, sedangkan penelitian ini tentang meningkatkan komunikasi antar pribadi siswa SMA.

5. Penelitian yang kelima dilakukan oleh Muthohharoh dalam jurnal yang berjudul, "*Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa*". Tujuan penelitian ini yaitu menentukan efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik asertif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Hasil penelitian ini yaitu adanya peningkatan keterampilan dalam berkomunikasi secara interpersonal setelah diberikan intervensi teknik latihan asertif pada layanan konseling kelompok, hal ini terlihat pada hasil skor uji analisis data.¹⁹

¹⁸ Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid dan Galuh Prawitasari, "*The Effect of Assertive Training on Student's Interpersonal Communication and Peer Conformity*", Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol.5 2020

¹⁹ Muthohharoh, "*Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa*", Jurnal Bimbingan dan Konseling 2015

Persamaannya yaitu pada jurnal Muthohharoh menjelaskan tentang layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, sedangkan perbedaannya yaitu dalam jurnal Muthohharoh untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa sedangkan penelitian ini untuk meningkatkan komunikasi antarpribadi siswa.

H. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kualitatif yaitu prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata atau lisan dari perilaku yang diamati.²⁰ Penelitian kualitatif ini dapat diartikan sebagai pendekatan lapangan (*field research*) dimana pendekatan ini berusaha menemukan permasalahan yang berupa kata-kata tertulis, lisan dari orang-orang dan perilaku yang bisa diamati yang sesuai dengan ditemukan di lapangan.

Dari penjelasan yang sudah dijabarkan diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian deskriptif kualitatif yaitu serangkaian suatu kegiatan untuk mendapatkan data yang nyata apa adanya sesuai kondisi yang terjadi dilapangan. Peneliti memilih metode penelitian ini dikarenakan peneliti ingin mengeksplor kegiatan-kegiatan dari pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan komunikasi antar pribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Bina Mulya Bandar Lampung beralamat di Jl. Badak Ujung No. 335A Kelurahan Sukamenanti Kecamatan Kedaton Bandar Lampung.

²⁰ Laxy J. Moeleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 1993), h. 3

3. Subjek dan Objek Penelitian

a) Subjek Penelitian

Subjek penelitian segala yang menjadi sumber informasi yang dapat memberikan data sesuai dengan fenomena dan masalah yang akan diteliti yang sesuai dengan keadaan di lapangan.²¹ Subjek dalam penelitian mengenai pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung yaitu, Nadya Yulia Andini, S.Pd selaku informan utama mengenai layanan bimbingan dan konseling serta kondisi peserta didik di SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

b) Objek Penelitian

Objek penelitian yaitu permasalahan yang menjadi poin dalam penelitian ini. Adapun objek dalam penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung yaitu para peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung.

4. Prosedur Analisis Data

Pada penelitian kualitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, dimana analisis data diarahkan untuk menjawab rumusan masalah. Prosedur analisis data pada penelitian kualitatif dilakukan sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan dan setelah di lapangan. Analisis data dalam penelitian ini adalah merupakan cara berpikir untuk memahami hubungan dan konsep dalam data sehingga hipotesis dapat dikembangkan dan dievaluasi. Dari hal itu maka dapat disimpulkan bahwa analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi dengan cara mengumpulkan

²¹ Nana Saodih Sukmadinata, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2007), h.60

sesuai kategori, lalu dijabarkan ke dalam unit-unit. Komponen dalam analisis data yang dilakukan adalah:

a. Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah serangkaian langkah yang strategis dalam penelitian yang tujuan dari penelitian itu sendiri adalah pengumpulan data. Pengumpulan data dapat dilakukan dalam beberapa *setting*, berbagai *sumber*, serta berbagai cara. Adapun serangkaian pengumpulan data yang dilakukan peneliti menggunakan metode seperti:

1. Observasi

Observasi adalah suatu teknik pengambilan data yang bersumber dari kejadian, perilaku, benda dan lain-lain yang dapat ditangkap indera penglihatan manusia. Pada penelitian ini, peneliti melakukan observasi non partisipan yaitu peneliti tidak terlibat secara langsung didalam kehidupan yang diobservasi, peneliti hanya mengamati aktivitas atau kegiatan oleh peserta didik di SMA Bina Mulya.

Saat proses observasi dilakukan peneliti mengamati tingkah, serta perilaku peserta didik yang dianggap memiliki permasalahan tentang komunikasi antarpribadi yang sebelumnya sudah dilakukan wawancara. Selain itu observasi juga dilakukan saat pelaksanaan wawancara, observasi difokuskan pada tingkah atau gelagat peserta didik saat diberikan sejumlah pertanyaan. Pada beberapa peserta didik, pertanyaan-pertanyaan yang diberikan ada yang merespon secara cepat, namun adapula yang merespon dengan lambat serta suara yang pelan pula. Selain itu beberapa peserat didik pada pelaksanaan observasi banyak menunjukkan sikap menyendiri tidak berkomunikasi dengan peserta didik lainnya.

2. Wawancara

Wawancara adalah suatu proses tatap muka antara dua orang atau lebih untuk saling berbagi informasi dan ide melalui tanya jawab. Adapun pada teknik ini dimungkinkan ada tiga macamnya, yaitu wawancara terstruktur, wawancara semi terstruktur, dan wawancara tidak terstruktur. Pada penelitian yang akan dilaksanakan maka digunakanlah wawancara terstruktur karena peneliti sudah mengetahui masalah apa yang akan dibahas, serta dalam pelaksanaan wawancara peneliti akan menggunakan instrumen penelitian berupa kisi-kisi wawancara.

Wawancara yang di lakukan pertama kali pada tanggal 16 Agustus 2021 dilakukan pada guru bimbingan dan Konseling bernama Nadya Yulia Andini S.Pd dengan memberikan pertanyaan yang berkaitan dengan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, adapun pertanyaan-pertanyaan yang diberikan sesuai dengan kisi-kisi wawancara yang sudah di buat sebelumnya. Pada saat melakukan wawancara ini, pertanyaan-pertanyaan yang diberikan mendapatkan jawaban yang sangat jelas, dan penyampaian dari guru BK sangat mudah dipahami, sehingga wawancara berjalan dengan baik.

Setelah melakukan wawancara dengan guru BK, peneliti juga melakukan wawancara pula dengan peserta didik, adapun pada pelaksanaan wawancara kepada peserta didik tidak selancar seperti melakukan pada guru BK. Beberapa peserta didik saat dilakukan wawancara merespon pertanyaan terkadang tidak sesuai dengan pertanyaan-pertanyaan yang diberikan, serta jawaban yang diberikan pun ada yang kurang bahkan tidak jelas.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah catatan perilaku yang sudah lampau. Dokumen dapat berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya. Studi dokumen merupakan pelengkap dari adanya penelitian teknik kualitatif. Dokumentasi dapat berbentuk informasi berupa dokumen atau arsip. Dalam penggunaan data dokumentasi digunakan hanya pada poin-poin yang dianggap perlu saja.

Adapun teknik dokumentasi yang dibutuhkan peneliti adalah gambaran umum sekolah, yaitu profil, tujuan, visi, dan misi sekolah SMA Bina Mulya Bandar Lampung. Dalam pengumpulan data bentuk dokumentasi memiliki kemudahan serta kesulitan yang bersamaan. Kemudahan karena untuk profil sekolah bisa ditanyakan langsung dengan pihak TU sekolah untuk dimintai file nya dan untuk isinya pun sudah mencakupi banyak aspek dan tersusun rapih. Walaupun begitu tetap saja ada beberapa yang perlu ditanyakan ulang kepada pihak sekolah.

b. Reduksi Data

Setelah proses pengumpulan data yang menghasilkan data yang bervariasi dan banyak, perlulah dirinci dan diteliti. Reduksi data bisa dianggap pula merangkum dan memilih data pokok dan memfokuskan pada hal yang penting yang sesuai dengan fenomena/permasalahan yang sesuai dengan tujuan awal penelitian. Dalam mereduksi data, peneliti akan dipandu oleh teori dan tujuan yang akan dicapai.

Dalam reduksi data yang peneliti lakukan terkait pada pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi peserta didik SMA Bina Mulya Bandar Lampung, hasilnya yang telah didapat berdasarkan dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi yang selanjutnya akan dirangkum agar mendapatkan data penting yang dapat mengungkap suatu permasalahan dalam penelitian.

c. Penyajian Data

Setelah data direduksi maka tahapan selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data dapat dilakukan dengan bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori. Penyajian data memperlihatkan informasi yang didapatkan dari proses reduksi terkait dengan kebutuhan data, kemudian data yang diperoleh dihimpun berdasarkan fokus utama fenomena/permasalahan yang diteliti.²²

d. Verifikasi Data

Langkah selanjutnya dalam analisis data kualitatif menurut Sugiyono adalah verifikasi data. Verifikasi data adalah komponen analisis terakhir dalam analisis data. Dimana munculnya kesimpulan sementara dan memungkinkan kesimpulan itu akan berubah apabila ada pelemanan data pada waktu yang akan datang. Namun akan sebaliknya apabila ditemukan data yang mendukung pada pengumpulan data selanjutnya, kesimpulan itu dapat dipercaya dan kredibel.

Dapat diambil kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan berkembang setelah penelitian dilapangan.²³

5. Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dalam penelitian ini dapat ditekankan pada uji validitas dan realibitas. Pada penelitian kualitatif data dapat dinyatakan valid apabila tidak ada perbedaan antara yang dilaporkan peneliti dengan apa yang ada sesungguhnya.

Denzim membedakan 4 macam triangulasi :

- a) Triangulasi dengan sumber, berarti membandingkan dan mengecek baik derajat

²² Maman Rachman, *Strategi dan Langkah-langkah Penelitian*, (Semarang: IKIP Semarang Press, 1999), h. 210

²⁴ Sugiyono, "*Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*", (Bandung: Alfabet, 2018), h. 345

kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam metode kualitatif.

- b) Triangulasi dengan metode, menurut Patton menggunakan dua strategi, yaitu pertama pengecekan derajat kepercayaan penemuan hasil penelitian beberapa teknik pengumpulan data, yang kedua pengecekan derajat kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama.
- c) Triangulasi dengan penyidik, berarti pemeriksaan dengan jalan memanfaatkan peneliti atau pengamat lainnya untuk keperluan pengecekan kembali derajat kepercayaan data.
- d) Triangulasi dengan teori, menurut Lincoln dan Guba, berdasarkan anggapan bahwa fakta tentu tidak dapat diperiksa derajat kepercayaannya kembali derajat kepercayaan data.²⁴

Pada penelitian yang dilaksanakan oleh peneliti uji keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber data dengan mengecek antara data satu dengan data lainnya yang didapatkan dari responden-responden. Data tersebut dideskripsikan, dikategorikan, dan disimpulkan dengan menarik benang merah segala data yang didapatkan dari para responden yang sesuai dengan tujuan penelitian.

I. Sistematika Pembahasan

Untuk mempermudah dalam memahami skripsi yang akan disusun nantinya, maka peneliti perlu mengemukakan sistematika pembahasan, yaitu sebagai berikut:

BAB 1 PENDAHULUAN

Bab ini berisikan tentang penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sub fokus penelitian, rumusan masalah,

²⁴ Lexy J. Meleong, “*Metode Penelitian Kualitatif*” (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2005) h.330

tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II LANDASAN TEORI

Bab ini berisikan tentang landasan teori, pada bab ini berisi penjelasan teoritis tentang hal-hal yang berhubungan dengan layanan informasi dan sekolah lanjutan.

BAB III DESKRIPSI OBJEK PENELITIAN

Bab ini berisikan tentang gambaran umum SMA Bina Mulya Bandar Lampung serta penyajian fakta dan data penelitian

BAB IV ANALISIS PENELITIAN

Bab ini berisikan tentang analisis data penelitian dan temuan penelitian

BAB V PENUTUP

Bab ini berisikan tentang kesimpulan dan rekomendasi dari hasil kesimpulan



BAB II LANDASAN TEORI

A. Layanan Konseling Kelompok

1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok yaitu layanan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan yang di alaminya melalui dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah suasana yang hidup, yang berdenyut, yang bergerak, yang berkembang, yang ditandai dengan adanya interaksi antara sesama anggota kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan layanan kelompok merupakan layanan konseling yang diselenggarakan dalam suasana kelompok.²⁵

Konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang didasari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian, dan saling mendukung. Menurut Farit Mashudi konseling kelompok adalah layanan yang membantu peserta didik dalam pembahasan dan pengetahuan masalah pribadi yang melalui dinamika kelompok.²⁶ Dalam rumusan sederhananya, adalah suatu jenis aktivitas kelompok, berciri pada 4-12 peserta didik normal mengelola masalah-masalah penyesuaian dan keprihatinan perkembangan, pemecahan masalah bersama berbagai bidang masalah sosiopsikologi individu dalam kelompok.

²⁵ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*, Jakarta, Rineka Cipta, 2000, hlm 49

²⁶ Farid Mashudi, *Psikologi Konseling*, IRCiSoD, Yogyakarta, 2012, h. 248

Sebagaimana Firman Allah SWT dalam surah Al – Imron ayat 104 :

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ

وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ ﴿١٠٤﴾

Artinya: Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar merekalah orang-orang yang beruntung.²⁷

Ayat tersebut menjelaskan Ma'ruf adalah segala perbuatan yang mendekatkan kita kepada Allah, sedangkan Munkar adalah segala perbuatan yang menjauhkan kita dari pada-nya.

Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan kepada peserta didik melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan dalam membentuk perilaku yang lebih efektif.²⁸

Berdasarkan pengertian tersebut, bisa dilihat bahwa dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, salah satu masalah yang dibahas dalam konseling kelompok adalah kemampuan dalam meningkatkan komunikasi antarpribadi. Hal ini tentu menjadi salah satu dasar teori yang menunjukkan bahwa layanna konseling kelompok memang tepat dalam mengatasi atau menyelesaikan permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini yaitu komunikasi antarpribadi peserta didik yang rendah. Melalui konseling kelompok peserta didik dapat mengembangkan

²⁷ Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Jakarta: Darusalam).

²⁸ Thrisia Fabrianti, *Jurnal Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif*, (Bengkulu: Universitas Bengkulu, 2014) h. 22

sikap dan membentuk perilaku yang lebih baik, mampu mengembangkan keterampilan sosialnya dalam dinamika kelompok seperti saling kerjasama, saling memahami satu sama lain, mampu menyampaikan pendapat, mampu menghargai dan menerima pendapat orang lain, mampu menghargai dan menerima pendapat kelompok, dan membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok lainnya.

2. Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Fungsi layanan konseling kelompok yang paling utama adalah kuratif atau pengetasan masalah. Konseling kelompok tidak hanya merupakan pertolongan yang kuratif (penyembuhan) dan preventif tetapi juga dapat bersifat *preservative* (memelihara) klien dapat melaksanakan fungsinya di masyarakat mungkin dalam bentuk pengalaman hidupnya.

Bagi peserta didik, konseling kelompok dapat sangat bermanfaat karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok. Mereka akan mengembangkan berbagai keterampilan yang pada intinya meningkatkan komunikasi antarpribadi dan kepercayaan terhadap orang lain. Mengingat dalam suasana konseling kelompok mereka mungkin merasa lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi dari pada konseling individual yang hanya menerima sumbangan pikiran dari anggota atau konselor.

3. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

a. Tujuan Umum Konseling Kelompok

Prayitno menyebutkan bahwa tujuan umum layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.²⁹

²⁹ Prayitno dan Erman Amti, *Ibid*, h.2

Berdasarkan uraian tersebut bisa disimpulkan bahwa tujuan umum dari kegiatan konseling adalah berkembangnya kemampuan peserta didik dalam sosialisasi dan komunikasi. Hal ini dapat terjadi karena kegiatan konseling kelompok terdapat dinamika kelompok. Melalui dinamika kelompok, setiap dinamika anggota kelompok diharapkan dapat dan mampu untuk tegak sebagai peorangan yang sedang mengembangkan dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Dinamika kelompok mengarahkan anggota kelompok untuk melakukan hubungan interpersonal satu sama lain, dan hal ini akan mampu membuat anggota kelompok bisa mengembangkan kemampuannya dalam sosialisasi dan komunikasi dengan anggota lain yang ada dalam kelompok tersebut.

b. Tujuan Khusus Konseling Kelompok

Prayitno menyatakan bahwa konseling kelompok terfokus pada pembahasan masalah pribadi individu peserta serta kegiatan layanan. Melalui layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut para peserta layanan memperoleh dua tujuan sekaligus:

- a. Berkembangkannya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dalam bersosialisasi/komunikasi, dan
- b. Terpecahkannya masalah individu yang bersangkutan dan diperoleh imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu-individu lain peserta layanan konseling kelompok.³⁰

Berdasarkan tujuan khusus dari layanan konseling kelompok diatas, bisa dilihat bahwa, dengan dilakukannya layanan konseling kelompok maka perasaan, pikiran, persepsi, wawasan peserta layanan akan bisa berkembang, selain itu sikap peserta layanan akan terarah kepada tingkah laku khususnya dalam

³⁰ *Ibid*, h.3

berkomunikasi. Sehingga dengan dilakukannya layanan konseling kelompok ini, maka komunikasi antarpribadi peserta didik yang rendah akan meningkat.

4. Asas-asas Konseling Kelompok

Keberhasilan konseling kelompok sangat ditentukan oleh diwujudkannya asas-asas dalam konseling kelompok. Seperti diungkapkan oleh Prayitno mengemukakan bahwa dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan konseling kelompok sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan.³¹ Berikut ini beberapa asas-asas konseling kelompok menurut Prayitno, yaitu:

- 1) Asas kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang.
- 2) Asas kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- 3) Asas keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- 4) Asas kekinian, Asas kekinian mengandung pengertian bahwa konselor tidak boleh menunda-nunda pemberian bantuan. Jika diminta bantuan oleh klien atau jelas-jelas terlihat misalnya adanya peserta didik yang mengalami masalah, maka konselor hendaknya segera memberikan bantuan dengan berbagai dalih.
- 5) Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan konseling kelompok.

³¹ *Ibid*, h. 13

- 6) Asas kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.³²

Asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok ini sangat penting untuk dipatuhi, karena dengan dipatuhinya semua asas-asas yang ada maka pelaksanaan layanan konseling kelompok akan berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Asas yang paling penting dan sangat utama dalam kegiatan layanan konseling kelompok adalah asas kerahasiaan.

5. Proses Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Suatu kelompok yang sukses dihasilkan dari perencanaan yang cermat dan terperinci. Perencanaan meliputi tujuan, dasar pembentukan kelompok dan kelompok yang menjadi anggota, lama waktu, frekuensi, dan lama waktu pertemuan, struktur dan format kelompok, metode, prosedur dan evaluasi.³³

Layanan konseling kelompok tidak selalu efektif untuk semua orang. Ada beberapa kondisi anggota yang perlu diperhatikan sehingga kelompok tidak direkomendasikan. Kondisi tersebut adalah keadaan kritis, misalnya depresi dan ingin bunuh diri, sangat takut untuk berbicara dalam kelompok, tidak memiliki keterampilan sosial, klien tidak menyadari akan perasaan, motivasi maupun pikirannya, serta menunjukkan perilaku menyimpang, dan terlalu banyak meminta perhatian dari orang lain sehingga dapat mengganggu proses konseling kelompok.

Suatu kelompok yang homogen atau lebih fungsional dibandingkan heterogen. Misalnya kelompok remaja yang masalahnya lebih difokuskan pada masalah hubungan antarpribadi, perkembangan seksual, identitas dan kemandirian.

³² *Ibid*, h. 13-15

³³ Prayitno dan Erman Amti, *Op. Cit* h. 25

6. Tahapan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno tahap-tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok ada 4 tahap yang meliputi:

1) Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan melibatkan dari setiap anggota dengan tujuan anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok, menumbuhkan suasana kelompok dan saling tumbuhnya minat antar kelompok.

2) Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antar tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebasnya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Semakin baik suasana kelompok, maka semakin baik pula minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

3) Tahap Kegiatan

Tahap kegiatan bertujuan membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas.

4) Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini merupakan penilaian dan tindak lanjut, agar adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah tercapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, agar terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri. Pada tahap ini pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera diakhir, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil kegiatan, membahas

kegiatan lanjutan dan mengemukakan perasaan dan harapan.³⁴

B. Teknik Assertive Training

1. Pengertian Teknik *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.³⁵ *Assertive training* atau latihan asertif adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi perilaku (*behavior*). Untuk menjelaskan arti perkataan asertif dapat dilakukan melalui uraian pengertian perilaku asertif. Perilaku asertif adalah perilaku antar seseorang yang melibatkan kejujuran, keterbukaan pikiran dan perasaan yang ditandai dengan kesesuaian sosial dan kemampuan untuk menyesuaikan diri tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain.³⁶

Latihan asertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Latihan *assertive* ini diberikan pada individu yang mengalami kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain melecehkan dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan

³⁴ Prayitno dan Erman Amti, *Op. Cit*, h. 28-30

³⁵ Mochamad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling*, Jakarta: Indeks, 2013, h. 138.

³⁶ Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta : Gunung Mulia, 2007).h. 215

cepat tersinggung.³⁷ Latihan asertif merupakan penerapan tingkah laku untuk membantu individu atau kelompok dalam mengembangkan hubungan langsung dalam situasi-situasi interpersonal.³⁸

Menurut Goldstein latihan asertif merupakan rangkuman yang sistematis dari keterampilan, 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.³⁹

Dalam agama Islam setiap orang untuk berbuat tegas terutama dalam menerapkan perilaku amar ma'ruf nahi munkar. Allah memerintahkan untuk berkata benar dan tegas serta hal-hal yang kita anggap salah atau benar. Perintah Allah untuk berbuat tegas terdapat dalam QS. Al-Ahzab ayat 70 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٧٠﴾

Artinya : *Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kamu kepada Allah dan ucapkanlah perkataan yang benar.*

Rasulullah SAW juga memerintahkan umatnya untuk mengembangkan budaya berani mengutarakan pendapat dikalangan para sahabat dan umatnya serta menghindari mereka dari sikap membeo kepada ide dan perbuatan orang lain tanpa memikirkan dengan matang terlebih dahulu, yakni orang yang tidak memiliki pendirian dan hanya mengikuti apa yang dikatakan orang lain tanpa mempertimbangkan terlebih dahulu.

³⁷ *Ibid*, h. 217

³⁸ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), h. 215

³⁹ <http://konselingsmkn2plg.blogspot.com/2012/08/latihan-asertif.html> diunduh pada tanggal 28 Februari 2022

Dari penjelasan pendapat para ahli dan juga ayat Al-Quran di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang dapat melatih dirinya untuk berperilaku *assertive training*, 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. Sedangkan peneliti menyimpulkan bahwa latihan asertif (*assertive training*) adalah latihan keterampilan sosial atau latihan berkomunikasi dan mengungkapkan perasaan kepada orang lain agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Didalam *assertive training* konselor berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam mengatasi kesulitan terhadap orang lain, agar tercipta suatu interaksi sosial yang baik.

2. Dasar Teori *Assertive Training*

Teori *assertive training* didasarkan pada suatu asumsi bahwa banyak asumsi menderita karena perasaan cemas, depresi dan reaksi-reaksi ketidakbahagiaan yang lain karena tidak mampu untuk mempertahankan, membela hak atau kepentingan pribadinya. Penekanan *assertive training* adalah keterampilan dan penggunaan keterampilan tersebut dalam tindakan.

Menurut Joyce dan Weil mengemukakan bahwa “*Assertive training* menggunakan asumsi sebagai berikut: a) *assertive training* menerapkan asumsi pendekatan perilaku yang dipelajari dan disubstitusikan kedalam pola perilaku tertentu; b) bahwa tindakan individu berfungsi sebagai basis konsep dirinya; c) *assertive training* menyatakan secara tidak langsung seperangkat prinsip umum, suatu filosofi hubungan antar manusia”⁴⁰.

Berdasarkan pendapat tersebut maka dengan *Assertive training* dapat membantu klien mengubah perilakunya sehingga dapat mengungkapkan apa yang dirasakan

⁴⁰ Sofyan S. Willis, *Konsep Individu Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 142

perasaannya secara jujur dan terbuka tanpa menyakiti perasaan orang lain.

3. Tujuan Assertive Training

Tujuan dari teknik ini adalah untuk melatih konseli yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Tujuan utama *assertive training* ini adalah mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya dan meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosialnya agar lebih efektif.⁴¹

Jadi, teknik *assertive training* ini digunakan untuk melatih konseli yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar, sedangkan secara umum tujuan dari *assertive training* adalah:

- 1) Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain;
- 2) Meningkatkan keterampilan asasa sehingga mereka bias menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang diinginkan atau tidak;
- 3) Mengajarkan pada individu untuk mengungkapkan diri dengan cara sedemikian rupa sehingga terefleksi kepekaannya terhadap perasaan orang lain.
- 4) Meningkatkan kemampuan individu untuk menyatakan dan mengekspresikan diri nya dengan baik dalam berbagai situasi sosial.
- 5) Menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi.⁴²

Dengan demikian tujuan dari teknik *assertive training* ini adalah untuk mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh

⁴¹ *Ibid*, h. 142

⁴² Eukaristia, *Teknik Konseling Assertive Training* (online), <http://animenekoi.blogspot.com/2012/05/Teknik-konseling-asertif-training.html>, diakses pada tanggal 28 Februari 2022

seorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya, untuk meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan dan mengembangkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih baik dan efektif.

4. Manfaat Assertive Training

Menurut Corey, teknik *assertive training* bisa bermanfaat untuk dipergunakan dalam menghadapi mereka yang :

1. Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung.
2. Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.
3. Memiliki kesulitan untuk menyatakan “tidak”
4. Mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya.
5. Merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.⁴³

5. Langkah-Langkah *Assertive Training* Dalam Konseling

Assertive training menggunakan prosedur-prosedur bermain peran. Kecakapan-kecakapan bergaul yang baru akan diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu belajar untuk mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka. Menurut Redd, Porterfield, dan Anderson prosedur *assertive training* dapat meliputi tiga bagian utama yaitu:

- a) Pembahasan materi (*didactic discussion*);
- b) Latihan atau bermain peran (*behaviorrehearsal/role playing*); dan
- c) Praktik nyata (*in vivo practice*).⁴⁴

Sementara Block menyatakan bahwa, “*Assertive training* dapat menggunakan teknik dari *conditioning operan* maupun *conditioning* klasikal, disamping pengajaran kognitif, dan

⁴³ Singgih Gunarsa, Op. Cit, h. 220

⁴⁴ Gerald Corey, Op Cit,h.143.

dikombinasikan dengan program perlakuan lain seperti *systematic desensitization, modelling role playing, behavior rehearsal*, baik secara individual maupun kelompok”.⁴⁵

Pelaksanaan *assertive training* format kelompok dalam konseling melibatkan beberapa orang sebagai anggota kelompok. Anggota kelompok dalam pelaksanaan *assertive training* sebanyak 5 sampai 14 orang. Suasana dalam kelompok diatur senyaman mungkin, mulai dari kursi, ruangan, meja dan segala hal yang perlu dipersiapkan. *Assertive training* diaplikasikan dengan menggunakan pemodelan, instruksi, latihan dan umpan balik serta dapat disimulasikan menggunakan teknik *role playing*.⁴⁶

Pelaksanaan *assertive training* format kelompok dalam konseling dimulai dari tahap persiapan/pembukaan, kegiatan/proses, dan penutup:

- a. Tahap Persiapan/Pembukaan : Pada tahap ini, konselor membentuk kelompok sebanyak 5 sampai 14 orang, menciptakan suasana nyaman dalam kelompok, menyapa peserta didik dengan kalimat yang membuat semangat, konselor menjelaskan langkah-langkah kegiatan, mengarahkan kegiatan serta menanyakan kesiapan peserta didik mengikuti layanan.
- b. Tahap Kegiatan/Inti : Pada tahap ini, konselor mulai memberikan materi yang telah disiapkan dan peserta didik melakukan kegiatan sesuai dengan langkah-langkah dan tugas serta tanggung jawab yang telah dijelaskan.
- c. Tahap Penutup : Pada tahap ini, merupakan penilaian dan tindak lanjut, agar adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang

⁴⁵ *Ibid*,h.143

⁴⁶ Khadijah Lubis, “*Assertiveness Training format Kelompok dalam Pelayanan Konseling*,” *Jurnal Konseling Gusjigang*, Vol. 8, No. 1, (Juni 2022): 85-98 <https://doi.org/10.24176/jkg.v8i1.8019>

telah tercapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, agar terfokuskan rencana kegiatan lebih lanjut tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri.

C. Komunikasi Antarpribadi

1. Pengertian Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi secara etimologis atau menurut kata asalnya berasal dari bahasa latin yaitu yang berarti *communication*, yang berarti sama makna mengenai suatu hal. Jadi berlangsungnya proses komunikasi terjadi apabila terdapat kesamaan mengenai hal-hal yang dikomunikasikan ataupun kepentingan tertentu. Komunikasi berlangsung apabila ada pesan yang akan disampaikan dan terdapat umpan balik.

Menurut Carl I. Hovland, ilmu komunikasi adalah upaya yang sistematis untuk merumuskan secara tegas asas-asas penyampaian informasi serta pembentukan pendapat dan sikap. Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah penyampaian informasi dan pengertian seseorang terhadap orang lain.⁴⁷ R. Wayne Pace mengemukakan bahwa komunikasi antarpribadi atau *communication interpersonal* merupakan proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka dimana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung.⁴⁸

Komunikasi antarpribadi juga bisa dikatakan sebagai komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik *verbal* maupun *non verbal*.⁴⁹ Komunikasi antarpribadi merupakan proses pengiriman dan

⁴⁷ Onong Uchjana Effendy, *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007), hlm.9

⁴⁸ Hafied Cangara, *Pengantar Ilmu Komunikasi*, (Jakarta, PT. Raja Grafindo Persada, 1998) hlm.32

⁴⁹ Deddy Mulyana, *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hlm.73

penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika.

Kecenderungan dalam mengubah sikap, kepercayaan, opini dan perilaku komunikasi maka bentuk komunikasi antarpribadi sering kali digunakan untuk menyampaikan komunikasi persuasif (*persuasive communication*) yakni suatu teknik komunikasi secara psikologis manusiawi yang sifatnya halus, luwes berupa ajakan, bujukan atau rayuan. Dengan demikian maka setiap pelaku komunikasi akan melakukan empat tindakan yaitu membentuk, menyampaikan, menerima dan mengolah pesan, keempat tindakan tersebut lazimnya berlangsung secara berurutan dan membentuk pesan diartikan sebagai menciptakan ide atau gagasan dengan tujuan tertentu. Adapun pada proses pelaksanaan komunikasi yang dilakukan dalam proses berbagi informasi seseorang haruslah mampu mencermati informasi yang diberikan, agar tidak menimbulkan informasi-informasi yang tidak baik. Adapun hal ini dijelaskan pada Al- Qur'an surah Al-Hujurat ayat 6 yang berbunyi sebagai berikut:

يَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِن جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَن
تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهْلَةٍ فَتُصْـَٔبُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَدِمِينَ ﴿٦﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang Fasik membawa suatu berita, maka periksalah dengan teliti agar kamu tidak menimpakan suatu musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatanmu itu”⁵⁰

Dari pengertian-pengertian yang dikemukakan diatas dan juga potongan Al-Qur'an surah Al-Hujurat ayat 6 di atas, dapat dikatakan bahwa komunikasi antarpribadi adalah

⁵⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Darusalam), h. 846

komunikasi yang dilakukan dengan akrab dan saling mengenal antara orang-orang yang terlibat di dalamnya yang gunanya sebagai penyampaian dan penerima pesan antara pengirim pesan dan penerima, baik secara langsung maupun tidak langsung. Namun saat menerima informasi haruslah mampu untuk mengolahnya terlebih dahulu apakah informasi itu baik atau buruk sehingga tidak membuat penyesalan atas perbuatan yang dilakukan setelah mendapat informasi tersebut.

2. Tujuan Komunikasi Antarpribadi

Komunikasi antarpribadi merupakan suatu bentuk kegiatan orientasi, yaitu suatu tindakan yang berorientasi pada tujuan tertentu.⁵¹ De Vito mengatakan ada empat tujuan komunikasi, penemuan diri melalui komunikasi dengan orang lain seseorang akan semakin mengenal dirinya, memulai dan memelihara hubungan dengan orang lain, mengubah perilaku orang lain, bermain dan menghibur diri.

3. Fungsi Komunikasi Antarpribadi

Fungsi komunikasi antar pribadi atau komunikasi interpersonal adalah berusaha meningkatkan hubungan insani, menghindari dan mengatasi konflik-konflik pribadi, mengurangi ketidakpastian sesuatu, serta berbagai pengetahuan dan pengalaman dengan orang lain.⁵² Komunikasi antarpribadi, dapat meningkatkan hubungan kemanusiaan diantara pihak-pihak yang berkomunikasi. Dalam hidup bermasyarakat seseorang bisa memperoleh kemudahan dalam hidupnya karena memiliki pasangan hidup. Melalui komunikasi antarpribadi juga dapat berusaha membina hubungan baik, sehingga menghindari dan mengatasi terjadinya konflik-konflik yang terjadi.⁵³

⁵¹ Suranto Aw, *Komunikasi Interpersonal*, (Yogyakarta:Graha Ilmu, 2011), h. 4

⁵² H. Hafied Canggara, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2004), hlm.33

⁵³ *Ibid*, hlm. 56

4. Karakteristik Komunikasi Antarpribadi

Untuk menumbuhkan dan meningkatkan hubungan antarpribadi perlu meningkatkan kualitas komunikasi dengan memperbaiki hubungan dan kerjasama antara berbagai pihak. Berikut ini pendapat menurut De Vito yang membahas tentang karakteristik komunikasi antarpribadi yang efektif, diantaranya:

1) Keterbukaan (*Openness*)

Memiliki pengertian bahwa dalam komunikasi antarpribadi yang efektif, individu harus terbuka pada pasangan yang diajak berinteraksi, kesediaan untuk membuka diri dan memberikan informasi, lalu kesediaan untuk mengakui perasaan dan pikiran yang dimiliki, dan juga mempertanggung jawabkannya.

2) Empati (*Empathy*)

Empati adalah kemampuan seseorang untuk menempatkan dirinya pada posisi atau peran orang lain. Dalam arti bahwa seseorang secara emosional maupun intelektual mampu memahami apa yang dirasakan dan dialami orang lain.

3) Sikap Mendukung (*Supportiveness*)

Komunikasi antarpribadi akan efektif apabila dalam diri seseorang ada perilaku *supportiveness*. Maksudnya satu dengan yang lainnya saling memberikan dukungan terhadap pesan yang disampaikan. Sikap mendukung adalah sikap yang mengurangi sikap defensive dalam berkomunikasi yang dapat terjadi karena faktor-faktor personal seperti ketakutan, kecemasan, dan lain sebagainya yang menyebabkan komunikasi antarpribadi akan gagal, karena orang defensive akan lebih banyak melindungi diri sendiri dari ancaman yang ditanggapi dalam komunikasi dibandingkan memahami orang lain.

4) Sikap Positif (*Positiveness*)

Memiliki perilaku positif yakni berfikir secara positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Perasaan positif juga dapat diartikan sebagai bentuk dimana sikap memiliki

perasaan dan pikiran positif bukan sebuah prasangka dan curiga. Perasaan positif membuat seseorang cenderung mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa merasakan perasaan bersalah berlebihan.

5) Kesetaraan (*Equality*)

Keefektifan komunikasi antarpribadi juga ditentukan oleh kesamaan-kesamaan yang dimiliki pelakunya. Seperti nilai, sikap, watak, perilaku, kebiasaan, pengalaman, dan sebagainya.⁵⁴

5. Model Komunikasi Antarpribadi

Dalam proses komunikasi antarpribadi arus komunikasi yang terjadi adalah sirkuler atau berputar, artinya setiap individu mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi komunikator dan komunikan. Karena dalam komunikasi antarpribadi efek atau umpan balik dapat terjadi seketika. Untuk dapat mengetahui komponen-komponen yang terlibat dalam komunikasi antarpribadi dapat dijelaskan sebagai berikut:

- a) Pengirim-penerima, Komunikasi antarpribadi paling tidak melibatkan dua orang, setiap orang terlibat dalam komunikasi memfokuskan dan mengirimkan serta mengirimkan pesan dan juga sekaligus menerima dan memahami pesan.
- b) *Encoding –Decoding*, *encoding* adalah tindakan menghasilkan pesan, artinya pesan-pesan yang akan disampaikan dikode atau diformulasikan terlebih dahulu dengan menggunakan kata-kata simbol dan sebagainya. Sebaliknya tindakan untuk menginterpretasikan dan memahami pesan-pesan yang diterima, disebut juga sebagai *decoding*. Dalam komunikasi antarpribadi, karena pengirim juga bertindak sekaligus sebagai penerima, maka fungsi *encoding-decoding* dilakukan oleh setiap orang yang terlibat dalam komunikasi antarpribadi.

⁵⁴ Josep Devito, *Op.Cit*, hlm. 259

- c) Pesan-pesan, dalam komunikasi antarpribadi, pesan-pesan ini bisa terbentuk *verbal* (seperti kata-kata) atau *non-verbal* (gerak tubuh, simbol) atau gabungan antara bentuk *verbal* dan *non verbal*.
- d) Saluran, berfungsi sebagai media dimana dapat menghubungkan antara pengirim dan penerima pesan atau informasi.
- e) Gangguan (*noise*), seringkali pesan-pesan yang dikirim berbeda dengan pesan yang diterima. Hal ini dapat terjadi karena gangguan saat berlangsung komunikasi, yang terdiri dari :
 - 1) Gangguan fisik.
 - 2) Gangguan Psikologis.
 - 3) Gangguan semantic.
- f) Umpan Balik, umpan balik memainkan peranan yang sangat penting dalam proses komunikasi antarpribadi, karena pengirim dan penerima secara terus menerus dan bergantian memberikan umpan balik dalam berbagai cara, baik secara verbal maupun non verbal.
- g) Efek, dibanding dengan bentuk komunikasi lainnya, komunikasi antarpribadi dinilai paling ampuh untuk mengubah sikap, perilaku kepercayaan dan opini komunikasi. Hal ini disebabkan komunikasi dilakukan dengan tatap muka.⁵⁵

⁵⁵ J. A. Devito, *Komunikasi Antar Manusia* (Jakarta: Profesional Books, 2001), hlm.10





DAFTAR RUJUKAN

- Anggi Pratama Putri, Sri Rizqi Wahyuningsih. 2021. *“Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa SMK Dengan Teknik Assertive Training”* Jurnal BK Pendidikan Islam, Vol. 2, No.1
- AW, Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Cangara, H. Hafied. 2005. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* Jakarta: Darusalam
- Departemen Agama RI. *Al-Quran dan Terjemahan*. Jakarta: Darussalam
- Devito, J. A. 2001. *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Profesional Books
- Effendy, Onong Uchjana. 2007. *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Gerald, Corey. 2009. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. (Bandung: PT Refika Aditama.
- Isnaini, Maulina Putri. 2015 *“Layanan Bimbingan dan Konseling Pribasi-Sosial dengan Menggunakan Metode Latihan Assertive Training untuk Mengatasi Siswa Terisolir”* (Jurnal Skripsi Program Stara 1 IAIN Raden Intan Lampung)
- Kurnanto, M. Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Mochamad Nursalim. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling* Jakarta: Akademika Permata
- Mochamad Nursalim. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling* Jakarta: Akademika Permata
- Moeleon, Laxy J. 1993. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, Deddy. 2004. *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Muthohharoh. 2015. *“Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan*

- Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa”* Jurnal Bimbingan dan Konseling
- Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid dan Galuh Prawitasari. 2020. *“The Effect of Assertive Training on Student’s Interpersonal Communication and Peer Conformity”* Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol.5
- Prayitno, Erman Anti. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rachman, Maman. 1999. *Strategi dan Langkah-langkah Penelitian*. Semarang: IKIP Semarang Press Mulyana. 2009. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: Rosdakarya.
- Rakhmat, Jalaluddin. 1986. Psikologi Komunikasi, (Bandung, Remaja Rosdakarya, Cetakan Kedua
- Singih Gunarsa. 2007. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : Gunung Mulia.
- Sofyan S. Willis. 2011. *Konseling Keluarga*. Bandung : CV Alfabeta.
- Sofyan S. Willis. 2014. *Konsep Individu Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Sri Ratnasari, Andi Agustan Arifin. 2021. *“Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa”* Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling, Vol.2, No.2
- Sukmadinata, Nana Saodih. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Thrisia Fabrianti. 2014. *Jurnal Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif*. Bengkulu: Universitas Bengkulu
- Undang-undang Pendidikan Nasional, 2003, Jakarta: Sinar Grafika.
- Utaminingsih, Rina Intan Sari, Yusmansyah, Diah. 2018. *“The Use Of Counseling Group Assertive Training Technique To Improve Student Equality Skill”* Jurnal FKIP Unila
- Vitalaya, Aida. *Dasar-dasar Komunikasi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Walgito, Bimo. 2006. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi
- Sofyan S. Willis. 2011. *Konseling Keluarga*. Bandung : CV Alfabeta.
- Sofyan S. Willis. 2014. *Konsep Individu Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.

- Sri Ratnasari, Andi Agustan Arifin. 2021. *“Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa”* Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling, Vol.2, No.2
- Sukmadinata, Nana Saodih. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Thrisia Fabrianti. 2014. *Jurnal Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif*. Bengkulu: Universitas Bengkulu
- Undang-undang Pendidikan Nasional, 2003, Jakarta: Sinar Grafika.
- Utaminingsih, Rina Intan Sari, Yusmansyah, Diah. 2018. *“The Use Of Counseling Group Assertive Training Technique To Improve Student Equality Skill”* Jurnal FKIP Unila
- Vitalaya, Aida. *Dasar-dasar Komunikasi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Walgito, Bimo. 2006. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi
- Sukmadinata, Nana Saodih. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Thrisia Fabrianti. 2014. *Jurnal Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif*. Bengkulu: Universitas Bengkulu
- Undang-undang Pendidikan Nasional, 2003, Jakarta: Sinar Grafika.
- Utaminingsih, Rina Intan Sari, Yusmansyah, Diah. 2018. *“The Use Of Counseling Group Assertive Training Technique To Improve Student Equality Skill”* Jurnal FKIP Unila
- Vitalaya, Aida. *Dasar-dasar Komunikasi*. Bogor: Institut Pertanian Bogor
- Walgito, Bimo. 2006. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi

