

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL PESERTA DIDIK
KELAS XI ILMU-ILMU BAHASA (IIB) MAN 1
BANDAR LAMPUNG TAHUN
PELAJARAN 2018/2019**



SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat pembuatan skripsi guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd) dalam bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

ANITA YULANDARI

NPM 1411080170

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

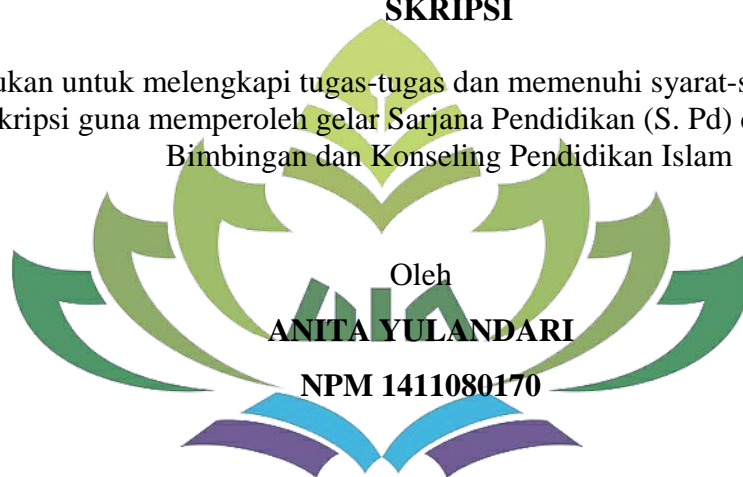
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG

1440 H / 2018 M

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KOMUNIKASI INTERPERSONAL PESERTA DIDIK
KELAS XI ILMU-ILMU BAHASA (IIB) MAN 1
BANDAR LAMPUNG TAHUN
PELAJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

Diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat pembuatan skripsi guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd) dalam bidang Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr. Umi Hijriyah, S. Ag., M. Pd
Pembimbing II : Dr. Laila Maharani, M. Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

1440 H / 2018 M

ABSTRAK

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PESERTA DIDIK KELAS XI ILMU-ILMU BAHASA (IIB) MAN 1 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019

Oleh
Anita Yulandari
1411080170

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antar dua peserta didik atau lebih, untuk berbagi pendapat, bertukar pandangan dengan mengacu pada perubahan dan tindakan yang berlangsung terus menerus dengan harapan adanya kesamaan pemahaman diantara peserta didik tersebut terhadap pesan-pesan yang digunakan dalam proses komunikasi yang terjadi. Bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada peserta didik melalui kegiatan kelompok. *Assertive Training* adalah suatu teknik yang digunakan untuk membantu peserta didik mengungkapkan apa yang diinginkan dan dibutuhkannya dengan menyatakan pendapatnya dan tetap menghargai orang lain agar dapat melakukan interaksi dan hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain melalui komunikasi interpersonal yang baik teknik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang percaya diri, pengungkapan diri, atau ketegasan diri

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dalam bentuk *quasi experimental design* dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini yang digunakan yaitu *nonequivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut sama-sama dilakukan *pretest* dan *posttest*. Dalam penelitian ini berfokus pada keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu angket.

Adapun hasil dapat diketahui bahwa nilai Sig (2-tailed) < α yaitu $0,000 < 0,05$ Sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima,. Selain itu didapat nilai rata-rata *posttest* kelas pada kelas eksperimen lebih besar dari kelas kontrol ($1114 > 893$ atau $111,40 \geq 89,30$). Jika dilihat dari hasil yang telah didapat maka peningkatan pada kelas eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol. Dengan demikian dapat dapat dinyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 mengalami perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*

Kata Kunci :Layanan Bimbingan Kelompok, *Assertive Training*, Komunikasi Interpersonal.



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jalan Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1 Bandar Lampung tlp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK
MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL
PESERTA DIDIK KELAS XI ILMU-ILMU BAHASA (IIB)
MAN 1 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN
2018/2019**

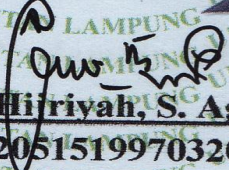
Nama : **Anita Yulandari**
NPM : **1411080170**
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

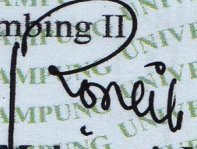
MENYETUJUI

Untuk di munaqosyahkan dan dipertahankan dalam sidang munaqosyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung

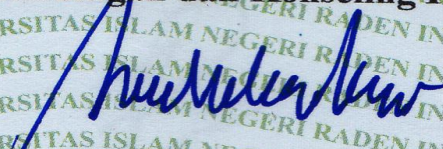
Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Umi Hidiriyah, S. Ag., M. Pd
NIP. 197205151997032004


Dr. Laila Maharani, M. Pd
NIP. 196701151993032001

Mengetahui
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam


Andi Thahir, M.A., Ed. D
NIP. 197604272007011015




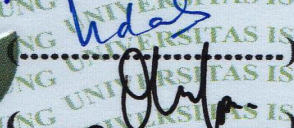
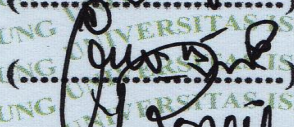


KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jalan Let. Kol. H. Endro Suratmin, Sukarame 1 Bandar Lampung tlp. (0721) 703260

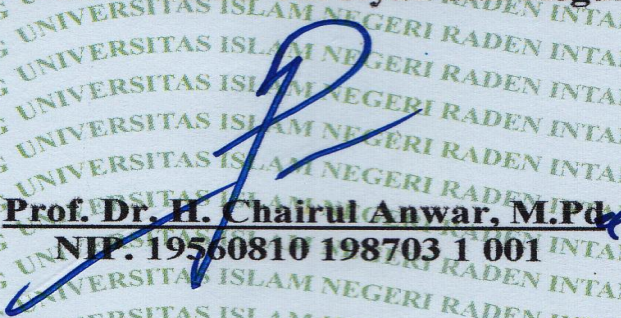
PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PESERTA DIDIK KELAS XI ILMU-ILMU BAHASA (IIB) MAN 1 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019**” disusun oleh: Anita Yulandari, NPM: 1411080170, Program Studi: **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam** Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal: **Senin, 22 Oktober 2018.**

TIM MUNAQOSYAH

Ketua : Andi Thahir, M.A., Ed. D. 
Sekretaris : Indah Fajriani, M. Psi., Psikolog 
Penguji Utama : Dr. Oki Dermawan, M. Pd 
Penguji Pendamping I : Dr. Umi Hijriyah, S. Ag., M. Pd 
Penguji Pendamping II : Dr. Laila Maharani, M. Pd 

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan


Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd
NIP. 19560810 198703 1 001

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Artinya : karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,
Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. (Asy-Syarh : 5-6).¹



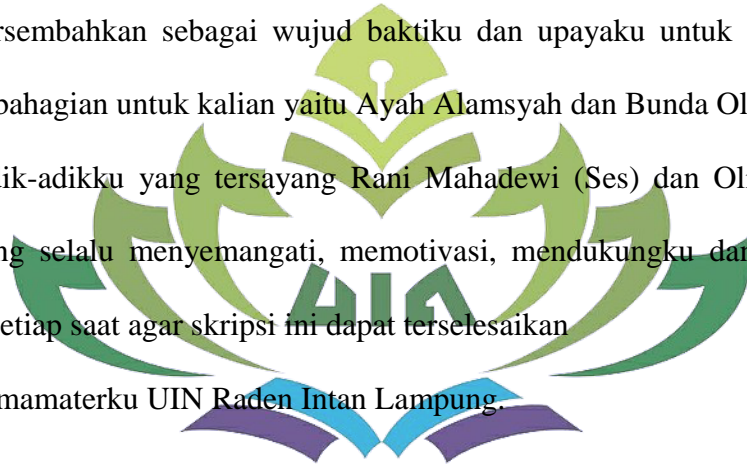
¹ QS, Asy-Syarh Ayat 5-6

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohhim

Teriring doa'a dan rasa syukur yang teramat dalam karya sederhana namun penuh perjuangan ini dengan segala kerendahan hati dan terimakasih yang tulus ku persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa selalu mendoakan dan mendukungku untuk keberhasilanku baik secara moril maupun materil skripsi ini ku persembahkan sebagai wujud baktiku dan upayaku untuk memberikan sedikit kebahagiaan untuk kalian yaitu Ayah Alamsyah dan Bunda Olita Sari.
2. Adik-adikku yang tersayang Rani Mahadewi (Ses) dan Olivia Desti Ani(Uni) yang selalu menyemangati, memotivasi, mendukungku dan selalu mendoakan disetiap saat agar skripsi ini dapat terselesaikan
3. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung.



RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama ANITA YULANDARI dilahirkan pada tanggal 08 Juli 1996 di Negeri Batin, penulis merupakan anak Pertama dari 3 bersaudara dari pasangan Bapak Alamsyah dan Ibu Olita Sari. Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang TK PTPN VII Blambangan Umpu dan lulus pada tahun 2008, Kemudian penulis melanjutkan pendidikannya di SDN 01 Negeri Baru dan lulus pada tahun 2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikannya di SMPN 03 Blambangan Umpu dan lulus pada tahun 2011, penulis melanjutkan pendidikannya di SMAN 01 Blambangan Umpu dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 penulis melanjutkan pendidikannya di perguruan tinggi yaitu UIN Raden Intan Lampung pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Pada tahun 2017 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Wonodadi Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu selama 40 hari. Selanjutnya penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di MAN 1 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Alhamdullilahhirobbil"allamin

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

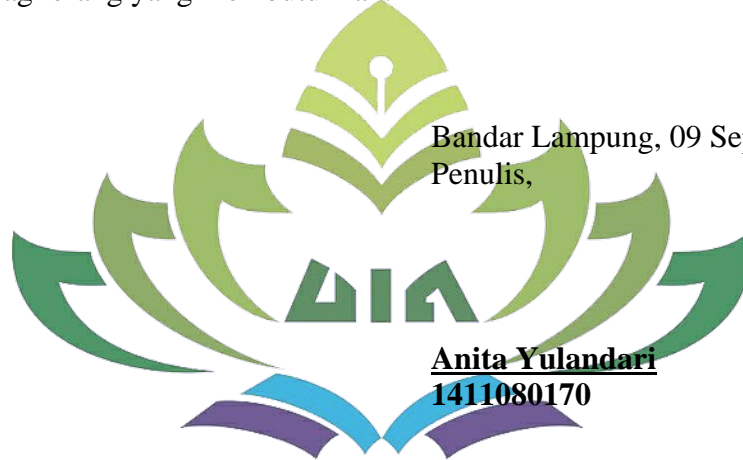
Penyusunan skripsi ini yang berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Komunikasi Inerpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lmpung” merupakan salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan (S. Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dorongan serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M. Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
2. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Wakil Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

3. Andi Thahir, S. Psi., M. A., Ed. D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
4. Dr. Oki Dermawan, M. Pd selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
5. Dr. Umi Hijriyah, S. Ag., M.Pd selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih atas kesediaan untuk membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini.
6. Dr. Laila Maharani, M.Pd selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas kesediaan dalam membimbing, mengarahkan, memberikan saran, dan kritik yang sangat membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Terima kasih atas bimbingan dan ilmu yang telah diberikan selama ini.
8. Ayah (Eprodi) dan Mak (Husnah) orangtua Keduaku yang selalu menyemangati dan memotivasi
9. Sahabat kecilku Putri Winda Sari, Resta Marlia, Eli Yanti, yang selalu sabar mendengarkan ceritaku tentang skripsi
10. Sahabatku Astuti, Yesi Marselina, Siti Prihatin, Aben Puspita, Mastika Nur Putri, Titin Satria, Septia Ezy Pratama, Ranti Anda Riski, Diana Dewi Lestari, Thalia Nurulita, , Erpan Dani, Siti Amsanah, Dilla Ayu Anggraini,, Asri Putri, , sahabat KKN Tiara Putri Saraswati, Anisa, Ana, dan tidak lupa sepupuku Ida Zubaida serta semua teman-teman seperjuangan angkatan 2014 Terimakasih atas dukungan kalian do'a serta Motivasi yang kalian berikan sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.

11. Anak kosan makakau mami Eka Widia Astuti,, Siti Arofah, Eka Siti Amanah, Zahara Aisyah Amalia, Dwi Lestari.
12. Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Angkatan 2014 Kelas C yang sama-sama berjuang demi gelar S. Pd yang saling menyemangati satu sama lain.
13. Semua pihak yang telah turut serta membantu menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT selalu melindungi, memberikan rahmat semua pihak yang tercantum maupun tidak tercantum, dan Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi orang yang membutuhkan.



Bandar Lampung, 09 September 2018
Penulis,

Anita Yulandari
1411080170

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	16
C. Batasan Masalah.....	17
D. Rumusan Masalah	17
E. Tujuan Penelitian	17
F. Manfaat Penelitian	18

BAB II LANDASAN TEORI

A. Layanan Bimbingan Kelompok	
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok	20
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok.....	21
3. Manfaat Bimbingan Kelompok.....	22
4. Unsur-unsur Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	23
5. Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok.....	26
6. Proses Layanan Bimbingan Kelompok.....	27
7. Isi Layanan Bimbingan Kelompok	28
8. Teknik-teknik Layanan Bimbingan Kelompok.....	28
B. <i>Assertive Training</i>	
1. Pengertian <i>Assertive Training</i>	29
2. Perilaku <i>Assertive</i>	31
3. Tujuan <i>Assertive Training</i>	32
4. Kegunaan <i>Assertive Training</i>	32
5. Prinsip <i>Assertive Training</i>	34
6. Manfaat dan Aspek-aspek <i>Assertive Training</i>	35
7. Prosedur <i>Assertive Training</i>	38
C. Komunikasi Interpersonal.....	
1. Pengertian Komunikasi Interpersonal	42
2. Bentuk-bentuk Komunikasi	44
3. Ciri-ciri Komunikasi Interpersonal	45
4. Tujuan Komunikasi Interpersonal.....	46
5. Komponen-komponen Komunikasi Interpersonal	48
6. Pentingnya Komunikasi Interpersonal	50
D. Kerangka Berpikir	51
E. Penelitian Relevan.....	53
F. Hipotesis.....	56

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	59
B. Desain Penelitian.....	60
C. Variabel Penelitian	65
D. Definisi Operasional.....	66
E. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	
1. Populasi	68
2. Sampel.....	69
3. Teknik Sampeling	70
F. Pengembangan Instrumen Penelitian	70
G. Teknik Pengumpulan Data.....	
1. Observasi.....	73
2. Wawancara	74
3. Kuesioner (angket)	74
H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	
1. Validitas	76
2. Reliabilitas	79
I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	
1. Teknik Pengelolaan Data	81
2. Analisis Data	82
J. Deskripsi Langkah-langkah Pemberian Layanan	83

BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian	87
B. Pembahasan.....	118

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	121
---------------------	-----

B. Saran..... 122

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel

1. Data Permasalahan Komunikasi Interpersonal	14
2. Penelitian Yang Relevan	54
3. Rencana Pemberian <i>Treatmen eksperiment</i>	63
4. Rencana Pemberian <i>Treatmen kontrol</i>	64
5. Definisi Operasional	66
6. Jumlah Populasi Penelitian	69
7. Kisi-kisi Angket	72
8. Alternatif Jawaban Angket	75
9. Kreteria Komunikasi Interpersonal	76
10. Uji Validitas	78
11. Hasil Validitas	78
12. Reliability Statistics	80
13. Hasil <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen	88
14. Hasil <i>Pre-test</i> Kelompok Kontrol	89
15. Jadwal Pelaksanaan Kelompok Eksperimen	92
16. Jadwal Pelaksanaan Kelompok Kontrol	93
17. Hasil <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen	105
18. Uji Normalitas Kelompok Eksperimen	109
19. Uji Normalitas Kelompok Kontrol	110
20. Hasil Uji Homogen Eksperimen dan Kontrol	111
21. Hasil Uji-T Kelompok Eksperimen	112
22. Hasil Uji-T Kelompok Kontrol	113

23. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> kelompok Eksperimen.....	114
24. Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol	115
25. Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	116
26. Tingkat Presentase Kelompok Eksperimen dan Kontrol	116
27. Peningkatan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	117



DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar

1. Kerangka Penelitian	53
2. Desain Rencana Penelitian	61
3. Variabel Penelitian	66
4. Grafik Hasil <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen	89
5. Grafik Hasil <i>Pre-test</i> Kelompok Kontrol	91
6. Grafik Hasil <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen	106
7. Grafik Hasil <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol	108
8. Hasil Grafik Uji Normalitas Eksperimen	109
9. Hasil Grafik Uji Normalitas Kontrol	110
10. Grafik Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> kelompok Eksperimen	114
11. Grafik Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> kelompok Kontrol	115
12. Grafik Peningkatan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	117

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Angket Komunikasi Interpersonal
2. Rencana Pemberian Layanan
3. Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling
4. Pedoman Wawancara Peserta Didik
5. Kisi-kisi Observasi
6. Lembar Keterangan Validasi
7. Kartu Konsultasi Bimbingan Skripsi
8. Hasil *Pre-test* Kelompok Eksperimen
9. Hasil *Pre-test* Kelompok Kontrol
10. Hasil *Post-test* Kelompok Eksperimen
11. Hasil *Post-test* Kelompok Kontrol
12. Surat Permohonan Penelitian
13. Surat Permohonan Mengadakan Penelitian
14. Surat Keterangan Penelitian
15. Surat Pernyataan Guru BK MAN 1 Bandar Lampung
16. Absensi Sampel Kelompok Eksperimen dan Kontrol
17. Lembar Persetujuan Responden
18. Lembar Persetujuan Wawancara
19. Dokumentasi Penelitian
20. Hasil SPSS uji-T V.17

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang penting dalam kelangsungan hidup manusia. Dengan kata lain, lembaga yang tepat untuk peningkatan sumber daya manusia adalah pendidikan. Tidak dapat diragukan lagi, bahwa sejak anak manusia lahir ke dunia, telah dilakukan usaha-usaha pendidikan. Manusia telah berusaha mendidik anak-anaknya dengan cara yang sederhana. Demikian pula semenjak manusia saling bergaul, telah ada usaha-usaha dari orang-orang yang lebih mampu dalam hal tertentu untuk mempengaruhi orang-orang lain teman bergaul mereka, untuk kepentingan dan keperluan bersama.¹ Pendidikan dapat mengembangkan berbagai potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal, yaitu pengembangan potensi secara intelektual, emosional, sosial, dan pembelajaran yang memudahkan peserta didik dalam proses belajar dan pemberian materi untuk memberikan pengetahuan.

Sementara itu Yasin dalam Miftahur Rohman dan Hairudin berpendapat bahwa fungsi tujuan pendidikan mencakup tiga aspek yang

¹Suryabrata Sumadi, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta: PT. Grafind, 2004), h.1

semuanya masih bersifat normatif. Pertama memberikan arah bagi proses Pendidikan. Kedua memberikan motivasi dalam aktifitas Pendidikan, karena pada dasarnya tujuan yang ingin dicapai dan diinternalisasi pada anak didik, yang ketiga tujuan Pendidikan merupakan kriteria atau ukuran dalam evaluasi Pendidikan.²

Hal ini ditegaskan dalam Undang-Undang RI No. 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1 dinyatakan bahwa pendidikan adalah suatu usaha sadar dan terancam untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki sikap spiritual keagamaan, pengenalan diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara.³

Pendidikan akan membawa manusia untuk mengembangkan potensi dan ilmu yang dimiliki, dengan mengembangkan potensi dan ilmu maka manusia akan menaikkan derajat yang dimiliki. Ilmu yang diperoleh dengan pendidikan inilah manusia akan diangkat derajatnya diantara manusia lainnya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al-Mujadalah ayat 11:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ
وَإِذَا قِيلَ اُنشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ

بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya : "Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-

² Miftahur Rohoman dan Hairudin, " Konsep Tujuan Pendidikan Islam Perspektif Nilai-nilai Sosialkultural" (Online), Diakses tanggal 10 September 2018 Pukul 15.10

³ Undang-undang Sisdiknas No. 20 tahun 2003, (Jakarta: Sinar Grafika), h.3

orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan” (Al-Mujadalah ayat 11).⁴

Dari Ayat diatas dijelaskan bahwa yang membedakan manusia dengan makhluk Allah lainnya adalah keimanan dan ilmu pengetahuan yang dimiliki manusia. Allah menjanjikan manusia yang beriman dan memiliki ilmu pengetahuan akan ditinggikan dan diangkat derajatnya dibandingkan dengan makhluk Allah lainnya, dengan adanya ayat ini agar manusia memiliki keinginan dan motivasi dalam mencari ilmu

Menurut kodratnya manusia adalah makhluk sosial atau makhluk bermasyarakat, selain itu juga diberikan yang berupa akal pikiran yang berkembang serta dapat dikembangkan, dalam hubungannya dengan manusia selalu hidup bersama dengan manusia lainnya. Dorongan masyarakat yang dibina sejak lahir akan selalu menampilkan dirinya dalam berbagai bentuk, karena itu dengan sendirinya manusia akan selalu bermasyarakat dalam kehidupannya, karena adanya dorongan dan kebutuhan untuk berhubungan (Interaksi) dengan orang lain, manusia tidak akan bisa hidup sebagai manusia ketika hidup ditengah-tengah manusia lainnya.⁵ Sejak dilahirkan manusia membutuhkan orang lain, karena manusia adalah makhluk sosial didalam berinteraksi dengan sesamanya dimana didalam berinteraksi sosial ini membutuhkan keterampilan dalam berkomunikasi interpersonal. Manusia

⁴ Departemen Agama RI, AL-Quran dan terjemahannya (Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2010), h. 542

⁵ WA Gerungan,,*Psikologi Sosial*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2004) h.27

diciptakan dengan keanekaragaman yang mana harus saling berinteraksi dengan sesamanya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al-Hujurat ayat 13 :

يَتَّيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya : "Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal " (Al-Hujuraat ayat 13).⁶

Dari ayat diatas dijelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dengan keanekaragaman, untuk dapat saling mengenal dimana dengan mengenal ini dapat berhubungan satu dengan lainnya karena manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan sesamanya karena setiap individu memiliki karakteristik yang berbeda dimana perbedaan inilah yang menjadikan kita untuk untuk saling mengenal dan berhubungan.

Menurut Tohirin dalam Achmad Juntika Nurihsan Bimbingan Kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan kepada peserta didik melalui kegiatan kelompok. Dalam bimbingan kelompok merupakan sarana untuk menunjang perkembangan optimal masing-masing peserta didik, yang diharapkan dapat mengambil manfaat dari pengalaman pendidikan ini bagi

⁶ Departemen Agama RI, AL-Quran dan terjemahannya (Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2010), h. 515

dirinya sendiri.⁷ Menurut Prayitno Bimbingan Kelompok adalah suatu layanan bimbingan yang diberikan kepada peserta didik secara bersama-sama atau kelompok agar kelompok itu menjadi kuat dan besar.⁸ Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah salah satu teknik dalam bimbingan konseling untuk memberikan bantuan kepada peserta didik yang dilakukan oleh seorang pembimbing/konselor melalui kegiatan kelompok yang dapat berguna untuk mencegah berkembangnya masalah-masalah yang dihadapi anak dan mengembangkan potensi yang ada.

Sebagai makhluk sosial manusia melakukan pergaulan atau adanya interaksi sosial, dimana pergaulan ini merupakan salah satu bentuk peristiwa komunikasi diantara interpersonal. Istilah Komunikasi atau dalam bahasa Inggris *Communication* berasal dari kata latin *Communicatio*, dan bersumber dari kata *Communis* yang berarti sama, sama disini maksudnya adalah sama makna, adanya dua orang yang terlibat dalam komunikasi, misalnya dalam bentuk percakapan, maka komunikasi akan terjadi dan berlangsung selama ada kesamaan makna mengenai apa yang dipercakapan.⁹

⁷ Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi layanan bimbingan dan konseling*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2015), h. 17

⁸ Prayitno, *Layanan dan Bimbingan Konseling Kelompok*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h.61

⁹ Onong Uchjana Effendy, *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2003), h 9

Diperkuat dengan jurnal internasional *Gardner in Amarul Waqi Suhaimi Interpersonal Communication skills refer to the ability of an individual to communicate cooperatively in groups, either verbal or non-verbal and someone who has an effective interpersonal communication skills and sensitive to the feelings and emotions of others around him.*¹⁰

menurut Gardner dalam Amarul Waqi Suhaimi keterampilan komunikasi interpersonal mengacu pada kemampuan seseorang untuk berkomunikasi secara kooperatif dalam kelompok baik verbal maupun non verbal dan seseorang yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif dan peka terhadap perasaan dan emosi orang lain disekitarnya.¹¹

Menurut Sugiyo seseorang dapat dikatakan mempunyai komunikasi interpersonal yang baik jika memiliki ciri-ciri antara lain : (1) keterbukaan, (2) empati, (3) dukungan, (4) sikap positif, (5) kesamaan.¹²

Menurut Joseph A. Devito dalam Onong Uchjana Effendy Komunikasi Interpersonal adalah proses pengiriman pesan dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang, dengan

¹⁰ Amarul Waqi Suhaimi, Najib Ahmad Marzuki, Che Su Mustafa, *The Relationship between Emotional Intelligence and Interpersonal Communication Skills in Disaster Management Context: A Proposed Framework*, 2014, (on-line), diakses pada tanggal 13 maret 2018 pukul 15.45 WIB

¹¹ Amarul Waqi Suhaimi, Najib Ahmad Marzuki, Che Su Mustafa, *The Relationship between Emotional Intelligence and Interpersonal Communication Skills in Disaster Management Context: A Proposed Framework*, 2014, (on-line) , diakses pada tanggal 13 maret 2018 pukul 15.45 WIB

¹² Ardiatma Rio Respati, “ Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Pada Siswa Kelas XII Matematika dan Sains 2 di SMA Negeri 1 Muntilan ”, (On-Line), , diakses tanggal (05 Maret 2018) Pukul 19.12 WIB, h. 13

beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika.¹³ Komunikasi Interpersonal adalah komunikasi antara dua peserta didik atau lebih, untuk berbagi pendapat, bertukar pandangan dengan mengacu pada perubahan dan tindakan yang berlangsung terus menerus dengan harapan adanya kesamaan pemahaman diantara peserta didik tersebut terhadap pesan-pesan yang digunakan dalam proses komunikasi yang terjadi. Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan orang lain dalam kehidupannya artinya manusia memiliki kebutuhan dan kemampuan serta kebiasaan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan manusia yang lain dengan berkomunikasi yang baik dengan ucapan yang baik dalam interaksi sosial.

Dalam kehidupan sosial dengan adanya interaksi sosial maka peserta didik membutuhkan komunikasi interpersonal yang baik dengan peserta didik lainnya karena kebutuhan untuk berteman, karena membangun hubungan yang baik antar peserta didik mudah peserta didik harus dapat melakukan komunikasi yang baik antar peserta didik agar dapat diterima dengan baik oleh peserta didik lainnya, karena jika hubungan interaksi peserta didik kurang baik, ini karena kurangnya komunikasi interpersonal yang baik. Setiap individu peserta didik mempunyai cara berpikir yang berbeda ini dikarenakan setiap peserta didik memiliki karakteristik yang berbeda dalam menanggapi dan menyelesaikan masalah, serta mempunyai cara yang berbeda dalam

¹³ Onong Uchjana Effendy, Ibid, h 59

menanggapi suatu permasalahan, hal inilah yang mengakibatkan terjadinya permasalahan dalam komunikasi interpersonal peserta didik. Berdasarkan permasalahan diatas, dalam *behavioral*, Albert Bandura dalam Gantina berpendapat bahwa manusia dapat berpikir dan mengatur tingkah lakunya sendiri, manusia dan lingkungan saling mempengaruhi dan fungsi kepribadian melibatkan interaksi satu orang dengan orang lainnya.¹⁴ Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa dirinya sendirilah yang dapat mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi orang lain dengan adanya perubahan yang terjadi dilingkungan sekitarnya, serta dapat mengambil keputusan bagi dirinya sendiri dengan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri.

Dalam interaksi sosial terdapat bagaimana cara kita berinteraksi dengan menggunakan komunikasi interpersonal yang baik, Komunikasi interpersonal juga bisa terjadi kapan saja dan dimana saja begitu juga dalam ruang lingkup sekolah. Peserta didik yang memiliki kemampuan untuk berkomunikasi interpersonal sangatlah beragam antara peserta didik satu dengan peserta didik lainnya. Indikator siswa memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang tinggi dapat terlihat dari sikap yang senang akan kegiatan yang bersifat kelompok, tertarik berkomunikasi dengan orang lain, peka terhadap keadaan sekitar, senang melakukan kerja sama, dan sadar akan kodratnya sebagai makhluk sosial. Sehingga mereka akan mudah bergaul

¹⁴ Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, dan Karsih, *Teori dan Teknik konseling*, (Jakarta: PT. Indeks, 2011), h. 148

dan mengatasi segala masalah yang terkait dengan lingkungan sosialnya. Sebaliknya peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain.¹⁵ Dengan adanya Komunikasi Interpersonal yang baik maka peserta didik akan dapat berinteraksi dengan peserta didik lainnya dan dapat menyelesaikan permasalahan sosial nya dengan berkomunikasi.

Peserta didik diharapkan mempunyai kemampuan untuk dapat bersikap *assertive training* dimana *assertive training* adalah perasaan dan pikiran yang diungkapkan seseorang melalui ekspresi verbal yang jujur dan merupakan proses penegakan hak diri sendiri.¹⁶ Menurut Hartono dalam bukunya psikologi konseling menyatakan bahwa *assertive training* merupakan teknik yang sering kali digunakan untuk pengikut aliran *behavioristik* teknik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang percaya diri, pengungkapan diri, atau ketegasan diri.¹⁷

Assertive training merupakan penerapan tingkah laku untuk membantu peserta didik atau kelompok untuk mengembangkan hubungan langsung dalam situasi-situasi interpersonal.¹⁸ Dari beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa *assertive training* suatu keterampilan dan

¹⁵ Ardiatma Rio Respati, Op. Cit, h.1

¹⁶ Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intevensi Konseling*,(Jakarta :Akademia Permata, 2013), h. 141

¹⁷ Hartono Dkk, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2001), h. 129

¹⁸ Gerald Corey,*Teori dan Praktek Konseling & psikoterapi*, (Jakarta: Rinaka Cipta), h. 215

sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan peserta didik untuk menyampaikan pendapat, pikiran, perasaan, keinginan, dan kebutuhannya dengan percaya diri sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya.

Diperkuat dengan jurnal internasional *Alberti Emmons in Sibel Dincyurek the concept of assertiveness Earning individuals some skills like telling themselves as they are, conveying their positive and negative feelings, resisting to some wishes that seem wrong to them, and requesting things from others, in short, eliminating the behavior problems of people who have problems with communication and earning them proper behaviors are all related.*¹⁹

Alberti Emmons dalam Sibel Dincyurek Konsep ketegasan menghasilkan beberapa keterampilan kepada individu seperti memberi tahu diri mereka apa adanya, menyampaikan perasaan positif dan negative mereka, menolak beberapa harapan yang kelihatannya salah bagi mereka, dan meminta hal-hal dari orang lain, singkatnya menghilangkan masalah perilaku orang-

¹⁹ Siben Dincyurek, Mehmed Calgar, Fatos Silman, *Determination Of The Locus Control and Leve; Of Assertiveness Of the Students Studying In The TRNC In Terms Of Different Valiabel*, 2009,(on-line) diakses pada tanggal 13 Maret 2018 pada pukul 16.45 WIB

orang yang memiliki masalah dengan komunikasi dan mendapatkan mereka perilaku yang tepat yang terkait.²⁰

Untuk menumbuhkan sikap tegas dalam diri peserta didik metode konseling behavioral dengan teknik *assertive training* tepat untuk meningkatkan komunikasi interpersonalnya serta dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok karena didalam layanan bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok yang berhubungan dengan interksi sosial dalam hal komunikasi interpersonal. Teknik *assertive training* merupakan terapi perilaku yang dirancang untuk membantu orang berdiri sendiri dan memperkuat dirinya sendiri.²¹ Jadi teknik *assertive training* adalah suatu teknik yang digunakan untuk membantu peserta didik mengungkapkan apa yang diinginkan dan dibutuhkannya dengan menyatakan pendapatnya dan tetap menghargai orang lain, melalui pembinaan dengan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* ini diharapkan dapat merubah perilaku peserta didik dalam berkomunikasi antar peserta didik lainnya masih kurang dapat ditingkatkan lagi, karena komunikasi interpersonal merupakan hal penting untuk berinteraksi peserta didik satu dengan lainnya, karena suatu hubungan yang baik melalui komunikasi dan komunikasi yang baik ditandai dengan hubungan interpersonal yang baik

²⁰ Siben Dincyurek, Mehmed Calgar, Fatos Silman, *Determination Of The Locus Control and Leve; Of Assertiveness Of the Students Studying In The TRNC In Terms Of Different Valiabel*, 2009, (on-line), diakses pada tanggal 13 Maret 2018 pada pukul 16.45 WIB

²¹ Mochamad nursalim, Opcit, h. 143

dengan menggunakan kata-kata yang baik dan tetap menghargai pendapat peserta didik lainnya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Ali 'Imran ayat 159 :

فَبِمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَأَنْفَضُوا مِنْ حَوْلِكَ
فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ
مُحِبُّ الْمُتَوَكِّلِينَ

Artinya : “ Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu Berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu.karena itu ma'afkanlah mereka, mohonkanlah ampun bagi mereka, dan bermusyawaratlah dengan mereka dalam urusan itu. Kemudian apabila kamu telah membulatkan tekad, Maka bertawakkal kepada Allah. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertawakkal kepada-Nya” (Ali ' Imran ayat 159).²²

Berdasarkan hasil penelitian pada tanggal 17 Juli 2018 dengan observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta penyebaran angket terhadap peserta didik di MAN 1 Bandar Lampung, diperoleh data peserta didik yang mengalami permasalahan komunikasi interpersonal, seperti hal yang berkaitan dengan keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif dan kesamaan antar peserta didik.²³ Hal tersebut diperkuat dengan dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ibu Rr Eka Kawuri, S.Psi, guru bimbingan dan konseling di MAN 1 Bandar

²² Departemen Agama RI, AL-Quran dan terjemahannya (Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2010), h. 50

²³ Penulis , Hasil Observasi

Lampung. Adapun hasil wawancara tersebut ibu Rr Eka Kawuri, S.Psi, guru bimbingan dan konseling di MAN 1 Bandar Lampung dan peserta didik.

Adapun hasil wawancara menyatakan terdapat peserta didik yang memiliki masalah komunikasi interpersonal terutama pada kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) dan masih kurangnya penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal rendah pada peserta didik di MAN 1 Bandar Lampung.²⁴

Dan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan peserta didik mengatakan bahwa jika mereka mempunyai permasalahan maka mereka ragu untuk menceritakan permasalahannya kepada peserta didik lainnya karena kurangnya rasa percaya diantara peserta didik, dan peserta didik kurang memahami komunikasi yang dilakukan karena peserta didik kurang memberikan perhatian saat peserta didik lainnya sedang memberikan pendapat atau pembicaraan dalam komunikasi.²⁵

Dibawah ini adalah data peserta didik yang mengalami masalah Berdasarkan observasi, wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta penyebaran angket di Kelas XI Ilmu Bahasa-bahasa (IIB) di MAN 1 Bandar Lampung, diperoleh data sebagai berikut :

²⁴ Peneliti, Hasil Wawancara dengan Guru BK (Eka Kawuri), Tanggal 20 february 2018

²⁵ Peneliti, Hasil Wawancara, Sabtu 17 Juli 2018

Tabel 1
**Data Permasalahan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-
 ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung**

No	Indikator	Permasalahan	Jumlah Peserta Didik
1.	Keterbukaan	Kurang membuka diri kepada lawan bicara	3
		Kurang merespon lawan bicara	3
2.	Empati	Kurang menunjukkan perhatian kepada lawan bicara	2
		Kurang memahami apa yang dirasakan lawan bicara	2
3.	Dukungan	menghakimi perkataan yang disampaikan oleh lawan bicara	2
		memiliki motif tertentu	2
4.	Sikap positif	Kurang memberikan penilaian positif kepada lawan bicara	2
		Kurang menganggap diri sebagai orang yang penting dan bernilai bagi lawan bicara	2
5.	Kesamaan	Kurang menempatkan diri setara dengan orang lain	2
Jumlah			20

Sumber : Observasi Peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.²⁶

Dari hasil observasi terdapat 20 peserta didik yang mempunyai masalah dalam komunikasi interpersonal, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dan memberikan bimbingan dan konseling dengan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*

²⁶ Penulis, *observasi*

kepada peserta didik karena dengan memberikan layanan ini bertujuan mengajarkan peserta didik dalam berkomunikasi yang baik dengan peserta didik lainnya, mengungkapkan apa yang mereka alami dan rasakan sesuai dengan keinginannya dengan percaya diri tetapi tetap menghargai orang lain dimana setelah pelaksanaan dengan teknik *assertive training* ini dapat merubah perilaku yang kurang baik dengan perilaku yang baru yang lebih baik dalam hal ini meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik.

Dengan karakteristik peserta didik yang berbeda-beda sehingga pandangan dan persepsi pun akan berbeda mengenai suatu permasalahan sehingga munculnya masalah dalam komunikasi interpersonal itu dalam hal seperti pengungkapan diri dan ketegasan diri. *Assertive Training* mengajarkan bagaimana berperilaku *assertive* adalah perilaku menegaskan diri (*self-affirmative*) yang positif yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain, serta perilaku yang memperkembangkan persamaan hak dalam hubungan manusia, memungkinkan kita untuk bertindak sesuai dengan kepentingan sendiri, untuk bertindak tanpa rasa cemas, untuk mengekspresikan perasaan dengan senang dan jujur, untuk menggunakan hak pribadi tanpa mengabaikan hak atau kepentingan orang lain.²⁷

²⁷ Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta Barat: Akademia Permata, 2013), h. 138

Dalam hal ini penulis melakukan beberapa pendekatan, dari masalah diatas peneliti menangani masalah pada peserta didik dengan teknik *assertive training* adalah teknik yang sesuai untuk dalam pemberian bantuan yang berkaitan tentang bagaimana meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik pengungkapan diri dan ketegasan diri. Lebih lanjut lagi peneliti menyatakan bahwa penggunaan teknik *assertive training* dengan layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik, dimana dalam layanan bimbingan kelompok terdapat dinamika kelompok .

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengukur keefektifan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal dalam judul skripsi “ Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pada Peserta Didik Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, adapun identifikasi masalah yang ada di MAN 1 Bandar Lampung yaitu :

1. Terindikasi masih kurangnya penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* di MAN 1 Bandar Lampung,
2. Terlihat masalah komunikasi interpersonal antar peserta didik di MAN 1 Bandar Lampung,

3. Diduga 20 orang peserta didik di kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 yang memiliki masalah komunikasi interpersonal dari 48 peserta didik.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang ada, maka untuk lebih efektif dalam penelitian ini mengingat luasnya pembahasan masalah peneliti hanya terfokus pada Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 .

D. Rumusan Masalah

Dalam suatu penelitian perumusan masalah adalah langkah yang sangat penting. Dengan perumusan masalah diharapkan dapat mengarahkan peneliti untuk mengumpulkan data dan memilih metodologi yang tepat untuk penelitian. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Efektif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 ”?

E. Tujuan Penelitian

Pada dasarnya setiap tindakan baik itu berskala besar maupun kecil akan berhasil apabila disertai tujuan yang jelas dan telah direncanakan

sebelumnya, dengan demikian tujuan yang tepat sasaran yang akurat pasti akan menghasilkan suatu maksimal

1. Tujuan Umum

Tujuan umum yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui komunikasi interpersonal peserta didik sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019.

F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat sebagai berikut:

- a. Bagi guru bimbingan konseling hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam upaya meningkatkan kemampuan sikap empati peserta didik
- b. Bagi sekolah hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pelaksanaan program bimbingan dan konseling

disekolah terutama dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik

- c. Bagi peneliti diharapkan dapat dijadikan sebagai sumbangan fikiran bagi peningkatan kualitas atau kompetensi pribadi guru bimbingan konseling untuk melaksanakan tugas dan tanggung jawab dengan baik



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Layanan Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan Kelompok adalah adalah suatu layanan dalam bimbingan konseling yang dalam memberikan layanan bimbingan konseling dalam suasana kelompok dimana didalam layanan bimbingan kelompok ini memanfaatkan adanya dinamika kelompok. Menurut Gazda dalam Prayitno Bimbingan Kelompok disekolah adalah suatu kegiatan informasi pada kelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazda menyebutkan bahwa untuk memberikan informasi yang bersifat personal, Vocasional, dan sosial.¹

Layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk mencegah berkembangnya masalah atau kesulitan pada diri konseli (Peserta didik).²Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau

¹ Prayitno, Erman Amti, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 309-310

² Achmad Juntika, Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2005), h. 17

aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan masalah sosial.³

Dapat diambil kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang diberikan untuk memberikan informasi tertentu bagi keperluan anggota kelompok untuk mencegah timbulnya permasalahan dan mengembangkan potensi yang ada pada peserta didik dengan memanfaatkan adanya dinamika kelompok dengan tujuan yang sama untuk mencapai tujuan ini secara bersama-sama

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Agar suatu layanan yang diberikan dapat terlaksana dengan baik maka diperlukannya adanya tujuan yang ingin dicapai, dalam bimbingan kelompok. Menurut Helena dalam Dewa Ketut Sukardi tujuan dari layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas dalam kelompok dengan dinamika kelompok dengan demikian dapat menumbuhkan hubungan yang baik antar anggota kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai informasi dan kondisi lingkungan, dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang diinginkan sebagaimana yang ada didalam kelompok.⁴

³ Achmad Juntika, Nurihsan, *Ibid*, h. 23

⁴ Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta : PT. Rajagrafindo Persada, 2000),

Menurut Banner dalam A. Hallen tujuan layanan bimbingan kelompok adalah memberikan kesempatan-kesempatan pada peserta didik belajar dari hal-hal yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial, memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok, dan bimbingan secara kelompok lebih ekonomis serta pelaksanaan bimbingan kelompok lebih efektif.⁵

3. Manfaat Layanan Bimbingan Kelompok

Dengan melalui layanan bimbingan kelompok para peserta didik akan memperoleh manfaat yaitu :

- (1) diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi disekitarnya. Pendapat yang berbeda dari beberapa peserta didik dismilah yang dikatakan adanya dinamika kelompok; (2) memiliki pemahaman yang objektif; (3) menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan mereka yang positif; (4) menyusun program-program kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan penerimaan terhadap yang baik (5) melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk menumbuhkan hasil sebagaimana hasil memprogramkan semula.⁶

⁵ A. Hallen, *Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*, (Jakarta : Quantum Teaching, 2005), h.

⁶ Dewa Ketut Sukardi , *Op. Cit*, h. 67

4. Unsur-Unsur Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan menekankan unsur-unsur terpenting dari bimbingan kelompok diantaranya adalah dinamika kelompok, anggota kelompok, dan pemimpin kelompok dalam bimbingan kelompok yang harus ada agar tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok.

a. Dinamika Kelompok

Shertzer dan Stone dalam Tatiek mengemukakan definisi bimbingan kelompok yaitu kuatnya interaksi antar anggota kelompok yang terjadi untuk mencapai tujuannya. Dikemukakan pula bahwa produktivitas kelompok akan tercapai apabila ada interaksi yang harmonis antar anggotanya.⁷ Adapun aspek-aspek dinamika kelompok menurut Hartinah diantaranya adalah sebagai berikut :

1. Komunikasi dalam kelompok

Dalam komunikasi akan terjadi perpindahan ide atau gagasan yang diubah menjadi simbol oleh komunikator kepada komunikan melalui media

2. Kekuatan didalam kelompok

Dalam interaksi antar anggota kelompok terdapat kekuatan atau pengaruh yang dapat membentuk kekompakan dalam kelompok

⁷ Tatiek, Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang, Universitas Negeri Malang, 2001), h. 32

3. Kohesi kelompok

Merupakan sejumlah faktor yang mempengaruhi anggota kelompok untuk tetap menjadi anggota kelompok tersebut.⁸

b. Peranan Anggota Kelompok dan Pemimpin Kelompok

1. Peranan Anggota Kelompok

Anggota Kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam layanan bimbingan kelompok. Tanpa adanya anggota kelompok tidaklah mungkin ada kelompok dan sebagian besar kegiatan bimbingan kelompok didasarkan atas peranan dari anggota kelompok, peranan yang hendaknya dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok itu benar-benar seperti yang diharapkan ialah : (1) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok, (2) mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok, (3) berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama, (4) membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi dengan baik, (5) benar-benar berusaha untuk secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok, (6), mampu berkomunikasi secara terbuka, (7) berusaha membantu orang lain, (8) memberi kesempatan kepada

⁸ Siti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT. Refika Aditam, 2009), h. 64

anggota lain untuk menjalankan perannya, (9) menyadari pentingnya kegiatan kelompok itu.⁹

2. Peranan pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan akan berjalan dengan baik atau tidak pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, pemimpin kelompok memiliki peranan dalam kelompok diantaranya adalah : (1) pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan ini meliputi, baik hal-hal yang bersifat isi dari yang dibicarakan maupun yang mengenai proses kegiatan itu sendiri, (2) pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan suasana perasaan yang dialami itu, (3) jika kelompok itu tampaknya kurang menjurus kearah yang dimaksudkan maka pemimpin kelompok perlu memberikan arah yang dimaksudkan itu, (4) pemimpin kelompok yang perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok, (5) lebih jauh lagi, pemimpin kelompok juga diharapkan

⁹ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*, (Padang: Ghalia Indonesia, 1995), h. 32

mampu mengatur “lalu lintas” kegiatan kelompok, pemegang aturan permainan (menjadi wasit), pendamai dan pendorong kerja sama serta suasana kebersamaan. Disamping itu pemimpin kelompok, diharapkan bertindak sebagai penjaga agar apapun yang terjadi didalam kelompok itu tidak merusak atau menyakiti satu orang atau lebih anggota kelompok lainnya, (6) sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul didalamnya, juga menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.¹⁰

Dari unsur-unsur tersebut dapat disimpulkan adanya tiga unsur terpenting dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok yaitu *pertama*, dinamika kelompok yang berfungsi sebagai ruh dalam sebuah kelompok, *kedua*, anggota kelompok adalah unsur terpenting dalam sebuah layanan bimbingan kelompok, dan yang terakhir pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan jalannya sebuah layanan bimbingan kelompok.

5. Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil yang beranggotakan 2-6 orang, kelompok sedang yang beranggotakan 7-12 orang, dan anggota besar yang beranggotakan 12-30 orang ataupun kelas yang beranggotakan 20-40 orang.¹¹

¹⁰ Prayitno, *Ibid*, h. 35-36

¹¹ Dewa Ketut Sukardi, *Manajemen Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2000),

6. Proses Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Hartinah dalam A. Hallen didalam kegiatan layanan bimbingan kelompok terdapat empat tahapan diantaranya:

a. Tahap Pembentukan

Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri, penjelasan pengertian dan tujuan yang ingin dicapai dalam kelompok oleh pemimpin kelompok.

b. Tahap Peralihan

Pada tahap peralihan pemimpin kelompok harus berperan aktif membawa suasana, keseriusan, dan keyakinan anggota kelompok dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok.

c. Tahap Inti

Tahap ini merupakan tahap pembahasan masalah-masalah yang akan dibahas dalam bimbingan kelompok

d. Tahap Pengakhiran

Dalam tahap pengakhiran merupakan akhir dari seluruh kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini anggota kelompok mengungkapkan kesan dan pesan serta evaluasi akhir terhadap kegiatan kelompok.¹² Dengan adanya tahapan yang harus dilakukan secara berurutan dalam bimbingan

¹² A, Hallen, *Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005), h. 132

kelompok maka tujuan yang ingin dicapai akan dapat terlaksana karena ada tahap demi tahap yang terarah.

7. Isi Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam bimbingan kelompok terdapat isi atau pokok bahasan yang dibahas dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yang menjadi pokok bahasan utama didalam kelompok. Layanan bimbingan kelompok materi atau topik-topik umum baik topik tugas maupun topik bebas. Yang dimaksud topik tugas adalah topik atau pokok bahasan yang diberikan oleh pembimbing (Pemimpin Kelompok) kepada kelompok untuk dibahas. Sedangkan topik bebas adalah suatu topik atau pokok bahasan yang dikemukakan secara bebas oleh anggota kelompok secara bergiliran anggota kelompok mengemukakan topik secara bebas, selanjutnya dipilih yang mana yang akan dibahas terlebih dahulu dan seterusnya.¹³

8. Teknik-teknik Layanan Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat cara atau teknik yang dapat kita gunakan. Ada beberapa teknik yang dapat diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok, yaitu :

a. Teknik umum

Teknik umum dilakukan dalam pengembangan dinamika kelompok, secara garis besar, teknik-teknik ini meliputi : (a) komunikasi multi arah

¹³ Tohirin, *Bimbingan dan Konseling disekolah dan Madrasah Edisi Revisi*, (Jakarta: PT. Raja Geafindo Persada, 2013), h. 166

secara efektif, dinamis, dan terbuka, (b) pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis dan pengembangan argumentasi, (c) dorongan minimal untuk menetapkan respon dan aktivitas anggota kelompok, (d) penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih menetapkan analisis, argumentasi, dan pembahasan, (e) pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikehendaki.

b. Permainan kelompok

Teknik permainan kelompok. Permainan dapat dijadikan sebagai salah satu teknik dalam layanan bimbingan kelompok baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang memuat materi pembinaan, atau materi layanan tertentu. Permainan kelompok yang efektif dapat dijadikan sebagai teknik dalam layanan bimbingan kelompok harus memenuhi ciri-ciri sebagai berikut (a) sederhana, (b) menggembarakan, (c) menimbulkan suasana rilek dan tidak melelahkan, (d) meningkatkan keakraban, dan (e) diikuti oleh semua anggota kelompok.¹⁴

B. Assertive Training

1. Pengertian *Assertive Training*

Assertive training merupakan bagian dari Behavioral, dimana teknik ini digunakan untuk mengembangkan perilaku *assertive* dan mengubah tingkah laku yang baru yang lebih baik. Menurut Hartono dalam bukunya psikologi konseling menyatakan bahwa *assertive training* merupakan teknik yang sering

¹⁴ Tohirin, *Ibid*, h. 166-167

kali digunakan untuk pengikut aliran *behavioristik* teknik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang percaya diri, pengungkapan diri, atau ketegasan diri.¹⁵

Menurut Alberty dan Emmons dalam Laila Maharani dan Tika Ningsih perilaku *assertive* merupakan menegaskan diri yang positif yang megusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain.¹⁶ Menurut Redd dkk dalam Mochammad Nursalim *Assertive Training* merupakan suatu teknik khusus terapi pendekatan perilaku, sedangkan menurut Zastrow *Assertive Training* dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, melakukan, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas.¹⁷

Dari beberapa pendapat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa *assertive training* adalah teknik bagian dari aliran *behavioristik* dimana teknik ini digunakan untuk mengatasi masalah yang berhubungan dengan pengungkapan diri, ketegasan diri, maksudnya adalah bagaimana peserta didik dapat memiliki ketegasan diri bagaimana mengungkapkan apa yang dirasakan dalam dirinya, karena manusia memiliki hak untuk dapat berpendapat atau

¹⁵ Hartono Dkk, *Psikologi Konseling*, (Jakarta: Kencana, 2001), h. 129

¹⁶ Laila Maharani dan Tika Ningsih, “Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assrtive Training Dalam Menangani Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik”, (On-line), diakses pada tanggal 10 september 2018, pukul 15.40 WIB

¹⁷ Mochammad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta Barat: Akademia Permata, 2013), h. 141

berasumsi secara bebas dengan percaya diri dalam situasi interpersonal sehingga peserta didik dapat mengungkapkan pendapatnya, bebas dalam arti tetap menghargai orang lain dan tidak merugikan orang-orang maupun lingkungan disekitarnya.

2. Perilaku *Assertive*

Manusia adalah makhluk sosial yang dalam kehidupan sosialnya saling berinteraksi dengan orang lain serta saling berhubungan, perilaku *assertive training* merupakan suatu bentuk hubungan atau interaksi peserta didik dengan peserta didik lainnya. Dalam perilaku *assertive* individu dapat meningkatkan hubungan sosialnya dengan orang lain, dengan cara berkomunikasi, dengan adanya komunikasi maka peserta didik dapat mengekspresikan perasaan dengan senang dan tanpa adanya rasa cemas secara berlebihan tetapi tetap menghormati orang lain serta peraturan dan norma yang berlaku disekitarnya.

Menurut Alberti dan Emmons dalam Mochammad Nursalim Perilaku *Assertive* adalah perilaku menegaskan diri (*self-affirmative*) yang positif yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain, serta perilaku yang memperkembangkan persamaan hak dalam hubungan manusia, memungkinkan kita untuk bertindak sesuai dengan kepentingan sendiri, untuk bertindak tanpa rasa cemas, untuk mengekspresikan perasaan dengan senang dan jujur, untuk

menggunakan hak pribadi tanpa mengabaikan hak atau kepentingan orang lain.¹⁸

3. Tujuan *Assertive Training*

Didalam suatu teknik pelaksanaan yang akan dilakukan kita akan memiliki tujuan apa yang ingin kita dapatkan setelah teknik ini dilakukan adanya perubahan yang lebih baik. Teknik ini merupakan sarana yang dipakai untuk memperbaiki dan meningkatkan hubungan interpersonal dengan orang lain. Menurut Rees dalam Mujiyati *assertive training* menunjukkan cara berkomunikasi yang diinginkan, mengubah pola pikiran yang negatif, menghargai pendapat diri sendiri, menyampaikan penolakan dan kritik serta cara membangun harga diri dan kepercayaan diri.¹⁹

Dari beberapa pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan dari teknik *assertive training* adalah mengajarkan peserta didik dalam berkomunikasi yang baik dengan peserta didik lainnya, mengungkapkan apa yang mereka alami dan rasakan sesuai dengan keinginannya dengan rasa percaya diri tetapi tetap menghargai orang lain.

4. Kegunaan Teknik *Assertive Training*

Willis dalam Any Prastiwi menjelaskan bahwa *assertive training* merupakan teknik dalam konseling *behavioral* yang menitik beratkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam

¹⁸ Mochammad Nursalim, *Ibid*, h. 138

¹⁹ Mujiyati, “Peningkatan *Self Esteem* Peserta didik Korban *Bullying* Melalui Teknik *Assertive Training*”(OnLine), h. 5-6, diakses tanggal (04 Agustus 2018) Pukul 11.40 WIB

menyatakannya. *Assertive training* adalah suatu teknik untuk membantu konseli dalam hal-hal berikut :

- a. Tidak dapat menyatakan kemarahan atau kejengkelannya;
- b. Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan padanya;
- c. Mereka yang mengalami kesulitan berkata “ tidak ”;
- d. Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya;
- e. Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.²⁰

Dari beberapa urain diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik *assertive training* untuk peserta didik yang mengalami kesulitan dalam mengungkapkan perasaan sesuai dengan keinginannya sendiri dengan percaya diri, sehingga mengalami masalah dalam komunikasi interpersonal dengan orang lain

5. Prinsip *Assertive Training*

Didalam pelaksanaan teknik *assertive training* terdapat hal-hal yang harus diperhatikan diantaranya yaitu prinsip-prinsip yang ada didalamnya, agar dalam pelaksanaan teknik *assertive training* berjalan dengan baik dan efektif. Prinsip yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan teknik *assertive training* yaitu keterampilan yang dilatih dan teknik yang digunakan.

²⁰ Any Prastiwi, “ Penerapan Strategi *Assertive Training* Untuk Mereduksi Perilaku Konformitas Pada Teman Sebaya Kelas XII IPS 4 Sman 3 Lamongan ” (On-Line), h. 401, Diakses Tanggal (04 Maret 2018) Pukul 11.44 WIB

a. Keterampilan yang dilatih yaitu :

1. Melatih individu memahami perilaku *asertive*,
2. Membantu mengidentifikasi hak personal dan orang lain,
3. Meningkatkan perilaku *assertive* melalui praktek langsung,
4. Melatih kemampuan berkomunikasi secara langsung pada orang lain,
5. Mengespresikan sesuatu dengan baik,
6. Mengekspresikan perasaan dan pikiran,
7. Mengekspresikan kemarahan,
8. Mengatakan tidak untuk permintaan yang tidak sesuai , dan
9. Menyampaikan kebutuhan dan keinginan;

b. Teknik Komunikasi yaitu :

1. Menggunakan bahasa tubuh yang *assertive* yaitu kontak mata yang tepat, ekspresi wajah yang sesuai dengan pembicaraan, volume bicara sesuai, postur tubuh tegak dan relaks;
2. Menggunakan pernyataan “saya” pernyataan ini berfokus pada problem bukan menyalahkan orang lain seperti “saya” saya menyukai untuk menyampaikan cerita saya tanpa interupsi ”;
3. Penggunaan fakta bukan kesimpulan sepihak;
4. Mengekspresikan, pikiran, perasaan, dan opini yang kita miliki;
5. Membuat penjelasan;
6. Berkata langsung dan meminta.²¹

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa prinsip *assertive training* terdapat dua hal yang harus diperhatikan yaitu

²¹ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & psikoterapi*, (Jakarta: Rinaka Cipta), h. 220

keterampilan dan teknik yang digunakan, dimana pada prinsip keterampilan diharapkan mampu membantu peserta didik dalam hal mengekspresikan, dan menyampaikan apa yang dirasakan dan diinginkan. Sedangkan prinsip teknik yang digunakan dimana peserta didik mampu menggunakan pernyataan yang baik serta mampu menjelaskan keadaan yang sebenarnya, dengan hal ini diharapkan peserta didik mampu meningkatkan perilaku *assertive*

6. Manfaat dan Aspek-aspek *Assertive Training*

Dalam pelaksanaan teknik *assertive training* menurut Alberti dan dan Emmons dalam Mitra Oktafisa Al'ain memiliki manfaat dan aspek-aspek dalam *assertive training*.

a. Manfaat *Assertive Training* yaitu :

1. Individu dapat mempertahankan haknya tanpa menyakiti orang lain,
2. Dapat mendapatkan kebutuhannya dengan cara yang memuaskan dan melegakan hati semua orang, sehingga dengan demikian individu memperoleh kehormatan diri,
3. Sudut pandang psikologi *humanistik* dan *eksistensial* menyatakan individu yang *assertive* akan mendapatkan keuntungan psikologis, diantaranya individu akan memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap masalah, karena dalam menyesuaikan diri, individu yang *assertive* akan memilih dan bertindak dengan tepat. Mereka bebas memilih dan bertindak sesuai dengan pilihannya. Hal ini akan

membuat individu mendapatkan kebebasan serta tanggung jawabnya dengan cara yang terhormat,

4. Individu yang mampu *assertive* dapat membangun hubungan interpersonal yang baik.

b. Aspek –aspek *Assertive Training* yaitu :

1. Bertindak sesuai dengan keinginan sendiri

Meliputi kemampuan untuk membuat keputusan, mengambil inisiatif, percaya kepada apa yang dikemukakan sendiri, dapat menentukan serta tujuan dan berusaha mencapainya dan mampu berpartisipasi dalam pergaulan.

2. Mampu mengespresikan perasaan jujur dan nyaman

Meliputi kemampuan untuk menyatakan rasa tidak setuju, rasa marah, menunjukkan afeksi dan persahabatan terhadap orang lain serta mengakui perasaan takut atau cemas, mengespresikan persetujuan, menunjukkan dukungan, dan bersikap spontan.

3. Mampu mempertahankan diri

Meliputi kemampuan untuk berkata “tidak” apabila diperlukan, mampu menanggapi, kritik, celaan, dan kemarahan dari orang lain secara terbuka serta mampu mengekspresikan dan mempertahankan pendapat.

4. Mampu menyatakan pendapat

Meliputi kemampuan menyatakan pendapat atau gagasan, mengadakan suatu perubahan, dan menanggapi pelanggaran terhadap dirinya dan orang lain.

5. Tidak mengabaikan hak-hak orang lain

Meliputi kemampuan untuk menyatakan kritik secara adil tanpa mengancam, memanipulasi, mengintimidasi, mengendalikan, dan melukai orang lain.²²

Diharapkan dengan melakukan teknik *assertive training* adanya perubahan tingkah laku yang diinginkan karena *assertive training* memiliki manfaat yang dapat dirasakan yang dapat membawa kearah positif serta mengubah pola perilaku yang kurang baik dengan perilaku baru yang lebih baik, dengan diberikan nya *assertive training* ini peserta didik akan mampu berperilaku sesuai dengan apa yang ingin dicapai atau diubah.

7. Prosedur *Assertive Training*

Menurut Alberti dalam Singgih D. Gunarsa latihan *assertive training* atau terapi perilaku *assertive ,assertive behavior therapy* adalah prosedur latihan yang diberikan kepada konseli untuk melatih perilaku penyesuaian sosial, harapan, pendapat, dan haknya. Prosedurnya adalah :

1. Latihan keterampilan, dimana perilaku verbal maupun nonverbal diajarkan, dilatih dan diintegrasikan kedalam rangkaian perilakunya.

²² Mitra Oktafisa Al'ain, Ollevia Prabandini Mulyana, “ *Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA (Himpunan Mahapeserta didik) Prodi Psikologi FIP Unesa*”,(OnLine), , diakses pada tanggal (04 maret 2018) Pukul 11. 43 WIB

Teknik untuk melakukan hal ini adalah : peniruan dengan contoh (*Modeling*), umpan balik secara sistematis, tugas pekerjaan rumah, latihan-latihan khusus antara lain melalui permainan.

2. Mengurangi kecemasan, yang diperoleh secara langsung, misalnya pengebalan atau tidak langsung, sebagai hasil tambahan dari latihan keterampilan. Teknik untuk melakukan ini antara lain dengan pendekatan tradisional untuk pengebalan, baik melalui imajinasi maupun keadaan aktual
3. Menstruktur kembali aspek kognitif, dimana nilai-nilai, kepercayaan, sikap yang membatasi ekspresi diri pada konseli diubah oleh pemahaman dan hal-hal yang dicapai dari perilakunya. Teknik untuk melakukan hal ini melalui penyajian tentang hak-hak manusia, kondisi sosial , nilai-nilai dan pengambilan keputusan. Sebagaimana diketahui bahwa hambatan untuk mengekspresikan diri pada seseorang, yaitu masyarakat, kebudayaan, umur, jenis kelamin, status sosial-ekonomi, keluarga perlu diperhatikan karena kaitannya dengan hak-hak pribadi seseorang. Latihan *assertive* adalah latihan berperilaku , melakukan, melatih sesuatu tindakan untuk menghadapi situasi sosial karena hal inilah latihan ini dapat dilakukan untuk kelompok.²³

²³ Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: PT. BPK. Gunung Mulia, 2007), h. 215-217

Oripow dalam *A survey of counseling methode* dalam Mochammad Nursalim tahapan dalam latihan *assertive training* adalah sebagai berikut:

1. Menentukan kesulitan konseli dalam bersikap *assertive* dengan penggalian data peserta didik, konselor mengerti dimana ketidak sesuaian pada konselinya. Seperti : konseli tidak bisa menolak ajakan temannya untuk pergi ke Surabaya dan pada saat itu seharusnya dia pergi ke Malang, karena rasa tidak berani untuk menolak dan khawatir temannya akan marah jika menolak ajakan tersebut;
2. Mengidentifikasi perilaku yang diinginkan oleh konseli dan harapan-harapannya. Diungkapkan perilaku/sikap sesuai dengan permasalahan yang terjadi;
3. Menentukan perilaku akhir yang diperlukan dan tidak diperlukan. Konselor dapat menentukan perilaku yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan untuk menyelesaikan permasalahannya;
4. Membantu konseli membedakan perilaku yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, kemudian konselor menjelaskan pada konseli apa yang harus dilakukan dan dihindari untuk menyelesaikan permasalahannya;
5. Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap-sikap dan kesalahpahaman yang ada dipikiran konseli. Konselor dapat mengungkapkan ide-ide konseli yang tidak rasional yang menjadi penyebab timbulnya permasalahan;

6. Menentukan respon-respon *assertive*/sikap yang diperlukan untuk menyelesaikan permasalahannya (melalui contoh-contoh) dengan teknik *Modeling*;
7. Mengadakan pelatihan perilaku *assertive* dan mengulang-ulangnya atau mempraktekan apa yang telah dicontohkan sebelumnya;
8. Memberikan tugas kepada konseli secara bertahap untuk berlatih dirumah ataupun dilingkungannya;
9. Memberikan penguatan terhadap tingkah laku yang diinginkan. Penguatan dibutuhkan untuk menyakinkan konseli harus dapat bersikap tegas terhadap permintaan orang lain kepadanya. Konseli dapat menerapkan kedalam kehidupan nyata.²⁴

Bagaimana pelatihan *assertive training* dapat dilakukan, tidak ada prosedur standar bagaimana dinyatakan oleh Reed, Porterfield dan Anderson dalam Mitra Oktafisa Al'ain kontras dengan teknik-teknik modifikasi perilaku lain *desentisisasi sistematis*, tidak ada prosedur tunggal yang dapat diidentifikasi sebagai pelatihan *assertive training*. Tetapi menurut mereka, prosedur pelatihan *assertive training* dapat meliputi tiga bagian utama yaitu pembahasan materi (*didactic discussion*), latihan atau bermain peran (*behavior rehearsal/role playing*), dan praktek nyata (*invivo practice*). Menurut Sunardi dalam Mitra Oktafisa Al'ain prosedur umum pelatihan

²⁴ Mochamad Nursalim, *Op.Cit*, h. 146

assertive training dapat dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Identifikasi masalah,
2. Pilih salah satu situasi yang akan diatasi,
3. Analisis situasi,
4. Menetapkan alternatif penyelesaian masalah,
5. Mencoba alternatif yang dipilih,
6. Melatihkan.²⁵

C. Komunikasi Interpersonal

Manusia adalah makhluk sosial yang memerlukan orang lain dan tidak bisa tanpa adanya interaksi sosial dalam kehidupannya, manusia memiliki keinginan untuk berinteraksi dengan orang lain. Dalam berinteraksi memerlukan adanya komunikasi dengan adanya komunikasi maka interaksi sosial seseorang akan berjalan dengan baik karena komunikasi merupakan sebagai cara manusia agar diterima dengan manusia lain dan lingkungannya agar kebutuhannya dapat terpenuhi seperti kebutuhan akan rasa dihargai dan diterima baik dalam ruang lingkup pertemanan dan lingkungan sekitarnya. Menurut Moor dalam Syaifuk Rohim Komunikasi adalah penyampaian pengertian antar individu dikatakannya semua manusia dilandasi kapasitas untuk menyampaikan maksud, hasrat, perasaan, pengetahuan, pengalaman,

²⁵ Mitra Oktafisa Al'ain, Ollevia Prabandini Mulyana, *Op. Cit*

dari orang yang satu kepada orang lain. Pada dasarnya komunikasi adalah pusat minat dan situasi perilaku dimana suatu sumber menyampaikan pesan kepada seseorang penerima dengan berupaya mempengaruhi perilaku penerima tersebut.²⁶ Sedangkan Seiler dalam Arni Muhammad memberikan definisi secara *universal* komunikasi adalah proses dengan mana simbol verbal dan nonverbal dikirimkan, diterima, dan diberi arti.²⁷

Dari beberapa pendapat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa komunikasi adalah proses penyampaian pesan baik verbal maupun non verbal kepada orang lain dengan tujuan mempengaruhi perilaku penerima pesan tersebut.

1. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Menurut Joseph A. Devito dalam Onong Uchjana Effendy Komunikasi Interpersonal adalah proses pengiriman pesan dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika.²⁸ Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi diantara seseorang dengan paling kurang seseorang lainnya atau biasanya diantara dua orang yang dapat langsung diketahui balikkannya. Dengan bertambahnya orang yang terlibat dalam komunikasi, menjadi bertambah persepsi orang dalam kejadian

²⁶ Syaifuk Rohim, *Teori Komuniasi Pespektif Ragam dan Aplikasi Edisi Revisi*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2016), h. 9

²⁷ Arni Muhammad, *Komunikasi Organisasi*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2014), h. 4

²⁸ Onong Uchjana Effendy, *Ilmu Komunikasi dan praktek*, (Bandung: PT. Citra Aditya Bakti, 1993), h. 59

komunikasi sehingga bertambah komplekslah komunikasi tersebut. Komunikasi interpersonal adalah membentuk hubungan dengan orang lain.²⁹ Menurut Harold Lasswell dalam Onong Uchjana Effendy, M.A Dalam buku Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek dalam paradigmanya menunjukkan bahwa komunikasi meliputi lima unsur yakni :

1. Komunikator (*Communicator, Source, Sender*)
2. Pesan (*Message*)
3. Media (*Channel, Media*)
4. Komunikan (*Communicant, Commucatee, Receiver, Recipient*)
5. Efek (*Effect, Impact*)

Berdasarkan Paradigma diatas komunikasi adalah proses penyampaian pesan oleh komunikator kepada komunikan melalui media yang menimbulkan efek tertentu.³⁰ Komunikasi Interpersonal adalah komunikasi antara dua peserta didik atau lebih, untuk berbagi pendapat, bertukar pandangan dengan mengacu pada perubahan dan tindakan yang berlangsung terus menerus dengan harapan adanya kesamaan pemahaman diantara peserta didik tersebut terhadap pesan-pesan yang digunakan dalam proses komunikasi yang terjadi. Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan orang lain dalam kehidupannya Artinya manusia memiliki kebutuhan dan kemampuan serta kebiasaan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan manusia yang lain

²⁹ Arni Muhammad, *Op. Cit*, h. 159

³⁰ Onong Uchjana Effendy, *Op.Cit* h. 10

dengan berkomunikasi yang baik dengan ucapan yang baik dalam interaksi sosial.

2. Bentuk-bentuk Komunikasi

Ada beberapa bentuk komunikasi yang bisa digunakan dalam melakukan proses komunikasi interpersonal diantaranya :

a. Dialog

Dialog berasal dari kata Yunani *dia* yang mempunyai arti antara, bersama. Sedangkan *Legein* berarti berbicara, bercakap-cakap, bertukar pikiran, dan gagasan bersama. Dialog sendiri merupakan percakapan yang mempunyai maksud untuk saling mengerti, memahami, dan mampu menciptakan kedamaian dalam bekerjasama untuk kebutuhannya,

b. Sharing

Dalam bentuk komunikasi interpersonal ini lebih pada bertukar pendapat, berbagi pengalaman. Dimana diantara mereka saling menyampaikan apa yang mereka alami dalam hal yang menjadi bahan pembicaraan,

c. Wawancara

Dalam komunikasi interpersonal wawancara merupakan bentuk komunikasi yang bertujuan untuk tercapainya sesuatu untuk memperoleh

informasi dimana terjadinya komunikasi dengan saling berbicara, mendengar, dan menjawab pertanyaan yang diberikan.³¹

3. Ciri-ciri Komunikasi Interpersonal

Menurut Sugiyo dalam Ardiatma Rio Respati menyebutkan ciri-ciri Komunikasi Interpersonal, yaitu :

a. Keterbukaan

Keterbukaan adalah suatu sikap dimana tidak ada perasaan tertekan ketika melakukan kegiatan komunikasi yang ditandai dengan kesediaan untuk membuka diri dengan lawan bicara tentang apa yang sedang dirasakan dan dipikirkan dan saling merespon.

b. Empati

Empati adalah suatu sikap ikut merasakan apa yang dirasakan oleh lawan bicara yang ditandai dengan menunjukkan perhatian kepada lawan bicara dan memahami apa yang dirasakan lawan bicara

c. Dukungan

Dukungan adalah suatu sikap memberikan respon balikan terhadap apa yang dikemukakan dalam kegiatan komunikasi yang ditandai dengan tidak memiliki motif tertentu dan tidak menghakimi perkataan yang disampaikan oleh lawan bicara.

d. Sikap Positif

³¹ Agus M. Hardjana. *Komunikasi Interpersonal*. Kanisus. Yogyakarta. 2007. h, 104-120

Sikap positif adalah suatu tindakan yang kita berikan kepada lawan bicara dengan hal-hal positif yang ditandai dengan memberikan penilaian positif kepada lawan bicara.

e. Kesamaan

Kesamaan adalah ketika sedang terjadinya proses komunikasi tidak ada yang lebih dominan dalam proses komunikasi ini antara komunikator dan komunikan, ditandai dengan komunikasi dua arah.³²

4. Tujuan Komunikasi Interpersonal

Komunikasi Interpersonal merupakan *Action Oriented*, ialah suatu tindakan yang berorientasi pada tujuan tertentu, yaitu untuk mempengaruhi orang lain, dan menjadikan diri kita sebagai suatu seseorang yang dapat mempengaruhi orang lain tujuan komunikasi interpersonal ini bermacam-macam beberapa diantaranya sebagai berikut :

a. Mengungkapkan perhatian kepada orang lain

Salah satu tujuan komunikasi interpersonal adalah untuk mengungkapkan perhatian kepada orang lain,

b. Menemukan diri sendiri

³² Ardiatma Rio Respati, “ Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Pada Peserta didik Kelas XII Matematika dan Sains 2 di SMA Negeri 1 Muntilan ”, (On-Line), diakses tanggal (05 Maret 2018) Pukul 19.12 WIB, h. 13

Artinya, seseorang melakukan komunikasi Interpersonal karena ingin mengetahui dan mengenali karakteristik diri pribadi berdasarkan informasi dari orang lain,

c. Menemukan dunia luar

Dengan komunikasi interpersonal diperoleh kesempatan untuk mendapatkan informasi dari orang lain termasuk informasi penting dan aktual,

d. Membangun dan memelihara hubungan yang harmonis

Sebagai makhluk sosial, salah satu kebutuhan setiap orang yang paling besar adalah membentuk dan memelihara hubungan baik dengan orang lain,

e. Mempengaruhi sikap dan tingkah laku

Komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian suatu pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberitahu dan mengubah sikap, pendapat, perilaku baik secara langsung maupun tidak langsung (menggunakan media),

f. Mencari kesenangan atau sekedar menghabiskan waktu

Ada kalanya seseorang melakukan komunikasi interpersonal sekedar mencari kesenangan dan hiburan,

g. Menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi

Komunikasi interpersonal dapat menghilangkan kerugian akibat salah komunikasi (*Miscommunication*) dan salah Interpretasi (*Misinterpretation*) antara komunikator dan komunikan,

h. Memberikan bantuan (Konseling)

Ahli-ahli kejiwaan, ahli Psikologi Klinis dan terapi menggunakan komunikasi interpersonal dalam kegiatan professional mereka untuk mengarahkan konselinya.³³

5. Komponen-komponen Komunikasi Interpersonal

a. Komunikasi Interpersonal melibatkan paling sedikit dua orang

Pada hakekatnya manusia akan berkomunikasi dengan orang lain, karena komunikasi sebagai cara yang digunakan dalam berinteraksi sebagai suatu proses untuk mendekatkan keduanya dengan proses menyatakan pendapatnya dan bertukar pikiran secara bebas,

b. Pesan

Didalam komunikasi interpersonal, dimana komunikator disini adalah peserta didik menyampaikan pikiran, pendapat, dan pandangannya kepada komunikan sebagai pesan atau informasi yang disampaikan,

c. Saluran

Terdapat dua saluran atau media untuk komunikasi interpersonal, yaitu

1. Saluran suara (*audio*) dalam wujud pendengaran,

³³ Widya P. Pontoh, “ Peranan Komunikasi Interpersonal Guru Dalam Meningkatkan Pengetahuan anak”,(OnLine), , diakses tanggal (06 Maret 2018), Pukul 14.34 WIB, h. 3

2. Saluran cahaya untuk penglihatan (*visual*) dapat dirasakan, dipegang dan diraba.

d. Gangguan

Gangguan dapat mengacaukan makna dalam penyampaian komunikasi, ada 3 macam gangguan :

1. Eksternal

Faktor fisik biasanya mempengaruhi komunikasi, misalnya suara kendaraan, cahaya silau, suara musik yang Terlampau,

2. Internal

Faktor internal pada diri komunikator dan komunikan, misalnya kurang pendengaran atau tidak dapat berbicara dan mengalami gangguan kejiwaan,

3. Sematik

Perbedaan bahasa dengan keanekaragaman budaya yang ada maka pesan yang ingin disampaikan kepada komunikan tidak dapat dipahami dengan baik.

e. Umpan balik

Umpan balik adalah timbal balik atau tanggapan dari komunikan terhadap pesan atau informasi yang telah diberikan oleh komunikator,

f. Konteks

Konteks adalah suatu keadaan yang bersifat fisik, historis, dan psikologis, kaitannya dengan Keadaan sosial. Konteks memiliki empat dimensi :

1. Fisik yaitu tempat/lingkungan dimana komunikasi dilakukan,
2. Sosial yaitu status dari para peserta komunikasi,
3. Psikologis yaitu dorongan, kebutuhan motivasi, sikap, dan lain-lain yang mempengaruhi komunikasi,
4. Temporal yaitu kapan komunikasi dilakukan³⁴

Dari komponen-komponen diatas dapat diambil kesimpulan bahwa antara komponen-komponen tersebut saling berkaitan dan berhubungan untuk memperoleh komunikasi interpersonal yang baik karena komunikasi interpersonal adalah suatu proses penyampaian pesan, informasi, pandangan seseorang kepada komunikan dengan adanya umpan balik atau komunikasi dua arah didalamnya dan terdapat hambatan yang akan ditemui, dengan mengetahui hambatan atau gangguan ini kita dapat mempersiapkan diri untuk mencari solusinya.

6. Pentingnya Komunikasi Interpersonal

Sebagai makhluk sosial manusia yang berinteraksi dengan orang lain, hal inilah yang mengakibatkan manusia membutuhkan komunikasi

³⁴ Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologi*, (Jakarta: Kanisius, 1999), h.

interpersonal menurut Johnson dalam Supratiknya, beberapa peranan yang diberikan oleh komunikasi interpersonal dalam memberikan kebahagiaan hidup manusia , sebagai berikut :

- a. Komunikasi interpersonal membantu perkembangan intelektual dan sosial kita,
- b. Identitas atau jati diri kita terbentuk dalam dan lewat komunikasi dengan orang lain,
- c. Dalam rangka memahami realitas disekeliling kita serta menguji kebenaran kesan-kesan dan pengertian yang kita miliki tentang dunia disekitar kita, kita perlu membandingkan dengan kesan-kesan dan pengertian orang lain,
- d. Kesehatan mental kita sebageaian besar juga ditentukan oleh kualitas komunikasi atau hubungan kita dengan orang lain, lebih-lebih orang yang merupakan tokoh yang berarti dalam hidup kita.³⁵

D. Kerangka Berpikir

Uma Sukaran dalam bukunya Sugiyono mengungkapkan bahwa kerangka berpikir adalah model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah didefinisikan sebagai masalah yang penting. Kerangka berpikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis pertautan antar variable yang akan diteliti. Pertautan antar variable ini, selanjutnya akan dirumuskan kedalam bentuk paradigma

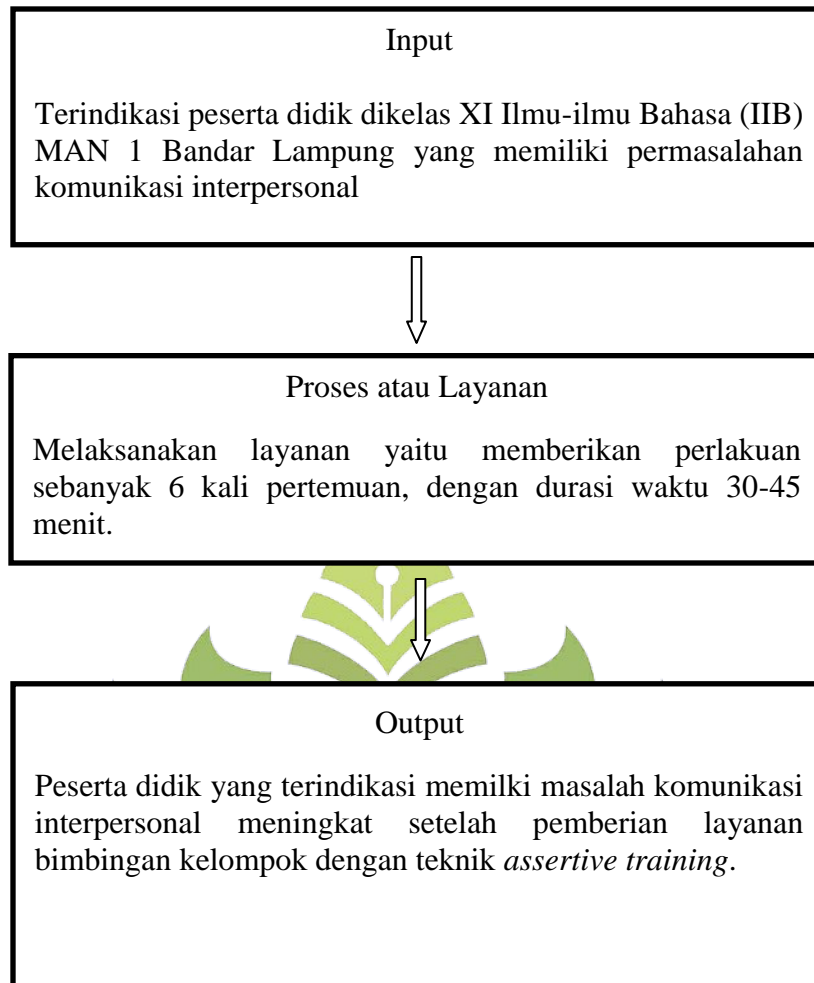
³⁵ Supratiknya, *Ibid.* h. 9

penelitian. Oleh karena itu setiap penyusunan paradigma penelitian harus didasarkan pada kerangka berpikir.³⁶ Dalam layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* yang dihadapi peserta didik bukan bersifat individual tetapi kelompok yang dimana didalamnya terdapat dinamika kelompok untuk membahas topik atau permasalahan serta untuk mengembangkan dirinya dalam hal komunikasi interpersonal.

Dengan melakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dengan memanfaatkan adanya dinamika kelompok, peserta didik belajar untuk memiliki sikap keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, dan Kesamaan pada peserta didik lainnya. Penelitian ini dapat dimaknai sebagai petunjuk bahwa komunikasi interpersonal dan dinamika kelompok yang tumbuh dalam bimbingan kelompok dengan tekni *assertive training* diharapkan dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

Kerangka penelitian ini adalah jika pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal, maka penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat membantu peserta didik yang mengalami kurangnya interaksi sosial dengan peserta didik lainnya.

³⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Dan R&D*, (Bandung : Alfabeta, 2014), h. 60



Gambar 1
Kerangka Penelitian

E. Penelitian yang Relevan

Dari tabel diatas dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik. Dengan demikian hipotesis dari penelitian ini Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik

Assertive Training Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019, diterima. Peneliti juga menemukan hasil penelitian yang mendukung, yaitu :

Tabel 2
Penelitian Relevan

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Imas Anggraeni	Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Meningkatkan Harga Diri (<i>Self Esteem</i>) Peserta Didik Kelas XI Di SMA Negeri 6 Bandar Lampung Tahun 2017/2018	Dari penelitian yang dilakukan dengan Ho ditolak dan Ha diterima dengan nilai rata-rata kelompok eksperimen lebih besar dari pada kelompok Kontrol membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan <i>teknik assertive training</i> efektif untuk meningkatkan harga diri peserta didik kelas XI di SMAN Negeri 6 Bandar Lampung
2.	Evi Susanti	Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok	Dari penelitian ini didapatkan

		<p>dengan Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Peserta Didik Kelas XII IPS 1 SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017</p>	<p>perubahan skor pada angket keterampilan komunikasi antar pribadi peserta didik dari hasil <i>pre-test</i> 45,7 menjadi 71,1. Dengan demikian penelitian ini menyimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi berpengaruh terhadap komunikasi antar pribadi peserta didik kelas XII SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017</p>
3.	Denita Ariani	<p>Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> Terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Di MTs Guppi 2 Tanjung Karang Tahun Ajaran 2016/2017</p>	<p>Dari penelitian yang dilakukan dengan data pretest yang diberikan layanan konseling kelompok <i>assertive training</i> dengan menggunakan uji t (Paired Sampel Tes</p>

			Statistik) dengan Ho ditolak dan Ha diterima dari hasil data tersebut kedisiplinan peserta didik di sekolah MTs Guppi 2 Tanjung Karang dapat ditingkatkan melalui <i>Assertive Training</i>
--	--	--	--

F. Hipotesis

Hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah dan hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif (H_a), dan hipotesis nol (H_0). Yang dimaksud dengan hipotesis alternatif (H_a) adalah menyatakan saling berhubungan antara dua variable atau lebih, atau menyatakan adanya perbedaan dalam hal tertentu pada kelompok-kelompok yang dibedakan, sedangkan yang dimaksud hipotesis nol (H_0) adalah hipotesis yang menunjukkan tidak adanya saling berhubungan antara kelompok satu dengan kelompok lain.

Berikut hipotesis statistiknya:

Adapun rumus uji hipotesisnya adalah:

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_0$$

dimana :

H_0 = Layanan Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* tidak efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

H_a = Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

μ_1 = Komunikasi Intrapersonal peserta didik sebelum pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training*

μ_0 = Komunikasi Intrapersonal peserta didik setelah pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training*

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya nilai $t(z_{hitung})$ dibandingkan dengan nilai-t dari table distribusi $t(t_{tabel})$. Cara penentuan nilai t_{tabel} didasarkan pada taraf signifikansi tertentu (misal $\alpha = 0,05$) dan $dk = n-1$. Kriteria

pengujian hipotesis untuk uji satu pihak kanan, yaitu: Tolak H_0 , jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan Terima H_0 , jika $t_{hitung} < t_{tabel}$.³⁷



³⁷ Triana Nasir, *Pengujian Hipotesis Dua Sampel*, [On-Line] palembang, diakses 08 maret 2017 jam 16.30

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian adalah metode apa yang kita gunakan dalam penelitian, Metode dalam penelitian memiliki peranan penting karena salah satu ciri dari karya ilmiah adalah terdapatnya suatu metode yang tepat dan sistematis yang tepat dalam pemecahan masalah, dimana ketepatan dalam pemilihan metode juga merupakan suatu hal yang sangat penting untuk mendapatkan hasil yang maksimal. Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah metode *kuantitatif*. Penelitian *kuantitatif* adalah metode penelitian data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik serta digunakan dalam meneliti populasi dan sampel tertentu.¹

Menurut Sugiyono dalam Laila Maharani metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi dan atau sampel tertentu

¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h.

,pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif, dengan tujuan menguji hipotesis yang ditetapkan.²

Penelitian dapat diklasifikasikan dalam berbagai macam cara dan sudut pandang. Dari cara penelitiannya, ada beberapa desain eksperimen yaitu bentuk eksperimen *Pre-Experimental Design*, *True Experimental design*, *Factorial Design*, dan *Quasi Experimental Design*.³ Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Exspermental Design* Alasan peneliti menggunakan metode ini karena, peneliti akan melakukan penelitian dengan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol supaya peneliti dapat membandingkan antara keberhasilan pemberian layanan yang dilakukan peneliti dengan dua kelompok .

B. Desain Penelitian

Penelitian *Quasi Exspermental Design*. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Desain eksperimen *Nonequivalent Control Group Design* desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest* control group desain, hanya pada saat ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol tidak dipih secara random, Bentuk desain *quasi experimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-equivalent control group design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Pada kelompok

² Laila Maharani, Hardiyansyah Masya, Miffahul Janah, “ Peningkatan Keterampilan Sosial Peserta Didik SMA Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi”, (Online)

³ Sugiono, *Ibid*, h. 108

eksperimen diberikan *treatment assertive training* dan pada kelompok kontrol diberikan *treatment self intruction*.⁴

Desain eksperimen digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dan pada kelompok kontrol menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Intruction*. Selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (*post-test*) guna melihat ada tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti. Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut :

E	O₁	X	O₂
K	O₃	X	O₄

Gambar 2
Pola Non-equivalent control grup design

⁴ Sugiono, Ibid h, 116

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O₁ dan O₃ : Pengukuran komunikasi interpersonal sebelum diberikan perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* Pengukuran dilakukan dengan memberikan angket komunikasi interpersonal. *Pretest* merupakan pengumpulan data peserta didik yang memiliki masalah komunikasi interpersonal dan belum mendapatkan perlakuan.

O₂ : Pemberian (*post-test*) untuk mengukur komunikasi interpersonal setelah di berikan perlakuan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* Di dalam *post-test* akan didapat data hasil dari pemberian perlakuan, dimana komunikasi interpersonal akan meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

O₄ : Pemberian (*post-test*) untuk mengukur peserta didik diberikan perlakuan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Intruction* pada kelompok kontrol.

X : Pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dan kelompok kontrol dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Self Intruction*

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian untuk mencari efektivitas saat sebelum diberikan perlakuan tindakan dan saat sesudah di berikan perlakuan tindakan .

Rencana penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Tahapan *pre-test*

Tujuan dari *pre-test* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) di MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 yang memiliki kriteria komunikasi interpersonal rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dengan menggunakan *instrument* angket komunikasi interpersonal

b. Pemberian layanan

Rencana pemberian layanan dalam penelitian diberikan kepada beberapa peserta didik yang telah dipilih, peserta didik yang telah dipilih akan diberikan layanan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal rendah. Rencana pemberian layanan akan dilakukan 6 tahap dengan waktu 30-45 menit. Pertemuan akan dilaksanakan 6 kali untuk dapat memaksimalkan ketercapaian tujuan kegiatan. Adapun pada tiap tahapan dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3
Rencana pemberian layanan kelompok eksperimen bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*

No	Tahapan	Kegiatan	Waktu
1	Ke-1	Perencanaan pemberian bimbingan kelompok dengan teknik <i>assertive training</i>	1 X 45 Menit
2	Ke-2	Melakukan <i>assessment</i> yang berkaitan dengan ruang lingkup ribadi, sosial dan kepribadian peserta didik.	1 X 45 Menit
3	Ke-3	Menentukan tujuan <i>goal setting</i> dengan mengetahui kebutuhan konseli	1 X 45 Menit
4	K3-4	Mengimplementasikan program penanganan	1 X 45 Menit
5	Ke-5	Evaluasi	1 X 45 Menit
6	Ke-6	Mengakhiri sesi bimbingan	1 X 45 Menit

Tabel 4
Rencana pemberian layanan kelompok kontrol bimbingan kelompok dengan teknik *Self Intruction*

No	Tahapan	Kegiatan	Waktu
1	Ke-1	Perencanaan pemberian bimbingan kelompok dengan teknik <i>Self Intruction</i>	1 X 45 Menit
2	Ke-2	Melakukan <i>assessment</i> yang berkaitan dengan ruang lingkup ribadi, sosial dan kepribadian peserta didik.	1 X 45 Menit
3	Ke-3	Menentukan tujuan <i>goal setting</i> dengan mengetahui kebutuhan konseli	1 X 45 Menit
4	K3-4	Mengimplementasikan program penanganan	1 X 45 Menit
5	Ke-5	Evaluasi	1 X 45 Menit
6	Ke-6	Mengakhiri sesi bimbingan	1 X 45 Menit

c. pemberian *post-test*

Dalam kegiatan ini peneliti memberikan angket kepada peserta didik yang telah diberikan layanan Selanjutnya membandingkan perbedaan *pre-test* dengan *post-test* tersebut untuk menentukan apakah pemberian perlakuan yang diberikan efektif dalam meningkatkan komunikasi interpersonal rendah pada peserta didik.

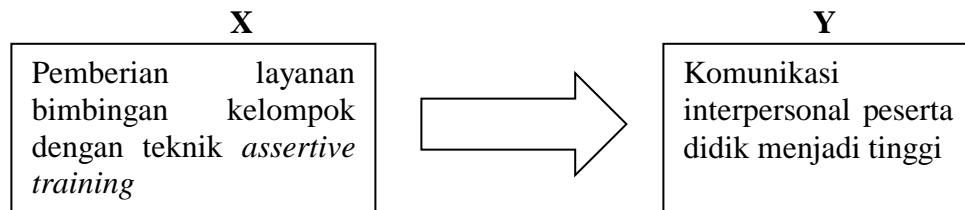
C. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variable, yaitu variable bebas dan variable terikat :

- a. Variabel *Independen (variabel X)* adalah variabel yang sering disebut sebagai variabel *stimulus, predictor, antecedent*. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah merupakan variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).⁵ Dalam penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.
- b. Variabel *Dependen (variabel Y)* adalah variabel yang sering disebut sebagai variabel *output, kriteria, dan kosekuen*. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.⁶ Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah komunikasi interpersonal peserta didik.

⁵ Sugiono, *Ibid*, h. 39

⁶ Sugiono, *Ibid*, h. 39



Gambar 3
Variabel Penelitian

D. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional dibuat bertujuan untuk memudahkan dalam pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian.

Adapun definisi operasional dari penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 5
Definisi Operasional

No	Variable	definisi operasional	alat ukur	cara ukur	hasil ukur
1.	variabel bebas (X) adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>assertive training</i>	layanan bimbingan kelompok adalah suatu layanan yang diberikan untuk memberikan informasi tertentu bagi keperluan anggota kelompok untuk mencegah timbulnya permasalahan dengan memanfaatkan adanya dinamika kelompok	observasi	satlan bimbingan kelompok	pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik <i>assertive training</i>

		<p><i>assertive training</i> adalah teknik bagian dari aliran <i>behavioristik</i> dimana teknik ini digunakan untuk mengatasi masalah yang berhubungan dengan pengungkapan diri, ketegasan diri, maksudnya adalah bagaimana peserta didik dapat memiliki ketegasan diri bagaimana mengungkap apa yang dirasakan dalam dirinya, karena manusia memiliki hak untuk dapat berpendapat atau berasumsi secara bebas dengan percaya diri dalam situasi interpersonal</p>			
2.	variabel terikat (Y) Komunikasi Interpersonal	<p>Komunikasi Interpersonal adalah komunikasi antara dua peserta didik atau lebih, untuk berbagi pendapat, bertukar pandangan dengan mengacu pada perubahan dan tindakan yang</p>	<p>Angket dengan Indikator : Keterbukaan, Empati, dukungan, Sikap Positif, Kesamaan</p>	<p>menyebarkan angket komunikasi interpersonal dengan jumlah 36 Item</p>	<p>skor angket komunikasi interpersonal pada peserta didik dengan jumlah 36 item pernyataan</p>

		berlangsung terus menerus dengan harapan adanya kesamaan pemahaman diantara peserta didik tersebut terhadap pesan-pesan yang digunakan dalam proses komunikasi yang terjadi			
--	--	---	--	--	--

E. Populasi, Sampel, Teknik Sampling

1. Populasi

Menurut Sugiyono populasi adalah wilayah *generalisasi* yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁷ Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud adalah populasi adalah seluruh subjek yang memiliki kualitas tertentu yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas XI yang terdiri dari 13 kelas MAN 1 Bandar Lampung dengan jumlah peserta didik 638, dan Populasi Terjangkau dalam penelitian adalah kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 yang berjumlah 48 peserta didik tahun pelajaran 2018/2019. Berikut pengelompokannya.

⁷ Sugiono, *Ibid*, h. 80

Tabel 6
Jumlah Populasi Terjangkau Penelitian

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik	
		Perempuan	Laki-laki
1.	XI IIB	30	18
Jumlah		48	

Sumber: Absensi Guru BK MAN 1 Bandar Lampung.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.⁸ Karena jumlah populasi hanya terdiri dari 48 peserta didik maka pada penelitian ini hanya mengambil 20 peserta didik yang akan dibagi kedalam 2 kelompok yaitu, 10 peserta didik sebagai kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* sebagai kelompok kontrol dengan jumlah 10 peserta didik yang akan diberikan perlakuan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*.

Alasan peneliti mengambil populasi pada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa karena rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling ibu Rr Eka Kawuri, S.Psi bahwa kelas tersebut memiliki masalah dalam komunikasi interpersonal dikarenakan kelas tersebut dalam jumlah kelas besar yang paling banyak mempunyai peserta didik dalam satu kelasnya sehingga dalam proses

⁸ Sugiono, *Ibid*, h. 81

hubungan sosial nya kurang yang mengakibatkan komunikasi interpersonal peserta didik kurang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana menggunakan sampel *Sampling purposive*, karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan dengan penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁹ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) dimana peneliti mengambil 10 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan 10 peserta didik yang mempunyai sebagai kelompok kontrol. Pengambilan sampel berdasarkan beberapa kriteria sampel sebagai berikut :

- a. Peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 yang terindikasi memiliki komunikasi interpersonal rendah
- b. Berdasarkan rekomendasi guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung
- c. Berdasarkan hasil *pre-test* dengan menggunakan angket komunikasi interpersonal
- d. Peserta didik bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

⁹ Sugiono, *Ibid* , h. 120

F. Pengembangan Instrumen Penelitian

Peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang tinggi dapat terlihat dari sikap yang senang akan kegiatan yang bersifat kelompok, tertarik berkomunikasi dengan orang lain, peka terhadap keadaan sekitar, senang melakukan kerja sama, dan sadar akan kodratnya sebagai makhluk sosial. Sehingga mereka akan mudah bergaul dan mengatasi segala masalah yang terkait dengan lingkungan sosialnya. Sebaliknya peserta didik yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah akan mengalami hambatan dalam bergaul dengan orang lain.¹⁰

Pada prinsipnya data yang ingin diperoleh dari penelitian ini adalah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik. Instrumen yang akan digunakan adalah instrumen *non-test* dengan menggunakan angket. Angket ini bertujuan untuk mengungkap apakah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal. Bentuk angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah bentuk angket terstruktur sehingga responden diminta untuk memenuhi jawaban dari lima pilihan yang dapat berupa item pernyataan. Langkah-langkah penyusunan instrumen dalam penelitian ini adalah pembatasan materi

¹⁰ Ardiatma Rio Respati, “ Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Pada Siswa Kelas XII Matematika dan Sains 2 di SMA Negeri 1 Muntilan ”, (On-Line), diakses tanggal (05 Maret 2018) Pukul 19.12 WIB, h. 1

yang mengacu pada ruang lingkup komunikasi interpersonal peserta didik, adapun pengkategorian kisi-kisi angket sebagai berikut .

Tabel 7
Kisi-kisi angket Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung

Variabel	Indikator	Sub- Indikator	pernyataan	
			<i>Favorabl e</i> (+)	<i>Unfavora ble</i> (-)
Komunikasi Iterpersonal	1.Keterbukaan (<i>Openness</i>)	a. membuka diri kepada lawan bicara	1, 30	12,15
		b. merespon lawan bicara	11,3	5, 4
	2.Empati (<i>Empathy</i>)	a. Menunjukkan perhatian kepada lawan bicara	6	13
		b. Memahami apa yang dirasakan lawan bicara	7, 8	10, 16
	3.Dukungan (<i>Supportness</i>)	a. Tidak menghakimi perkataan yang disampaikan oleh lawan bicara	28, 33	14, 17
		b. Tidak memiliki motif tertentu	18, 19	25, 33

	4.Sikap Positif (<i>Positiveness</i>)	a. Memberikan penilaian positif kepada lawan bicara	20, 29, 31	26, 22, 2
		b. Menerima diri sebagai orang yang penting dan menilai bagi lawan bicara	21, 27	24, 9
	5. Kesamaan (<i>Equality</i>)	a. Menempatkan diri setara dengan orang lain.	23,36	35, 34

Dalam penelitian ini menggunakan skala *likert*, skala ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.¹¹ Skala *likert* digunakan dengan pilihan dari sangat setuju sampai sangat tidak setuju, dengan Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) untuk mengukur komunikasi interpersonal peserta didik menggunakan angket guna memperoleh data tentang keadaan komunikasi interpersonal pada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Sutrisno Hadi dalam Sugiono mengemukakan bahwa, Observasi adalah suatu proses yang kompleks. Suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis. Dua diantaranya yang terpenting

¹¹ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), h. 93-94

adalah proses pengamatan dan ingatan.¹² Observasi dilakukan oleh peneliti dan observasi dilakukan kepada 10 peserta didik yang memiliki masalah komunikasi interpersonal sebelum dan sesudah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* sebagai kelas eksperimen dan 10 peserta didik sebagai kelas kontrol yang diberikan *treatment* layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*.

2. Wawancara (Interview)

Dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara tidak terstruktur dimana peneliti menggunakan pedoman wawancara yang berupa esay, pedoman wawancara yang digunakan hanya garis besar permasalahan yang ditanyakan.¹³ Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi dengan lengkap wawancara dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK)

3. Kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.¹⁴ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner angket langsung.

Didalam penelitian ini, peneliti membuat 36 item pernyataan dengan tujuan untuk menyesuaikan angket kepada peserta didik sesuai dengan jumlah

¹² Sugiono, *Ibid*, h. 203

¹³ Sugiono, *Ibid*, h. 140

¹⁴ Sugiono, *Ibid*, h. 142

sampel yang digunakan peneliti. Dengan mengukur menggunakan skala *likert* untuk mengukur komunikasi interpersonal pada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019, dengan demikian jawaban dari skala *likert* diberi skor yang dijelaskan pada tabel dibawah ini :

Tabel 8
Alternatif Jawaban Angket

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	<i>Favorable</i>	4	3	2	1
2.	<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Kriteria skala komunikasi interpersonal di kategorikan menjadi tiga yaitu: Tinggi, Sedang dan Rendah. Subjek penelitian ini di dapatkan berdasarkan kriteria yaitu jumlah skor di bagi 3 kriteria dengan menggunakan rumus:

$$J_i = \frac{T}{JK}$$

Keterangan :

T : Skor Tertinggi Ideal Dalam Skala

JK : Jumlah Kelas Interval

Jadi interval untuk menentukan kecemasan berkomunikasi di depan umum pada peserta didik adalah :

- a. Skor tertinggi : 4 x 36 = 144
- b. Skor terendah : 1 x 36 = 36
- c. Rentang : 144-36 = 108
- d. Jarak interval : 144: 3 = 48

Keterangan :

SS = Sangat Setuju

S = Setuju

TS = Tidak Setuju

STS = Sangat Tidak Setuju.¹⁵

Tabel 9
Kreteria Komunikasi Intepersonal

Interval	Kreteria
>96- 144	Tinggi
>48 - 95	Sedang
>0 - 47	Rendah

H. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1. Uji Validitas

Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang di teliti.¹⁶peneliti menggunakan uji validitas logis yaitu, validitas yang diperoleh dengan cara *judgement* ahli yang kompeten, ahli yang akan menentukan validitas tes akan mencermati secara hati-hati setiap item.¹⁷

¹⁵ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta), h. 94

¹⁶ *Ibid*, h.57

¹⁷ Yuberti, Antomi Saregar, *Pengantar Metodologi Pendidikan Matematika dan Sains*, (Bandar Lampung: Aura, 2007), h. 125-126

setelah pengujian konstruk telah selesai dari ahli maka, akan diteruskan uji coba instrument pada sampel dari mana populasi diambil, setelah data didapatkan akan ditabulasikan maka pengujian validitas konstruksi dilakukan dengan analisis faktor yaitu dengan mengkorelasikan antara skor item dengan rumus person product momen. r_{hitung} dapat dilihat dari *correlatd item total correlation* sedangkan r_{tabel} dapat dilihat dari $r_{product\ moment\ pearson}$ dengan *df (degree of freedom) = n-2*.¹⁸ Dengan demikian, jika jumlah responden sebanyak 30 maka nilai r_{tabel} dapat diperoleh melalui tabel $r_{product\ moment\ pearson}$ dengan *df=n-2*, jadi *df=30-2 =28*, maka $r_{tabel} = 0,361$. Dalam melakukan uji validitas ini, peneliti akan menggunakan metode komputerasi *SPSS for Windows ver 17.0*.
sehingga dapat dinyatakan :

Valid : Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$

Tidak Valid : Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$

Agar mengetahui validitas instrument maka digunakan teknik kolerasi produk moment sebagai berikut

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

¹⁸ Sujarweni, V. Wiratna, *SPSS Untuk Penelitian* (Pustaka Baru Press,2015), h. 199

Keterangan :

R_{xy} : koefesien kolerasi suatu butir/item

N : jumlah responden

$\sum XY$: jumlah hasil perkalian antara skor X dan skor Y

$\sum Y$: jumlahskordalam distributor Y

$\sum X$: jumlah kuadrat masing-masing skor X^{19}



Tabel 10
Uji Validitas

Case Processing Summary

	N	%
Cas Valid	30	100.0
es Excluded ^a	0	.0
Total	30	100.0



Tabel 11
Hasil Validitas

No Item	r tabel	r hitung	Keterangan
1	0,361	0,648	Valid
2	0,361	0,670	Valid
3	0,361	0,680	Valid
4	0,361	0,626	Valid
5	0,361	0,728	Valid
6	0,361	0,556	Valid
7	0,361	0,614	Valid
8	0,361	0,718	Valid
9	0,361	0,636	Valid

¹⁹Sugiyono, *Statistik untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 256

10	0,361	0,574	Valid
11	0,361	0,781	Valid
12	0,361	0,731	Valid
13	0,361	0,517	Valid
14	0,361	0,399	Valid
15	0,361	0,717	Valid
16	0,361	0,717	Valid
17	0,361	0,648	Valid
18	0,361	0,640	Valid
19	0,361	0,518	Valid
20	0,361	0,857	Valid
21	0,361	0,686	Valid
22	0,361	0,844	Valid
23	0,361	0,635	Valid
24	0,361	0,722	Valid
25	0,361	0,772	Valid
26	0,361	0,655	Valid
27	0,361	0,430	Valid
28	0,361	0,875	Valid
29	0,361	0,660	Valid
30	0,361	0,648	Valid
31	0,361	0,625	Valid
32	0,361	0,648	Valid
33	0,361	0,574	Valid
34	0,361	0,821	Valid
35	0,361	0,850	Valid
36	0,361	0,640	Valid

Jadi dapat disimpulkan bahwa ke 36 item pernyataan angket dapat digunakan karena dinyatakan valid.

2. Uji Reabilitas Instrumen

Instrumen yang realibel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur objek yang sama, akan menghasilkan data yang

sama.²⁰ Untuk menguji reabilitas instrumen menggunakan SPSS *Statistics* 17.0 sebagai alat uji reabilitas untuk mengukur keabsahan data. Uji reabilitas akan dilakukan di MAN 1 Bandar Lampung.

Teknik yang dapat digunakan untuk menguji tingkat reabilitas suatu data dalam penelitian ini, apakah reliabel atau tidak maka menggunakan rumus *alpha Cronbath*

$$R_{11} = \left(\frac{k}{2k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma^2}{\sigma^2_t} \right)$$

Keterangan :

R_{11} =reliabilitas instrument

K =banyaknya butir pertanyaan

$\sum \sigma^2$ = jumlah varians butir

σ^2_t = varian total

penguji ini akan menggunakan batuan program SPSS *for windws release 17*.²¹

Tabel 12
Reliability Statistics
Reliability Statistics

Cronbac h's Alpha	N of Items
.755	37

²⁰ Sugiono, *Ibid*, h. 121

²¹ Sugiono, *Ibid*, h. 52

Kesimpulan : *output* diatas terlihat bahwa pada kolom *Cronbach's Alpha* = 0,755 > 0,50 sehingga dapat dikatakan angket tersebut reabel.

I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik Pengelolaan Data

Menurut Natoadmojo dalam Arikunto setelah data-data terkumpul, dapat dilakukan dengan sebagai berikut :

a. *Editing*

Editing (pengeditan data), merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulis atau kuesioner. Apakah semua pertanyaan atau pernyataan sudah terisi, apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan atau pernyataan, jelas atau terbaca, apakah jawabannya relevan dengan pertanyaan atau pernyataan, apakah jawaban-jawaban pertanyaan atau pernyataan konsisten dengan jawaban pertanyaan atau pernyataan,

b. *Coding*

Coding (pengkodean, setelah melakukan *editing*, selanjutnya dilakukan pengkodean atau coding, yaitu mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan,

c. *Data Entry*

Data Entry (pemasukan data), yaitu jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukan

kedalam program “*Sofwere*” IBM-SPSS V.17 yang sering digunakan untuk entry data penelitian,

d. *Cleaning data*

Cleaning data (pembersihan data), apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan kode dan ketidaklengkapan, kemudian membenaran atau koreksi.²²

2. Analisis Data

Setelah data terkumpul maka selanjutnya dilakukan pengolahan data atau analisi data untu mengetahui ada tidaknya peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* maka digunakan analisis data kuantitatif yaitu suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui. Tekni analisis data tes penguasaan konsep ini diuji dengan menggunakan uji statistic. Sebelum menguji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan homogenitas, sebagai berikut.

²² Arikunto, Suharsini, *Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2016), h. 31

1. Uji Normlaitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak.²³ untuk menguji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *kolmogorof smirnov* pada program SPSS. 17 dengan taraf signifikan 5%. Adapun hasil uji *kolmogorof smirnov* sebagai berikut :

Jika nilai sig. $< \alpha$, maka H_0 Ditolak.

Jika nilai sig. $> \alpha$, maka H_0 Diterima.

H_0 diterima, maka data terdistribusi normal

H_a ditolak, maka data tidak terdistribusi normal

2. Uji Homogenitas

Apabila data terdistribusi dengan normal, maka selanjutnya uji homogenitas varians. Untuk menguji homogenitas pada penelitian ini menggunakan uji *homogeneity of variance* pada program SPSS 17.00 dengan taraf signifikan 5%. Adapun hipotesis *homogeneity of variance* sebagai berikut:

Jika nilai sig $< \alpha$, maka H_0 Ditolak.

Jika nilai sig. $> \alpha$, maka H_0 Diterima.

H_0 : Tidak ada perbedaan nilai varians dari kedua kelas

²³ Ichi Lucyana Resta, Ahmad Fauzi, Yulfikli, “*pengaruh Pendekatan Pictorial Riddle Jenis Vidio Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pemberlajaran Inkuiri Pada Materi Gelombang Terintegrasi Bencana Tsunami*” Pillar OF Phycis Education Vol 1 (April 2013).h, 20

H_a : Ada perbedaan nilai varians dari kedua kelas

3. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah asumsi atau dengan suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal yang sering dituntut untuk melakukan pengecekannya. Uji hipotesis digunakan untuk menghitung korelasi antara variabel X dan variabel Y dengan menggunakan rumus *paired sample T Test (t-test)*, adapun hasil hipotesis yang diujikan dalam penelitian ini adalah

H_0 $\mu_1 = \mu_2$ (Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* tidak dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik pada kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

H_a : $\mu_1 \neq \mu_2 = \mu_2$ (Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik pada kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

Pengujian hipotesis menggunakan bantuan SPSS 17.0, rumus uji *t paired sampel T-test* yang digunakan dengan persamaan:

$$t_{\text{hitung}} = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)} \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Keterangan:

\bar{x}_1 : nilai rata-rata sampel 1

\bar{x}_2 : nilai rata-rata sampel 2

S_1^2 : varians sampel 1

S_2^2 : varians sampel 2

a. Menemukan nilai $t_{tabel} = t_{\alpha} (dk = n_1 + n_2 - 2)$

b. Kriteria pengujian hipotesis :

Jika $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan

Jika $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ maka H_0 diterima dengan $\alpha = 5\%$.

Kriteria pengujian untuk SPSS, yaitu:²⁴

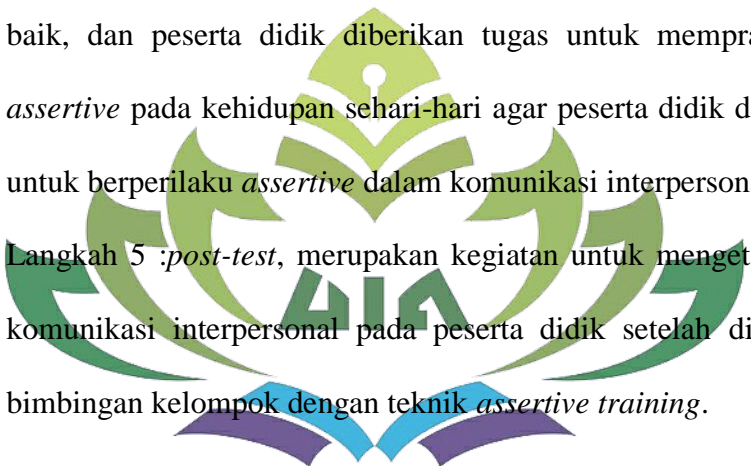
Jika nilai *Asymp.Sig* $\leq \alpha$, maka H_0 ditolak.

J. Deskripsi Langkah-Langkah Pemberian Layanan

Layanan perlakuan akan diberikan melalui *pre-test* dan *post-test*, dimana *pre-test* dilakukan sebelum diberikan perlakuan, dan *post-test* setelah diberikan perlakuan untuk mengetahui efektivitas *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal, langkah-langkah *assertive training* dideskripsikan sebagai berikut :

- a. Langkah 1 : *pre-test* kegiatan untuk mengetahui masalah dalam komunikasi interpersonal peserta didik sebelum diberikan treatment
- b. Langkah 2: pengantar *assertive training*, untuk mulai membangun hubungan dengan peserta didik, mendeskripsikan pentingnya *assertive training*, mendeskripsikan langkah-langkah *assertive training*, dan memulai layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*

²⁴ Novalia dan Muhamad Syazali, *Olah Data Penelitian Pendidikan* (Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja), h. 66.

- c. Langkah 3: *restrukturisasi assertive training*, untuk mengatasi permasalahan komunikasi interpersonal pada peserta didik dan meningkatkan komunikasi interpersonal pada peserta didik
- d. Langkah 4 : *Modifikasi Perilaku*, untuk memahami permasalahan komunikasi interpersonal, menyampaikan perilaku *assertive* dan tidak *assertive*, mengidentifikasi pemicu timbulnya masalah pada peserta didik, menanamkan dan mempraktikkan teknik-teknik *assertive training* yang baik, dan peserta didik diberikan tugas untuk mempraktikkan perilaku *assertive* pada kehidupan sehari-hari agar peserta didik dapat melatih diri untuk berperilaku *assertive* dalam komunikasi interpersonal
- e. Langkah 5 :*post-test*, merupakan kegiatan untuk mengetahui perubahan komunikasi interpersonal pada peserta didik setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.
- 

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dilaksanakannya penelitian ini di MAN 1 BANDAR LAMPUNG Tahun Pelajaran 2018/2019 untuk waktu penelitian dilaksanakan mulai tanggal 17 Juli sampai 14 Agustus, penjadwalan penelitian disesuaikan dengan jadwal yang telah disepakati dengan subjek yang akan diteliti. Berdasarkan penelitian dibagi menjadi dua fokus yang akan penulis teliti yang terdiri dari cara meningkatkan komunikasi interpersonal dan efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *assertive training*.

Hasil penyebaran instrument bertujuan untuk mendapatkan data tentang peserta didik yang mengalami masalah komunikasi interpersonal dan efektivitas tentang layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hasil dari penyebaran instrumen yang diberikan terhadap peserta didik dijadikan sebagai analisis awal untuk merumuskan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik yang akan diuji cobakan untuk memperoleh keefektivan.

Dalam penelitian ini populasi yang diperoleh adalah peserta didik di Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung sampel peserta didik yang penulis teliti sebanyak 20 peserta didik dimana dalam sampel dibagi menjadi dua kelompok kelompok pertama 10 peserta didik dijadikan kelompok eksperimen dan 10 peserta didik dijadikan kelompok kontrol.

1. Data Deskripsi *Pre-test*

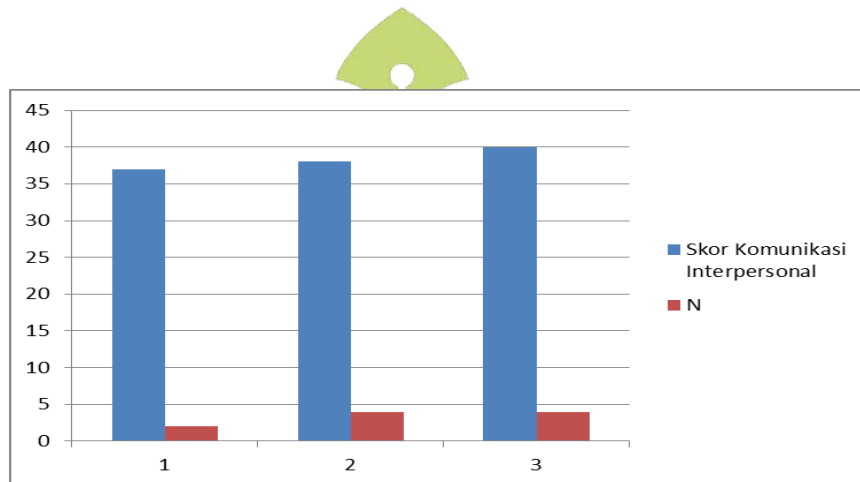
a. Hasil Angket *Pre-test* Komunikasi Interpersonal Kelas Eksperimen

Tujuan dilakukannya *pre-test* adalah untuk mengetahui kondisi awal peserta didik yang mengalami masalah komunikasi interpersonal dikelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019. Berikut ini adalah hasil atau kondisi *pre-test* pada peserta didik yang mengalami komunikasi interpersonal yang rendah:

Tabel 13
Hasil *Pre-test* Kelompok Eksperimen

NO	Skor Komunikasi Interpersonal	N	F (%)
1	37	2	20%
2	38	4	40%
3	40	4	40%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukkan hasil *pre-test* kelompok eksperimen peserta didik yang memiliki skor 37 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20%) , peserta didik yang memiliki skor 38 yang diperoleh 4 orang peserta didik (40%) dan peserta didik yang memiliki skor 40 yang diperoleh 4 orang peserta didik (40%) secara keseluruhan terdapat 10 peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung yang dijadikan kelompok eksperimen. Hal ini dapat dilihat pada grafik dibawah ini :



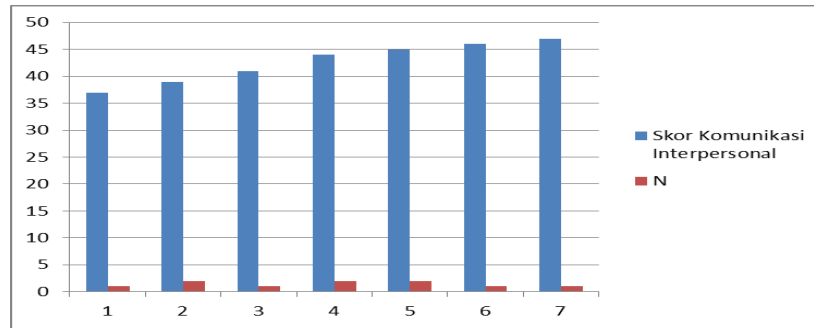
Gambar 4
Grafik Hasil *Pre-test* Kelas Eksperimen

Tabel 14
Hasil *Pre-test* Kelompok Kontrol

NO	Skor Komunikasi Interpersonal	N	F (%)
1	37	1	10%
2	39	2	20%
3	41	1	10%

4	44	2	20%
5	45	2	20%
6	46	1	10%
7	47	1	10%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukkan hasil *pre-test* kelompok kontrol peserta didik yang memiliki skor 37 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%) , peserta didik yang memiliki skor 39 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20%) , peserta didik yang memiliki skor 41 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), peserta didik yang memiliki skor 44 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20%), peserta didik yang memiliki skor 45 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20%), peserta didik yang memiliki skor 46 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), peserta didik yang memiliki skor 47 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), secara keseluruhan terdapat 10 peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung yang dijadikan kelompok Kontrol. Hal ini dapat dilihat pada grafik dibawah ini :



Gambar 5
Grafik Hasil *Pre-test* Kelompok Kontrol

2. Pelaksanaan Penelitian

Proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dilaksanakan pada kelompok eksperimen dengan beranggotakan 10 peserta didik proses kegiatan berlangsung didalam masjid dan pada kelompok kontrol beranggotakan 10 orang menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *self intruction*. Untuk tahap awal memulai kegiatan peneliti mencatat keseluruhan nama peserta didik yang akan dijadikan sebagai populasi dalam proses penelitian, kemudian peneliti mulai mencari data peserta didik yang memiliki komunikasi interpersonal yang rendah didalam kelas dengan bantuan menggunakan lembar observasi atau angket. Proses pelaksanaan hasil pretest berjalan cukup lancar hal tersebut dapat dilihat dari antusias para peserta didik.

Proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dideskripsikan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses

penelitian berlangsung. Berikut ini penulis paparkan jadwal proses pelaksanaan kegiatan penelitian:

Tabel 15
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian Kelompok Eksperimen

NO	Hari/Tanggal	Waktu	Tempat	Kegiatan
1	Selasa, 17 Juli 2018	09.00 s/d 10.00 WIB	Ruang kepala sekolah	Bertemu dengan kepala sekolah dan guru untuk membicarakan tentang proses bimbingan kelompok dengan teknik <i>assertive training</i>
2	Senin, 23 Juli 2018	08.00s/d 08.45 WIB	Ruang Kelas	Survey kelas, dilanjutkan dengan <i>pre-test</i> .
3	Rabu, 25 Juli 2018	08.00s/d 08.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	Perkenalan dan Pembentukan kelompok eksperimen
4	Kamis, 02 Agustus 2018	08.00s/d 08.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	Pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap kelompok eksperimen
5	Jumat ,03 Agustus 2018	08.00s/d 08.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	Pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap kelompok eksperimen
6	Jumat, 10 Agustus 2018	08.00s/d 08.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	1. Pemberian layanan Kelompok eksperimen dengan teknik <i>assertive training</i> (pelatihan dihari-hari sebelumnya)

7	Selasa, 14 Agustus 2018	08.00s/d 08.45 WIB	Ruang Kelas	<i>Post-test</i>
---	-------------------------	-----------------------	-------------	------------------

Tabel 16
Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian Kelompok Kontrol

NO	Hari/Tanggal	Waktu	Tempat	Kegiatan
1	Selasa, 17 Juli 2018	09.00 s/d 10.00 WIB	Ruang kepala sekolah	Bertemu dengan kepala sekolah dan guru untuk membicarakan tentang proses bimbingan kelompok dengan teknik <i>self instruction</i>
2	Senin, 23 Juli 2018	08.00 s/d 08.45 WIB	Ruang Kelas	Survey kelas, dilanjutkan dengan <i>pre-test</i> .
3	Rabu, 25 Juli 2018	09.00 s/d 09.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	Perkenalan dan Pembentukan kelompok kontrol
4	Kamis, 02 Agustus 2018	09.00 s/d 09.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	pemberian layanan bimbingan kelompok kontrol
5	Jumat ,03 Agustus 2018	09.00 s/d 09.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	pemberian layanan bimbingan kelompok kontrol
6	Jumat, 10 Agustus 2018	09.00 s/d 09.45 WIB	Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung	Kelompok kontrol menjalankan bimbingan kelompok teknik <i>self instruction</i>

7	Selasa, 14 Agustus 2018	09.00 s/d 09.45 WIB	Ruang Kelas	<i>Post-test</i>
---	-------------------------	---------------------	-------------	------------------

Gambaran pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pada kelompok eksperimen dan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* sebagai berikut:

1. Kelompok Eksperimen

a. Tahap pertama

Hari/Tanggal : Senin, 23 Juli 2018

Waktu : 08.00 s/d 08.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas XI ilmu-ilmu Bahasa (IIB)

Tahap pertama adalah melakukan *pre-test* Proses pertemuan pertama dilaksanakan tanggal 23 Juli 2018 kepada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 dimana pada tahap ini melaukan *pre-test* dengan menggunakan angket dimana ini untuk mengukur peserta didik dengan insrtumen untuk melihat hasil sebelum diberikan layanan.

b. Tahap Ke-Dua

Hari/Tanggal : Rabu, 25 Juli 2018

Waktu : 08.00 s/d 08.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan kedua peneliti mulai menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ketua kelompok dalam pertemuan ini adalah peneliti dan guru bimbingan dan konseling MAN 1 Bandar Lampung proses pelaksanaan dilakukan pada jam kosong dalam dilanjutkan dengan proses perkenalan, menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan dan mengidentifikasi kondisi awal konseli sebelum menerima perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada kelompok eksperimen

Tujuan pelaksanaan pada tahap ini ialah untuk mempermudah proses kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hasil pengamatan pada tahap ini berjalan dengan baik hanya saja respon pada peserta didik untuk kali ini sedikit malu-malu dan merasa takut karena menganggap akan dikenakan sanksi hukuman karena menganggap hasil dari *instrument* yang diberikan sebelumnya dianggap tidak sesuai. Namun peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung mencoba menjelaskan dan mencoba berikan penerimaan yang cukup hangat berupa candaan dan motivasi peserta didik. Setelah dilakukannya bimbingan kelompok peserta didik mulai beranggapan bahwa kegiatan tersebut bermanfaat untuk peserta didik. Peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung menjelaskan kepada peserta didik tentang proses aturan selama mengikuti tahap bimbingan kelompok dan mendorong peserta

didik agar mantap dalam mengikuti seluruh kegiatan bimbingan kelompok. Akhirnya peserta didik mulai terdorong untuk melakukan konseling berikutnya hal tersebut diketahui sebagian peserta didik menjalankan kegiatan tersebut dengan semangat karena kegiatan bimbingan kelompok menjadi kegiatan yang seru dan menyenangkan bagi peserta didik. Tahap tersebut diakhiri dengan perjanjian kepada peserta didik terhadap layanan bimbingan kelompok selanjutnya peserta didik tidak merasa keberatan untuk menyepakati hal tersebut.

c. Tahap ketiga

Hari/Tanggal : Jumat, 02 Agustus 2018

Waktu : 08.00 s/d 08.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan ketiga ditahap ini sudah diketahui masing-masing kelompok eksperimen. Ketua kelompok mulai melaksanakan bimbingan kelompok hal yang peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdo'a, kemudian mulai membahas topik yang sudah ditentukan yaitu tentang komunikasi interpersonal, faktor penyebab kurangnya komunikasi interpersonal, dan cara meningkatkan komunikasi interpersonal. Ketua mulai menjelaskan tahap demi tahap tujuan dari dilaksanakannya pertemuan ini. Untuk pertemuan ketiga ini peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung melanjutkan

dengan menjelaskan dengan menggunakan teknik *assertive training* kepada peserta didik dengan kelompok eksperimen, untuk anggota kelompok eksperimen agar memahami penjelasan mengenai teknik *assertive training* peserta didik mulai melakukan teknik tersebut dengan proses *modeling* yang diberikan contoh oleh guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung.

d. Tahap Ke-Empat

Hari/Tanggal : Jumat, 03 Agustus 2018

Waktu : 08.00 s/d 08.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan keempat ini ditahap melanjutkan sesi konseling yang telah dilaksanakan sebelumnya. Ketua kelompok mulai melaksanakan bimbingan kelompok hal yang peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdo'a, kemudian mulai membahas topik yang sudah ditentukan yaitu tentang komunikasi interpersonal, faktor penyebab kurangnya komunikasi interpersonal, dan cara meningkatkan komunikasi interpersonal. Ketua mulai menjelaskan tahap demi tahap tujuan dari dilaksanakannya pertemuan ini. Untuk pertemuan keempat ini peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung melanjutkan dengan menjelaskan dengan menggunakan teknik *assertive training* kepada peserta didik dengan kelompok eksperimen, untuk anggota kelompok

eksperiment agar memahami penjelasan mengenai teknik *assertive training* peserta didik mulai melakukan teknik tersebut dengan proses *modeling* yang diberikan contoh oleh guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung, dan pada tahap keempat ini guru bimbingan dan konseling sebagai Konselor meminta kepada konseli untuk mengulanginya dirumah dan lingkungan sekolah.

e. Tahap Ke-Lima

Hari/Tanggal : Jumat, 10 Agustus 2018

Waktu : 08.00 s/d 08.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan kelima ini ditahap ini melanjutkan sesi konseling yang telah dilaksanakan sebelumnya konselor menanyakan apakah sudah mencoba untuk bersikap *assertive*, apakah telah mengimpelemntasikan layanan yang telah diberikan pada pemberian layanan sebelumnya pada sesi konseling sebelumnya. Ketua kelompok mulai melaksanakan bimbingan kelompok hal yang peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdo'a, kemudian mulai membahas topik yang sudah ditentukan yaitu tentang komunikasi

f. Tahap Ke-Enam

Hari/Tanggal : Selasa, 14 Agustus 2018
 Waktu : 08.00 s/d 08.45 WIB
 Tempat : Ruang Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa.

Setelah dilakukannya proses-proses sebelumnya ditahap terakhir ini peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung memonitor hasil perkembangan peserta didik pada kelompok eksperimen. Dipertemuan akhir ini peserta didik diajak kembali untuk mengisi instrument komunikasi interpersonal yang telah disiapkan oleh peneliti sebagai hasil *post-test* akhir. Proses pelaksanaan *post-test* pada kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung pelajaran 2018/2019 dapat dikatakan lancar dengan hasil rata-rata peserta didik mampu memberikan informasi tentang komunikasi interpersonal setelah bimbingan kelompok teknik *assertive training* dengan seluruh item instrument dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

2. Kelompok Eksperimen

a. Tahap pertama

Hari/Tanggal : Senin, 23 Juli 2018
 Waktu : 08.00 s/d 08.45
 Tempat : Ruang Kelas XI ilmu-ilmu Bahasa (IIB)

Tahap pertama adalah melakukan *pre-test* Proses pertemuan pertama dilaksanakan tanggal 23 Juli 2018 kepada peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu

Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 dimana pada tahap ini melaukan *pre-test* dengan menggunakan angket dimana ini untuk mengukur peserta didik dengan insrtumen untuk melihat hasil sebelum diberikan layanan.

b. Tahap Ke-Dua

Hari/Tanggal : Rabu, 25 Juli 2018

Waktu : 09.00 s/d 08.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan kedua peneliti mulai menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ketua kelompok dalam pertemuan ini adalah peneliti dan guru bimbingan dan konseling MAN 1 Bandar Lampung proses pelaksanaan dilakukan pada jam kosong dalam dilanjutkan dengan proses perkenalan, menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan dan mengidentifikasi kondisi awal konseli sebelum menerima perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self intruction* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada kelompok kontrol

Tujuan pelaksanaan pada tahap ini ialah untuk mempermudah proses kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *self intruction*. Hasil pengamatan pada tahap ini berjalan dengan baik hanya saja respon pada peserta didik untuk kali ini sedikit malu-malu dan merasa takut karena menganggap akan dikenakan sangsi hukuman karena menganggap hasil dari *instrument* yang diberikan sebelumnya dianggap tidak sesuai. Namun peneliti

dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung mencoba menjelaskan dan mencoba berikan penerimaan yang cukup hangat berupa candaan dan motivasi peserta didik. Setelah dilakukannya bimbingan kelompok peserta didik mulai beranggapan bahwa kegiatan tersebut bermanfaat untuk peserta didik. Peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung menjelaskan kepada peserta didik tentang proses aturan selama mengikuti tahap bimbingan kelompok dan mendorong peserta didik agar mantap dalam mengikuti seluruh kegiatan bimbingan kelompok. Akhirnya peserta didik mulai terdorong untuk melakukan konseling berikutnya hal tersebut diketahui sebagian peserta didik menjalankan kegiatan tersebut dengan semangat karena kegiatan bimbingan kelompok menjadi kegiatan yang seru dan menyenangkan bagi peserta didik. Tahap tersebut diakhiri dengan perjanjian kepada peserta didik terhadap layanan bimbingan kelompok selanjutnya peserta didik tidak merasa keberatan untuk menyepakati hal tersebut.

c. Tahap ketiga

Hari/Tanggal : Kamis, 02 Agustus 2018

Waktu : 09.00 s/d 09.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan ketiga ditahap ini sudah diketahui masing-masing kelompok kontrol. Ketua kelompok mulai melaksanakan bimbingan kelompok hal yang peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1

Bandar Lampung lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdo'a, kemudian mulai membahas topik yang sudah ditentukan yaitu tentang komunikasi interpersonal, faktor penyebab kurangnya komunikasi interpersonal, dan cara meningkatkan komunikasi interpersonal. Ketua mulai menjelaskan tahap demi tahap tujuan dari dilaksanakannya pertemuan ini. Untuk pertemuan ketiga ini peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung melanjutkan dengan menjelaskan dengan menggunakan teknik *self instruction* kepada peserta didik dengan kelompok eksperimen, untuk anggota kelompok eksperimen agar memahami penjelasan mengenai teknik *assertive training* peserta didik mulai melakukan teknik tersebut dengan proses *self instruction* metode *non-directif* yang diberikan contoh oleh guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung.

d. Tahap Ke-Empat

Hari/Tanggal : Jumat, 03 Agustus 2018

Waktu : 09.00 s/d 09.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan keempat ini ditahap melanjutkan sesi konseling yang telah dilaksanakan sebelumnya. Ketua kelompok mulai melaksanakan bimbingan kelompok hal yang peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdo'a, kemudian mulai membahas topik yang

sudah ditentukan yaitu tentang komunikasi interpersonal, faktor penyebab kurangnya komunikasi interpersonal, dan cara meningkatkan komunikasi interpersonal. Ketua mulai menjelaskan tahap demi tahap tujuan dari dilaksanakannya pertemuan ini. Untuk pertemuan keempat ini peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung melanjutkan dengan menjelaskan dengan menggunakan teknik *self intruction* kepada peserta didik dengan kelompok kontrol, untuk anggota kelompok kontrol agar memahami penjelasan mengenai teknik *self intruction* peserta didik mulai melakukan teknik tersebut dengan proses *metode non-directif* yang diberikan oleh guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung, dan pada tahap keempat ini guru bimbingan dan konseling sebagai Konselor meminta kepada konseli untuk mengulangnya di rumah dan lingkungan sekolah.

e. Tahap Ke-Lima

Hari/Tanggal : Jumat, 10 Agustus 2018

Waktu : 09.00 s/d 09.45 WIB

Tempat : Ruang Masjid MAN 1 Bandar Lampung

Pada pertemuan kelima ini ditahap ini melanjutkan sesi konseling yang telah dilaksanakan sebelumnya konselor menanyakan apakah sudah mencoba untuk melaksanakan *self instruction* yang telah diberikan, apakah telah mengimpelemtasikan layanan yang telah diberikan pada pemberian layanan sebelumnya pada sesi konseling sebelumnya. Ketua kelompok mulai melaksanakan bimbingan kelompok hal yang peneliti dan guru Bimbingan

dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung lakukan untuk memulai kegiatan dengan mengucapkan salam dan dilanjutkan dengan berdo'a, kemudian mulai membahas topik yang sudah ditentukan yaitu tentang komunikasi

f. Tahap Ke-Enam

Hari/Tanggal : Selasa, 14 Agustus 2018

Waktu : 09.00 s/d 09.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa.

Setelah dilakukannya proses-proses sebelumnya ditahap terakhir ini peneliti dan guru Bimbingan dan Konseling MAN 1 Bandar Lampung memonitor hasil perkembangan peserta didik baik pada kelompok kontrol. Dipertemuan akhir ini peserta didik diajak kembali untuk mengisi instrument komunikasi interpersonal yang telah disiapkan oleh peneliti sebagai hasil *post-test* akhir. Proses pelaksanaan *post-test* pada kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung pelajaran 2018/2019 dapat dikatakan lancar dengan hasil rata-rata peserta didik mampu memberikan informasi tentang komunikasi interpersonal setelah bimbingan kelompok teknik *self intruction* dengan seluruh item instrument dapat terisi sesuai dengan petunjuk pengisian serta kegiatan ini selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

3. Data Deskripsi *Post-test*

a. Hasil *post-test* Kelas Eksperimen

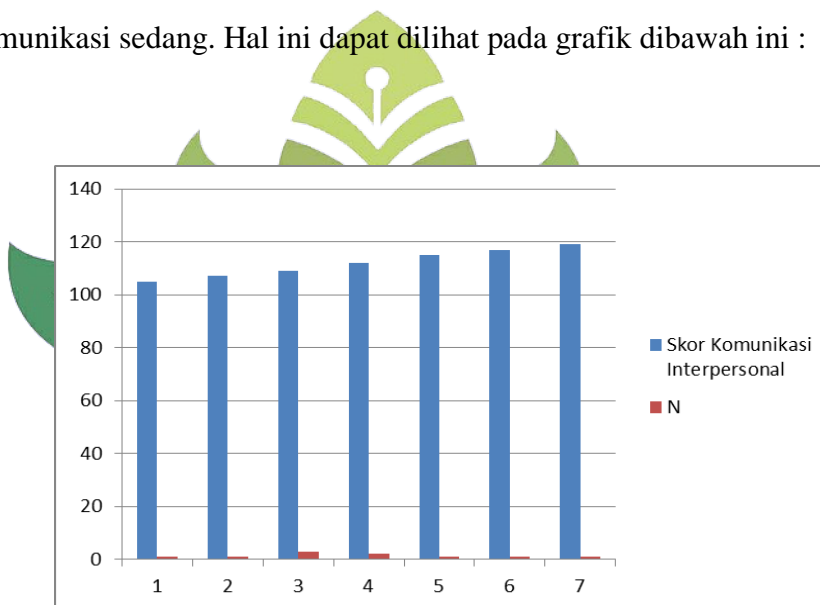
untuk melihat perubahan pada peserta didik yang berkaitan dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* yang diberikan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal. Berdasarkan hasil *post-test* pada kelompok kontrol pada tabel berikut.

Tabel 17
Hasil *Post-test* Kelompok Eksperimen

Skor Komunikasi Interpersonal	N	F (%)
105	1	10%
107	1	10%
109	3	30%
112	2	20%
115	1	10%
117	1	10%
119	1	10%
Jumlah	10	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukkan hasil *post-test* kelompok eksperimen peserta didik yang memiliki skor 105 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%) , peserta didik yang memiliki skor 107 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%) , peserta didik yang memiliki skor 109 yang

diperoleh 3 orang peserta didik (30%), peserta didik yang memiliki skor 112 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20%), peserta didik yang memiliki skor 115 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), peserta didik yang memiliki skor 117 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), peserta didik yang memiliki skor 119 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), secara keseluruhan terindikasi 10 peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019 yang memiliki komunikasi sedang. Hal ini dapat dilihat pada grafik dibawah ini :

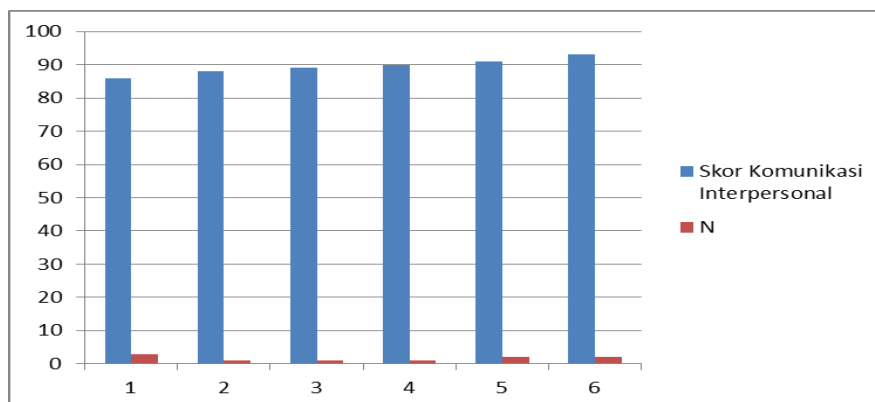


Gambar 6
Grafik Hasil *Post-test* Kelas Eksperimen

Tabel 17
Hasil *Post-test* Kelompok Kontrol

NO	Skor Komunikasi Interpersonal	N	F (%)
1	86	3	30%
2	88	1	10%
3	89	1	10%
4	90	1	10%
5	91	2	20%
6	93	2	20%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukkan hasil *post-test* kelompok kontrol peserta didik yang memiliki skor 86 yang diperoleh 3 orang peserta didik (30%) , peserta didik yang memiliki skor 88 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%) , peserta didik yang memiliki skor 89 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), peserta didik yang memiliki skor 90 yang diperoleh 1 orang peserta didik (10%), peserta didik yang memiliki skor 91 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20%), peserta didik yang memiliki skor 93 yang diperoleh 2 orang peserta didik (20), secara keseluruhan terdapat 10 peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung yang dijadikan kelas kontrol. Hal ini dapat dilihat pada grafik dibawah ini :



Gambar 7
Grafik Hasil *Post-test* Kelompok Kontrol

4. Teknik Analisis Data

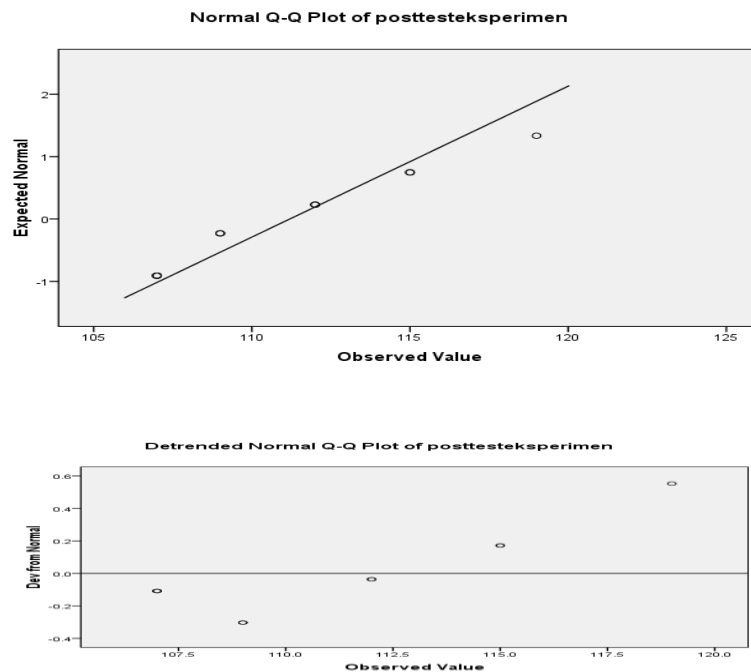
1. Uji Normalitas Data

Peneliti kali ini melakukan uji normalitas dengan melihat nilai *Shapiro-Wilk* dikarenakan jumlah subjek kurang dari 50. Dasar pengambilan keputusan adalah berdasarkan probabilitas > 0.05 jika didapat hasil dari uji normalitas diatas probabilitas > 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa sampel berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas dengan menggunakan *SPSS (statistical product and service solution) for windows release 17* dengan melihat nilai *Shapiro-Wilk* sebagai berikut:

Tabel 18
Uji Normalitas kelompok Eksperimen

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretesteksperimen	.282	10	.023	.794	10	.012
Posttesteksperimen	.203	10	.200	.894	10	.189

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa nilai sig *Shapiro-Wilk* adalah lebih besar dari nilai probabilitas 0,05. Maka hasil uji normalitas dapat disimpulkan bahwa sampel pada penelitian ini berdistribusi normal.

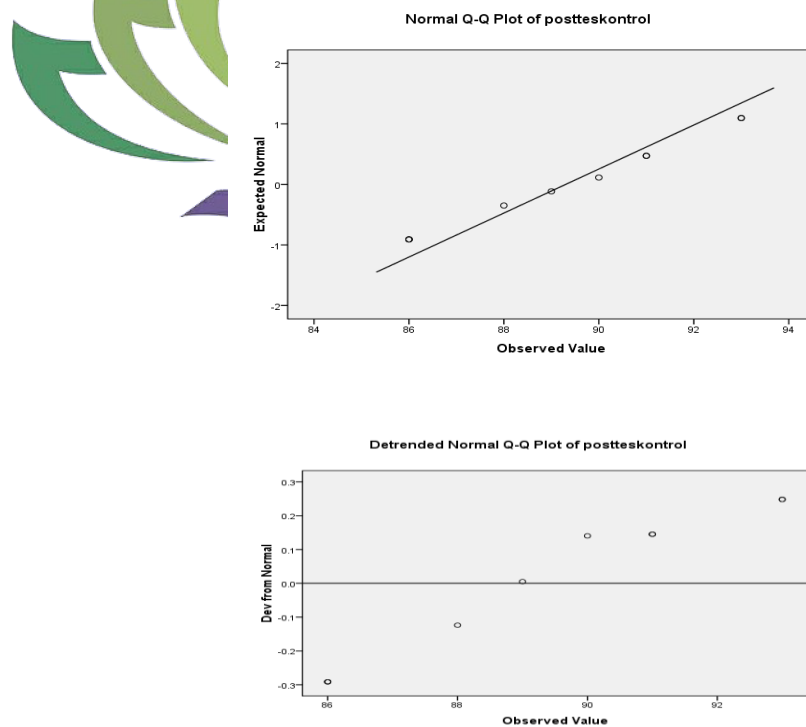


Gambar 8
Hasil Grafik Uji Normalitas *post-test* Kelompok Eksperimen

Tabel 19
Uji Normalitas Kelompok Kontrol

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretestkontrol	.248	10	.083	.908	10	.270
Postteskontrol	.185	10	.200 [*]	.893	10	.184

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa nilai sig *Shapiro-Wilk* adalah lebih besar dari nilai probabilitas 0.05. Maka hasil uji normalitas dapat disimpulkan bahwa sampel pada penelitian ini berdistribusi normal



Gambar 9
Hasil Grafik Uji Normalitas *post-tets* Kelompok Eksperimen

2. Uji Homogenitas

Tabel 20
Hasil uji homogenitas kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Karakteristik	Hasil uji homogenitas	Hasil	interpretasi
Sig	0,107	Sig > α	Homogen
A	0,005		

Uji Homogenitas menggunakan uji *Lavene Statistic* menunjukkan bahwa nilai sig > $\alpha = 0,05$ diperoleh $0,107 > 0,05$ sehingga homogen

3. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas, maka selanjutnya dilanjutkan dengan uji t. hasil analisi uji t *paired sample T-test* Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI Ilmu-Ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

Tabel 21
Hasil uji T Kelompok Eksperimen

	paired Samples T-Test					T	df	Sig (2-tailed)
	Paired Differences							
	mean	Std. Deviation	Std Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
Lower				Upper				
Pair 1 pretesteksperimen posttesteskperimen	-72.600	4.695	1.485	-75.959	-69.241	-48.898	9	.000

Dari tabel diatas diatas diperoleh t adalah -48.898, mean adalah -72.600, 95% *Confidence Interval of the Difference* (lower = -76959 dan upper = -69.241). kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} 0.05 = pada derajat kebebasan $Df = 9$, maka $t_{hitung} \geq$ dari t_{tabel} (-38.898 \geq 2.262), nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0.05 (0.000 \leq 0.05). Ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak H_a diterima, dengan demikian komunikasi interpersonal peserta didik terdapat perbedaan setelah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* . Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019

Tabel 22
Hasil Uji T Kelompok Kontrol
paired Samples T -Test Kontrol

		Paired Differences				T	df	Sig (2-tailed)	
		mean	Std. Deviation	Std Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	pretestkontrol posttestkontrol	-46.600	4.351	1.376	-49.713	-43.487	-33.867	9	.000

Dari tabel diatas diatas diperoleh t adalah -33.867, mean adalah -46.600, 95% *Confidence Interval of the Difference* (lower = -49.713 dan upper = -43.487). kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan t_{tabel} 0.05 = pada derajat kebebasan Df = 9, maka $t_{hitung} \geq$ dari t_{tabel} (-33.867 \geq 2.262), nilai sign.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0.05 (0.000 \leq 0.05). Ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak H_a diterima, dengan demikian komunikasi interpersonal peserta didik terdapat perbedaan setelah diberikan bimbingan kelompok dengan teknik *self intruction* . Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self intruction* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI Ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 .

a. Analisis Proses Perhitungan Kelas Eksperimen

Tabel 23
Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen

No	Nama	<i>Pretest</i>	<i>posttest</i>	selisih	tanda
1.	AS	38	112	74	Positif
2.	DDU	40	109	69	Positif
3.	DSB	37	115	78	Positif
4.	FKP	40	107	67	Positif
5.	FRD	38	107	69	Positif
6.	JKP	40	109	69	Positif
7.	KNH	38	112	74	Positif
8.	MS	40	115	75	Positif
9.	MAA	38	119	81	Positif
10.	MAQ	37	109	72	Positif

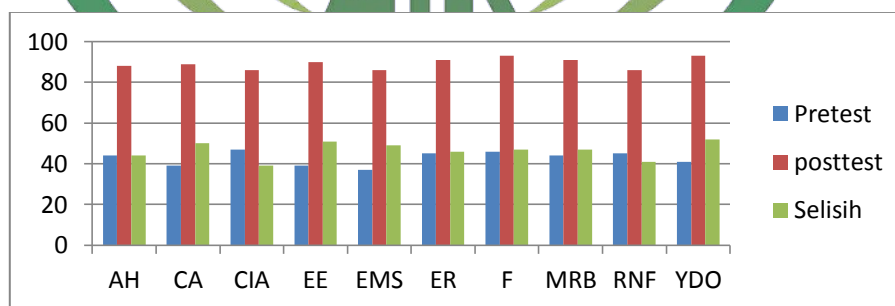


Gambar 8
Grafik Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen

b. Analisis Perhitungan Kelompok Kontrol

Tabel 24
Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Kontrol

No	Nama	<i>Pretest</i>	<i>posttest</i>	Selisih	Tanda
1.	AH	44	88	44	Positif
2.	CA	39	89	50	Positif
3.	CIA	47	86	39	Positif
4.	EE	39	90	51	Positif
5.	EMS	37	86	49	Positif
6.	ER	45	91	46	Positif
7.	F	46	93	47	Positif
8.	MRB	44	91	47	Positif
9.	RNF	45	86	41	Positif
10.	YDO	41	93	52	Positif



Gambar 11
Grafik hasil *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol

Tabel 25
Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Gain Skor</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	<i>Gain Skor</i>
1.	38	112	74	44	88	44
2.	40	109	69	39	89	50
3.	37	115	78	47	86	39
4.	40	107	67	39	90	51
5.	38	107	69	37	86	49
6.	40	109	69	45	91	46
7.	38	112	74	46	93	47
8.	40	115	75	44	91	47
9.	38	119	81	45	86	41
10.	37	109	72	41	93	52
Skor	386	1114	728	427	893	466
Mean	38,60	111,40	72,80	42,70	89,30	46,60

Tabel 26
Tingkat Presentase Kategori Kelompok Eksperimen dan Kontrol

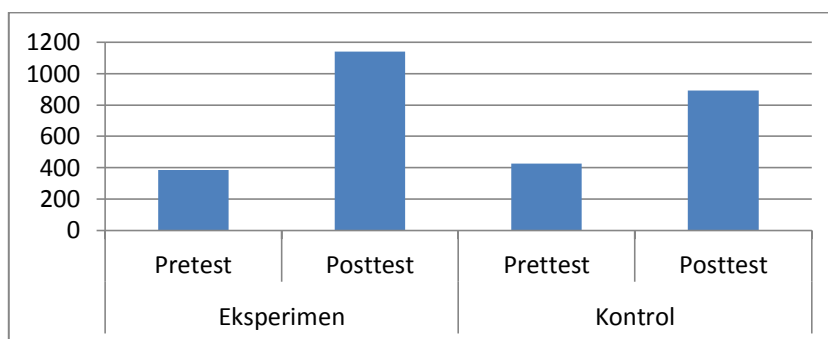
No	Kategori	Kelompok Eksperimen				Kelompok Kontrol			
		<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		F	%	F	%	F	%	F	%
1.	Tinggi	0	0	10	100	0	0	0	0
2.	Sedang	0	0	0	0	0	0	10	100
3.	Rendah	10	100	0	100	10	100	0	0
Jumlah		10	100	0	100	10	100	10	100

Berdasarkan hasil perhitungan rata-rata/mean *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama-sama mengalami peningkatan, pada kelompok eksperimen skor *pre-test* 386 atau rata-rata/mean

38,60 dan skor *post-test* 1114 atau nilai rata-rata/mean 111,40, sedangkan pada kelas kontrol skor *pre-test* 427 atau rata-rata/mean 42,70 dan skor *post-test* 893 atau nilai rata-rata/mean 89,30. Meskipun kedua kelompok mengalami peningkatan, tetapi pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, hal ini dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ($1114 > 893$ atau $111,40 > 89,30$), dapat disimpulkan bahwa teknik *assertive training* lebih efektif dibandingkan *self instruction* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik. Berikut gambar peningkatan komunikasi interpersonal

Tabel 27
Peningkatan Skor *Pre-test* dan *Post-test* Kelas Eksperimen dan Kontrol

Eksperimen		Kontrol	
<i>Pretest</i>	<i>Post-test</i>	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
386	114	427	893



Gambar 12
Grafik Peningkatan Skor *Pretest* dan *Posttest* Kelas Eksperimen dan Kontrol

2. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang membandingkan hasil *pos-ttest* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menghasilkan nilai skor $1114 > 728$ atau $111,40 \geq 72,80$, sehingga dapat dinyatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dan tingkat presentasi lebih tinggi kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol yaitu $100\% > 0\%$ sehingga dinyatakan signifikan mengalami peningkatan.

Selain itu dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *t-test* dan diperoleh harga *t* hitung = -38.898 kemudian dibandingkan dengan *t* tabel $0.05 = 2.262$ dengan ketentuan harga *t* hitung lebih besar dari *t* tabel ($-38.898 \geq 2.262$), maka H_0 **diterima**. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor komunikasi interpersonal sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Dengan demikian terdapat perubahan tingkat komunikasi interpersonal peserta didik, yang semula dalam kriteria rendah meningkat menjadi kriteria tinggi setelah diberikan layanan.

Menurut Joseph A. Devito dalam Onong Uchjana Effendy Komunikasi Interpersonal adalah proses pengiriman pesan dan penerimaan

pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika.¹

Sejak dilahirkan manusia membutuhkan orang lain, karena manusia adalah makhluk sosial didalam berinteraksi dengan sesamanya dimana didalam beinteraksi sosial ini membutuhkan keterampilan dalam berkomunikasi interpersonal. Manusia diciptakan dengan keanekaragaman yang mana harus saling berinteraksi dengan sesamanya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam surat Al-Hujuraat ayat 13 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا
 إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَىٰ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya : "Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal " (Al-Hujurat ayat 13).²

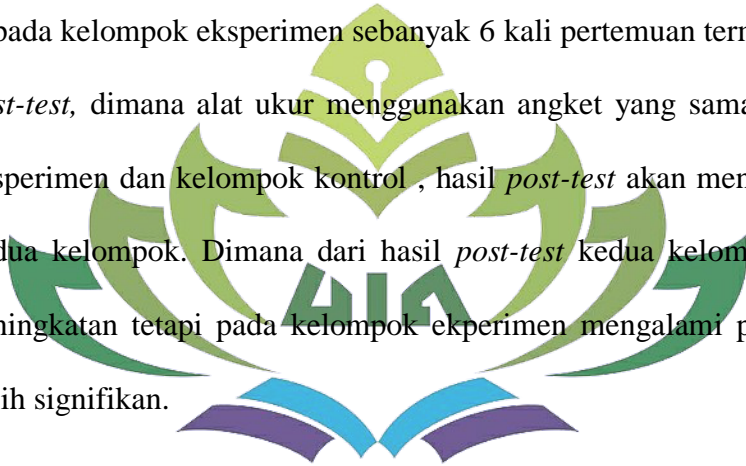
Dari ayat diatas dijelaskan bahwa Allah menciptakan manusia dengan keanekaragaman, untuk dapat saling mengenal dimana dengan mengenal ini dapat berhubungan satu dengan lainnya karena manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan sesamanya karena setiap individu memiliki karakteristik yang berbeda dimana perbedaan inilah yang menjadikan kita untuk untuk saling mengenal dan berhubungan.

¹ Onong Uchjana Effendy, *Ilmu Teori dan Filsafat Komunikasi*, (Bandung: PT. Citra Aditya Bakti, 1993),h. 59

² Departemen Agama RI, *AL-Quran dan terjemahannya* (Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2010), h. 515

Dalam penelitian ini mempunyai dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dan pada kelompok kontrol diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* dalam setiap pertemuan diberikan topik sesuai dengan topik yang akan dibahas

Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* diberikan kepada kelompok eksperimen sebanyak 6 kali pertemuan termasuk pretest dan *post-test*, dimana alat ukur menggunakan angket yang sama pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hasil *post-test* akan menjadi pembandingan kedua kelompok. Dimana dari hasil *post-test* kedua kelompok mengalami peningkatan tetapi pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih signifikan.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun hasil dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Hasil uji Hipotesis

Selain itu dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *t-test* dan diperoleh harga t hitung = -38.898 kemudian dibandingkan dengan t tabel $0.05 = 2.262$ dengan ketentuan harga t hitung lebih besar dari t tabel ($-38.898 \geq 2.262$), maka H_a **diterima**. Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara skor komunikasi interpersonal sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Dengan demikian terdapat perubahan tingkat komunikasi interpersonal peserta didik, yang semula dalam kriteria rendah meningkat menjadi kriteria tinggi setelah diberikan layanan.

2. Hasil *pre-test post-test*

Nilai rata-rata *pos-ttest* kelompok eskperimen lebih besar dari kelompok kontrol ($1114 > 893$ atau $111,40 \geq 89,30$). Jika dilihat dari hasil yang didapat maka peningkatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Dari hasil menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI ilmu-ilmu Bahasa (IIB) MAN 1 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Bagi peserta didik

Peserta didik dapat menindak lanjuti permasalahan komunikasi interpersonal yang ada di diri peserta didik dan diharapkan peserta didik dapat meningkatkan komunikasi interpersonal agar mudah untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungannya

2. Bagi guru pembimbing

Guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat membuat program dan melaksanakan pelayanan bimbingan dan konseling sesuai kurikulum dan permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik

3. Bagi peneliti selanjutnya

Kepada peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang komunikasi interpersonal pada peserta didik hendaknya sebelum melakukan proses bimbingan kelompok diharapkan dapat memberikan proses layanan secara perorangan agar mengetahui masalah yang berkaitan dengan komunikasi interpersonal peserta didik.



DAFTAR PUSTAKA

- Amarul Waqi Suhaimi, Najib Ahmad Marzuki, Che Su Mustafa, *The Relationship between Emotional Intelligence and Interpersonal Communication Skills in Disaster Management ConteXIt: A Proposed Framework*, 2014, (on-line), diakses pada tanggal (13 maret 2018)
- Ardiatma Rio Respati, “ *Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Kerjasama Pada Siswa Keas XII Matematika dan Sains 2 di SMA Negeri 1 Muntilan* ”, (on-line), diakses tanggal (05 Maret 2018)
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Jakarta : Rineka Cipta, 2000
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung : CV Penerbit Diponegoro, 2010
- Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung : PT Refika Aditama, 2004
- Effendy, Uchjana Onong. *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2003
- Gunarsa, D Singgih. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta. PT BPK Gunung Mulia, 2007
- Hallen, A. *Bimbingan dan Konseling Edisi Revisi*. Jakarta : Quantum Teaching, 2005
- Hardjana, M Agus. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta : Kanisus, 2007
- Hartinah, Siti. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung : Refika Aditama, 2009
- Hartono, Dkk. *Psikologi Konseling*. Jakarta : Kencana, 2001
- Ichi Lucyana Resta, Ahmad Fauzi, Yulfikli, “*pengaruh Pendekatan Pictorial Roddle Jenis Vidio Terhadap Hasil Belajar Siswa Dalam Pemberlajaran Inkuiri Pada Materi Gelombang Terintegrasi Bencana Tsunami*” *Pillar OF Physicis Education Vol 1* (April 2013).h, 20

- Juntika, Achmad dan Nurihsan. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : PT. Refika Aditama, 2005
- Komalasari, Gantina dan Eka Wahyuni, Karsih. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta : PT Indeks, 2011
- Laila Maharani dan Tika Ningsih, “*Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assrtive Training Dalam Menangani Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik*”,(online) diakses pada tanggal (10 september 2018)
- Laila Maharani, Hardiyansyah Masya, Miffтахul Janah, “ *Peningkatan Keterampilan Sosial Peserta Didik SMA Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi*”,(Online), dikses pada tanggal 21 September 2018
- Miftahur Rohoman dan Hairudin. “*Konsep Tujuan Pendidikan Islam Perspektif Nilai-nilai Sosial Kultural*”.(online), diakses pada tanggal (10 September 2018)
- Mitra Oktafisa Al’ain, Ollevia Prabandini Mulyana, “ *Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA (Himpunan Mahapesertadidik) Prodi Psikologi FIP Unesa*”,(online), diakses pada tanggal (04 maret 2018)
- Muhammad, Arni. *Komunikasi Organisasi*. Jakarta : PT. Bumi Aksara, 2004
- Mujiyati, “ *Peningkatan Self Esteem Peserta didik Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training*”(online), diakses tanggal (04 Agustus 2018)
- Novalia dan Muhamad Syazali, *Olah Data Penelitian Pendidikan*(Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja),
- Nurihsan, Juntika Achmad. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung : PT Refika Aditama, 2015
- Nursalim, Mochmad. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta : Akademia Permata, 2013
- Prayitno dan Erman Amti. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta, 2013
- Prayitno. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*. Padang : Ghalia Indonesia, 1995

- Prayitno. *Layanan dan Bimbingan Konseling Kelompok*. Jakarta : Ghalia Indonesia, 1995
- Rohim, Syaifuk. *Teori Komunikasi Perspektif Ragam dan Aplikasi Edisi Revisi*. Jakarta : PT Rineka Cipta, 2016
- Santoso, Singgih. *Aplikasi SPSS Pada Statistik Non Parametrik*. Jakarta : PT Elek Media Komputindo
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta, 2014
- Sugiyono. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta, 2011
- Suharsini, Arikunto. *Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta, 2016
- Sukardi, Dewa Ketut. *Managemen Pendidikan*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada, 2000
- Sumadi, Suryabrata. *Psikologi Konseling*. Jakarta : PT Grafindo, 2004
- Supratiknya, *Komunikasi Antar Pribadi Tinjauan Psikologi*. Jakarta : Kanisus, 1999
- Tatiek dan Romlah. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang : Universitas Negeri Malang, 2001
- Tohirin. *Bimbingan dan Konseling Disekolah dan Madrasah Edisi Revisi*. Jakarta : PT Grafindo Persada, 2013
- Triana Nasir, *Pengujian Hipotesis Dua Sampel*, (Online) Palembang, diakses 08 maret 2017
- Widya P. Pontoh, “ *Peranan Komunikasi Interpersonal Guru Dalam Meningkatkan Pengetahuan anak*”,(online) , diakses tanggal (06 Maret 2018)
- Wiratna, S Sujarweni. *SPSS Untuk Penelitian*. Pustaka Baru Press, 2015
- Yuberti dan Antomi Saregar. *Pengantar Metodologi Pendidikan Matematika dan Sains*. Bandar Lampung : Aura, 2007