

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG

Skripsi

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

Oleh :

SITI KHOLIFAH

NPM :1411080132

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



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

LAMPUNG

TAHUN 1439 H/ 2018 M

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG

Skripsi

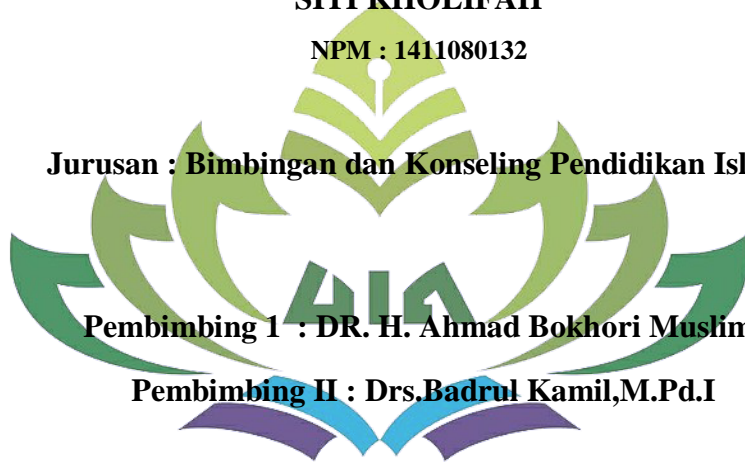
Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Oleh :

SITI KHOLIFAH

NPM : 1411080132

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



Pembimbing I : DR. H. Ahmad Bokhori Muslim

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

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

TAHUN 1439 H/ 2018 M

ABSTRAK

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG

OLEH
SITI KHOLIFAH

Masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kecerdasan emosional. Masalah penelitian ini “apakah layanan konseling kelompok dengan *teknik assertive training* berpengaruh untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif metode *pre eksperimen* dengan desain *one group pretest dan posttest*, populasi penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang memiliki tingkat kecerdasan emosional nya yang rendah. Pemilihan sampel dilakukan melalui penyebaran angket kecerdasan emosional yang telah di uji validitas. Terdapat 10 peserta didik yang memiliki kategori kecerdasan emosional rendah.

Adapun hasil dapat diketahui dari uji *wilcoxon* bahwa nilai z hitung 2.810. Selain itu diketahui dari hasil *posttest* skor yang diperoleh 390 dengan rata-rata atau *mean* 39, terjadi peningkatan nilai rata-rata kelas VIII setelah pemberian konseling kelompok dengan teknik *assertive training* hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* ($80.70 > 39$) untuk melihat selisih antara *pretest* dan *posttest* dapat dilihat dengan skor yang didapat sebesar 417 dengan rata-rata 41.7 hal tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* memiliki pengaruh terhadap peningkatan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

Kata Kunci : *Assertive Training*, Kecerdasan Emosional



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

Alamat : J. Letkol H. Endro Suratmin (0721) 703260 Fak. 703260 Bandar Lampung (35142)

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK ASERTIVE TRAINING UNTUK
MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL
PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 12 BANDAR
LAMPUNG.**


**Nama : Siti Kholifah
NPM : 1411080132
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

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

Pembimbing I,

Pembimbing II


DR. H. Ahmad Bukhori Muslim
NIP. 196212271996031001


Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I
NIP. 196104011981031003

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam


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



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

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin, Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN
KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI**

12 BANDAR LAMPUNG, disusun oleh : Siti Kholifah, NPM: 1411080132,

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, telah diujikan dalam Sidang

Munafiqsyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal : Rabu, 17 Oktober

2018

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua : Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd (.....)

Sekretaris : Iip Sugiharta, M.Si (.....)

Penguji Utama : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd (.....)

Penguji Pendamping I : Dr. H. Ahmad Bukhari Muslim, MA (.....)

Penguji Pendamping II : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd

NPM: 5608101987031001

MOTTO

وَلَا تُصَعِّرْ خَدَّكَ لِلنَّاسِ وَلَا تَمْشِ فِي الْأَرْضِ مَرَحًا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ كُفْرًا

مُحْتَالٍ فَخُورٍ

Artinya : “dan janganlah kamu memalingkan mukamu dari manusia (karena sombong) dan janganlah kamu berjalan di muka bumi dengan angkuh. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong lagi membanggakan diri.” (Q.S. Luqman:18)¹



¹ AL- Qur'an dan Terjemah. CV. Diponegoro, (Bandung: CV. Diponegoro,2005)

PERSEMBAHAN

Dari dalam hatiku yang terdalam ku persembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta yang senantiasa selalu mendoakan dan mendukungku untuk keberhasilanku terimakasih Bapak Panut dan Ibu Jaimah.
2. Kakak-kakakku tersayang yang selalu memberikan dukungan serta motivasi dan menjadi sumber inspirasiku yaitu Rianti dan Hartini dan keponakan ku tercinta Laili Rizki Amelia, Fitri Mia Indri Yanti, Anugrah Rian S, Aditia Giri Hertanto, Nurul Atiqah, Aiman Redzky Kurniawan.
3. Seluruh keluargaku terimakasih atas dukungan, perhatian, kasih sayang dan doa untuk keberhasilan ini.
4. Almamater ku tercinta UIN Raden Intan Lampung.



RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir pada tanggal 21 Mei 1996 di Desa Sukarame, Kecamatan Punduh pedada, Kabupaten Pesawaran, penulis merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Panut dan Jaimah. Penulis menempuh pendidikan formal dari jenjang pendidikan sekolah dasar di SD N 2 Sukarame lulus pada tahun 2008, kemudian penulis melanjutkan pendidikan menengah pertama di SMP N 1 Punduh Pedada lulus pada tahun 2012, selanjutnya penulis melanjutkan jenjang pendidikan di SMA N 1 Punduh Pedada dan lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 penulis melanjutkan pendidikannya di Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan dengan program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Pada tahun 2017 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Rawi Kecamatan Penengahan Kabupaten Lampung Selatan selama 40 hari. Selanjutnya penulis mengikuti Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di SMP N 30 Bandar Lampung.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan ridha-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tercurahkan kepada nabi besar kita Muhammad SAW, yang dinantikan syafaatnya di yaumul akhir nanti.

Penyusunan skripsi ini yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung” merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S. Pd) pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bimbingan, bantuan, dorongan serta motivasi 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 Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, S.Psi., M.A., Ed. D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.
3. Dr. Oki Dermawan, M. Pd selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

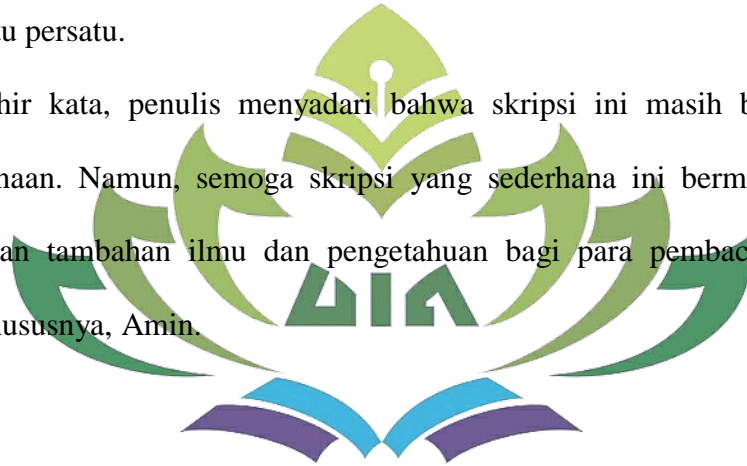
4. DR. H. Ahmad Bokhori Muslim selaku Dosen Pembimbing I. Terima kasih atas kesediannya untuk membimbing, dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Drs. H. Badrul Kamil, M.P.d.I selaku Dosen Pembimbing II. Terima kasih atas kesediannya untuk membimbing, memberikan arahan, dan kritis serta saran dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Terima kasih telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu ini.
7. Seluruh staf karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, terima kasih atas kesediannya membantu penulis dalam menyelesaikan syarat-syarat administrasi.
8. Made Suyasmini, S.P.d selaku kepala sekolah SMP Negeri 12 Bandar Lampung, yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
9. Drs. Atonius Heru P selaku Waka Kesiswaan di Mts Hasanuddin Kupang Teba TelukBetung yang telah membantu dalam penelitian dan mengumpulkan data skripsi.
10. Dra. Yurdianingsih selaku guru BK SMP Negeri 12 Bandar Lampung, yang telah berkenan membantu dalam pelaksanaan penelitian.
11. Peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

12. Sahabat-sahabat ku yang telah ada didekatku ketika dalam keadaan sedih maupun senang dan memotivasiku yaitu : Ajat Sudrajat, Dina Kholisa Mashidaya, Yunia Fitriani, Santi Rrianti, Meilan Sari, Rahmah Khoirunisa, Srimay Yati, Puja Ulfaini.

13. Rekan-rekan seperjuangan 2014 kelas BK/B trimakasih atas dukungan dan support selama 4 tahun dan sukses buat kalian

14. Semua pihak yang telah membantu penulis, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak jauh dari kesempurnaan. Namun, semoga skripsi yang sederhana ini bermanfaat dan dapat memberikan tambahan ilmu dan pengetahuan bagi para pembaca umumnya dan penulis khususnya, Amin.



Bandar Lampung, 2018

Penulis,

SITI KHOLIFAH
1411080132

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO	v
PESEMPAHAN.....	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikas Masalah.....	12
C. Batasan Masalah	13
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian	13
F. Ruang Lingkup penelitian	14
 BAB II LANDASAN TEORI	
A. Konseling Kelompok.....	15
1. Pengertian Konseling Kelompok	16
2. Tujuan Konseling Kelompok	18
3. Komponen Layanan Konseling Kelompok.....	20
4. Asas-asas Dalam Konseling Kelompok.....	21
5. Tahap-tahap Konseling Kelompok	22
B. Teknik <i>assertive training</i>	24

1. Pengertian <i>assertive training</i>	24
2. Perilaku <i>assertive training</i>	26
3. Dasar teori <i>assertive training</i>	29
4. Tujuan <i>assertive training</i>	31
5. Prosedur <i>assertive training</i>	33
6. faktor-faktor keberhasilan <i>assertive training</i>	35
C. Kecerdasan Emosional.....	36
1. Pengertian kecerdasan emosional	36
2. Bentuk penangan kecerdasan emosiona	41
3. Identifikasi kecerdasan emosional	43
D. Penelitian Relevan.....	46
E. Kerangka Berfikir	48
F. Hipotesis	49
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis penelitian	50
B. Desain penelitian	50
C. variabel penelitian.....	51
D. Definisi Oprasional.....	52
E. Populasi dan sampel.....	55
F. Teknik Pengumpulan Data.....	56
1. kuisisioner	56
2. wawancara.....	56
3. observasi.....	57
4. dokumentasi	57
G. pengembangan instrument penelitian.....	58
H. Uji validasi dan reabilitas	63
I. Teknik pengelolaan data dan analisis data.....	77
1. Teknik pengelolan data	77
2. Analisis data	78
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	80
1. Gambaran mengenai kecerdasan emosional.....	81
a. Data diskriptif <i>pretest</i>	82
b. Data diskriptif hasil <i>pretest</i>	83

2	Pelaksanaan konseling kelompok	84
	a. Pelaksanaan konseling kelompok.....	84
	b. Data diskriptif hasil <i>posttest</i>	90
3.	Uji Hipotesis Wilcoxon	91
	a. Analisis proses perhitungan <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	92
	b. Analisis data <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	96
B.	Pembahasan.....	98
C.	Keterbatasan Penelitian.....	100

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A.	Kesimpulan.....	101
B.	Saran.....	102

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Hasil prapenelitian.....	9
Tabel 2 langkah <i>asertive training</i>	34
Tabel 3 Sub indikator kecerdasan emosi	44
Tabel 4 Definisi oprasional	54
Tabel 5 Populasi penelitian	55
Tabel 6 Kisi- kisi instrument penelitian	58
Tabel 7 Hasil Uji Validasi Angket	64
Tabel 8 Kisi-kisi setelah uji validasi	64
Tabel 9 Kriteria reabilitas	72
Tabel 10 Hasil uji reabilitas	73
Tabel 11 Skor skala likert.....	72
Tabel 12 Treatmant	75
Tabel 13 Jadwal pelaksanaan konseling kelompok	77
Tabel 14 Hasil <i>pretest</i> kecerdasan emosi	83
Tabel 15 Hasil <i>posttest</i> kecerdasan emosi	90
Tabel 16 Hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	92
Tabel 17 Hasil uji wilxocom	93
Tabel 18 Deskripsi <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	96
Tabel 19 Perbandingan nilai rata-rata nilai pretest posttest	97

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka berfikir	49
Gambar 2 <i>Pola one grup pretest- posttest</i>	51
Gambar 3 Variabel penelitian	53
Gambar 4 Histogram hasil pretest.....	84
Gambar 5 Histogram hasil posttest	91
Gambar 6 Kurva kelas VII	95
Gambar 7 Grafik peningkatan kecerdasan emosi.....	98



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pendidikan merupakan suatu usaha atau kegiatan yang dijalankan dengan bertahap dan terencana dengan maksud mengubah dan mengembangkan perilaku yang diharapkan. Pendidikan diselenggarakan untuk mengembangkan seluruh potensi dan kemampuan, akan tetapi bukan hanya dari segi intelektual tetapi membangun dan mengembangkan perilaku yang positif, bermanfaat dan mengelola kecerdasan emosional dengan baik, dengan demikian siswa bisa mengembangkan potensinya tersebut bisa dapat memperolehnya dengan cara melalui pendidikan yaitu sekolah. Namun kenyataannya, angka IQ yang tinggi bukanlah jaminan bagi kesuksesan mereka di masa depan kelak. Sering ditemukan dalam proses belajar mengajar di sekolah, siswa yang tidak dapat meraih prestasi belajar yang setara dengan kemampuan inteligensinya. Ada siswa yang mempunyai kemampuan inteligensi tinggi, tetapi memperoleh prestasi belajar yang relatif rendah. Tetapi, ada siswa yang walaupun kemampuan inteligensinya relatif rendah, ia bisa meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya, taraf inteligensi bukan merupakan

satu-satunya faktor yang menentukan keberhasilan seseorang. Ada faktor lain yang tidak kalah pentingnya, yaitu kecerdasan emosional.

Pendidikan tidak bisa lepas dari bidang keilmuan lain, terutama psikologi. Pendidikan ialah bidang yang mengfokuskan kegiatan pada proses belajar mengajar (transfer ilmu). Dalam proses ilmu tersebut, ranah psikologi sangat diperlukan untuk memahami keadaan pendidik dan peserta didik. Oleh karenanya, jika dia menelaah literatur psikologi, kita akan menemukan banyak teori belajar yang banyak bersumber dari aliran-aliran psikologi.¹

Dalam dunia pendidikan, psikologi pendidikan sangat diperlukan. Hal ini dilakukan agar pendidikan dapat mengenali peserta didiknya, disini lah perlunya perlunya mempelajari psikologi pendidikan bagi para pendidik. Psikologi yang merupakan ilmu yang mempelajari ilmu tentang perilaku dan jiwa manusia, baik perilaku peserta didik maupun orang lain. Kajian-kajian psikologi ini lah yang kemudian melahirkan banyak teori belajar.²

Peserta didik yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik, cenderung dapat menjadi lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, jarang tertular penyakit, lebih terampil dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain, lebih cakap dalam memahami orang lain, dan untuk kerja akademis di sekolah lebih baik. Sehingga dia akan mampu menyelesaikan seluruh beban akademisnya tanpa stres yang berlebihan. Lebih

¹Chairul Anwar, "Teori-teori Pendidikan Klasi Hingga Kontemporer", IRCiSoD, Yogyakarta, (2017) h.13

² Ibid, h.14

lanjut, Kecerdasan emosional juga menjadikan anak memiliki kemampuan untuk memotivasi diri sendiri serta tetap bersemangat untuk menghadapi berbagai kesulitan yang mungkin dihadapinya.

Kecerdasan intelektual hanya menyumbang 20% bagi kesuksesan, sedangkan 80% adalah sumbangan faktor-faktor kekuatan lain di antaranya adalah kecerdasan emosional. Dalam proses belajar Peserta didik, kedua inteligensi itu sangat diperlukan. IQ tidak dapat berfungsi dengan baik tanpa partisipasi penghayatan emosional terhadap mata pelajaran yang disampaikan di sekolah. Keseimbangan antara IQ dan EQ merupakan kunci keberhasilan belajar Peserta didik di sekolah.³

Kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing. Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.⁴ Sebuah model pelopor lain tentang kecerdasan emosional diajukan oleh Bar-On pada tahun 1992 seorang ahli psikologi Israel, yang mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi

³Goleman daniel, *Emotional Intelligence* (Jakarta: PTGaramedia Pustaka Utama, 1996.h.9).

⁴*Ibid.*h.10

kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan. Seperti firman Allah SWT didalam Al'Quran surah Al-Imran : 139 yang berbunyi :

مُؤْمِنِينَ كُنْتُمْ إِنِ الْأَعْلُونَ وَأَنْتُمْ تَحْزَنُونَ أَوْلَا تَهْنُؤُونَ

Artinya : "janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."(Q.S. Al-Imran [03] : 139)

Pada hakikatnya dimata Allah yang beriman adalah orang dimuliakan oleh Allah dan dinilai sebagai makhluk yang terbaik. Ayat tersebut juga nampak bahwa orang yang cerdas sebagai orang yang tidak takut dan tidak sedih serta tidak mengalami kegelisahan merupakan orang yang beriman.

Dalam konteks arus perubahan tersebut, kebutuhan umat muslim akan jawaban Islam tentang semua persoalan yang juga cenderung terus berubah sangatlah besar. Tuntutan agar Islam mampu merespon satu persatu persoalan umat dirasakan langsung oleh kaum intelektual, baik dari kalangan akademisi maupun agamawan. Para pemikir Islam sama-sama dihantui perasaan takut bila suatu saat Islam dibuat melemah dan mandeg oleh para pengikutnya sendiridengan cara-cara yang ironis, yaitu menutup pintu ijtihad dan *istinbath al-hukm* (proses penggalian hukum dari sumber al-Quran dan Hadits melalui metode-metode yang sudah baku).⁵

⁵Tadris, "Potensi Perguruan Tinggi Islam Sebagai Lembaga Ijtihad Jama'I"Bandar Lampung 01 no 2 (2016) 105-118.h.2

Gardner dalam bukunya yang berjudul *Frame Of Mind*.⁶ Mengatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan oleh Gardner sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Daniel Goleman disebut sebagai *kecerdasan emosional*.

Mengungkapkan bahwa kecerdasan intelektual (IQ) hanya menyumbangSetinggi tingginya 20% bagi kesuksesan hidup seseorang, sisanya 80% lainnya diisi salah satunya oleh kecerdasanemosional. Jadi untuk menjadi pribadi yang sukses tidaklah cukup hanya mengandalkan intelektual, kecerdasan emosional juga perlu dimiliki oleh tiap individu. Pentingnya kecerdasan emosi ini diungkapkan dalam dua Penulisan yang mengungkap emosi dapat dikendalikan agar perilaku yang dapat merugikan individu dapat diatasi .⁷Dalam hadis *Rasulullah saw menjelaskan bahawa kecerdasan emosional dengan menggunakan kata al-kayyis, sebagaimana dalam hadits berikut :*

⁶Goleman, Daniel. (2000). *Working With Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

⁷Goleman, Daniel. (2000). *Emitional Intelligence (terjemahan)*. Jakata : PT Gramedia

عَنْ شَدَّادِ بْنِ أَوْسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ- قَالَ « الْكَيْسُ
مَنْ دَانَ نَفْسَهُ

وَعَمِلَ لِمَا بَعْدَ الْمَوْتِ (رواه الترمذي)

“Dari Syaddad Ibn Aus, dari Rasulullah saw. Bersabda : orang yang cerdas adalah orang yang merendahkan dirinya dan beramal untuk persiapan sesudah mati (H.R. At-Tirmidzi)”.⁸

Orang-orang yang hebat dalam keterampilan membina hubungan ini akan sukses dalam bidang apapun. Orang berhasil dalam pergaulan karena mampu berkomunikasi dengan lancar pada orang lain. Orang-orang ini populer dalam lingkungannya dan menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuannya berkomunikasi ramah tamah, baik hati, hormat dan disukai orang lain dapat dijadikan petunjuk positif bagaimana Peserta didik mampu membina hubungan dengan orang lain. Sejauhmana kepribadian Peserta didik berkembang dilihat dari banyaknya hubungan interpersonal yang dilakukannya. Berdasarkan uraian tersebut di atas, penulis mengambil komponen-komponen utama dan prinsip-prinsip kecerdasan emosional sebagai faktor untuk mengembangkan instrumen kecerdasan Emosional.

Lebih lanjut, berdasarkan data awal yang diperoleh pada saat praPenulisan pada tanggal 7 febuari 2018 di SMP N 12 Bandar Lampung, dengan melihat

⁸Hadis Dari Syaddad Ibn Aus (H.R. At-Tirmidzi)

beberapa indikator kecerdasan emosional yang di kembangkan dari teori Daniel Goleman. Kecerdasan emosional menurut Daniel Goleman terbagi menjadi 5 aspek yaitu: (1) Kesadaran diri, (2) Mengelola emosi, (3) Memanfaatkan emosi secara produktif, (4) Empati, (5) Membina hubungan dengan orang lain.⁹

Meskipun fenomena berabad-abad, kecerdasan emosional telah menerima sejumlah besar perhatian dan popularitas di berbagai akademis dan non-akademik lingkaran selama dua dekade terakhir. Kemampuan, kapasitas, dan kecerdasan emosional keterampilan semakin menjadi signifikan dan tak terelakkan hampir di semua karya kehidupan mulai dari kepemimpinan yang efektif, tim pembangunan, hingga jaringan yang mencakup seluruh dunia komunikasi, pengembangan potensi dan kinerja manusia, keterampilan sosial dan kehidupan ekonomi dan politik. Dalam internasional yang dinamis dan terintegrasi secara kompleks ini sistem ekonomi, pemimpin masa depan harus memfasilitasi orang lain untuk mengembangkannya.

Kepemimpinan sendiri, keterampilan dan potensi dengan bantuan kecerdasan emosional. Jadilah itu karena mungkin, masih ada perdebatan yang berlanjut di antara para Penulis yang berkaitan dengan metode terbaik untuk mengukur konstruk kecerdasan emosi ini. Menjaga ini lihat, makalah ini bertujuan untuk memperkenalkan ukuran baru, berdasarkan holistik dan pendekatan

⁹ Arum, Dewi Dan Asri Ni Luh. WWP. Efektifitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Pada Peserta didik Kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung. *Ejurnal Emotional Intelligence And The Intelligence Of Emotionans* Volume: Vol 15. No.3 Tahun 2004 Tersedia Di

pemodelan sistem, untuk membuat konsep dan mengukur fenomena kecerdasan emosional. Ini mengembangkan, membangun dan memvalidasi model itu mengkonseptualisasikan dan mengukur fenomena kecerdasan emosional dengan membangun dan menggunakan model persamaan struktural variabel laten dalam tertentu batas-batas sistem psikososial. Ini akan memberi kita ukuran atau indeks kecerdasan emosi pada tingkat individu.

Indeks kecerdasan emosional akan menunjukkan sejauh mana individu atau sekelompok orang tertentu cerdas secara emosional dan area mana yang kurang memiliki kecerdasan ini, jika ada. Kekuatan dan Kelemahan berbagai komponen model juga akan menunjukkan karakteristik pada tingkat tertentu untuk menentukan apa sebenarnya individu atau kelompok individu membutuhkan untuk meningkatkan kemampuan kecerdasan emosionalnya. Kata kunci: kecerdasan emosi; sistem psikososial; keterampilan emosional diri; perkembangan intrapersonal; modal sosial; keunggulan manajemen; sosio-ekonomi faktor; pendekatan sistem; kontestabilitas manusia

Pendahuluan: kembali ke awal Manusia itu unik dalam cara mereka berada di puncak spektrum kecerdasan yang ada. gence 1 dan lebih baik dalam berpikir dan mampu mengartikulasikan perasaan mereka secara efektif. Itu Otak manusia memiliki seperangkat keterampilan kognitif yang luar biasa untuk memproses informasi yang kompleks. Kecerdasan manusia yang dikembangkan selama bertahun-tahun sebelumnya dianggap sebagai satu kesatuan faktor kesatuan. Namun, Howard Gardner yang oleh coining teori beberapa kecerdasan menemukan bahwa kecerdasan manusia mencakup

seperangkat beberapa kemampuan yang saling berhubungan dan terjalin, seperti kapasitas untuk berpikir, untuk merencanakan, untuk memecahkan masalah, berpikir abstrak, memahami ide-ide.

Masalah kecerdasan emosional yang rendah pada peserta didik ini dapat dilihat dari ciri-ciri atau indikator yang di temukan dari hasil wawancara dan dokumentasi guru bimbingan dan konseling di SMP N 12 Bandar Lampung dari populasi peserta didik kelas VIII yang berjumlah 35 peserta didik. Menurut guru BK di SMP N 12 Bandar Lampung peserta didik yang masih rendah kecerdasan emosionalnya terdapat pada kelas C dengan populasi peserta didik sebanyak 35, terlihat ada 10 peserta didik yang mempunyai kecerdasan emosional rendah. Maka dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1
Hasil Pra Penulisan Rendahnya Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG TAHUN 2017/2018

No	Indikator	Jumlahnya peserta didik	Presentase
1	Kesadaran diri	2	20 %
2	Mengelola emosi	2	20 %
3	Memfaatkan emosi secara produktif	2	20 %
4	Empati	2	20 %
5	Membina hubungan dengan orang lain	2	20 %
Jumlah		10 peserta didik	100 %

Sumber : Data Hasil Pra Penelitian di SMP N 12 Bandar Lampung pada tanggal 07 febuari 2018.

Berdasarkan data diatas yang di hadapi di SMP N 12 Bandar Lampung , terlihat dari indikator kecerdasan emosional di mana ditunjukkan dengan adanya

indikasi bahwa peserta didik sulit mengelola emosinya sendiri sehingga tidak mempunyai teman akrab, mudah tersinggung dan sakit hati, menarik diri dari lingkungan dan sulit untuk menyesuaikan diri dengan orang lain, kurang berempati dengan keadaan lingkungan sekitar baik dengan guru atau dengan teman-temannya kurang memotifasi diri sendiri ataupun orang lain, dan kurang mampu membina hubungan baik dengan lingkungannya.¹⁰

Hasil ini diperkuat dengan wawancara salah satu guru mata pelajaran di SMP N 12 Bandar Lampung yang dapat disimpulkan sebagai berikut:
 Pada saat peserta didik diberikan waktu untuk bertanya tentang mata pelajaran yang sudah di bahas, mereka lebih banyak diam dan kurangnya respon terhadap mata pelajaran yang telah disampaikan.¹¹

Jika masalah kurangnya kecerdasan emosional peserta didik maka akan menimbulkan hambatan besar pada bidang kehidupan pribadi, sosial, karier dan dalam belajar. Salah satunya peserta didik mengalami ketertinggalan dalam proses pembelajaran. Adapun upaya guru BK yang telah dilakukan dengan memberikan layanan informasi, bimbingan klasikal agar peserta didik memahami tentang pentingnya kecerdasan emosional dalam menentukan keberhasilan dalam belajar, akan tetapi upaya yang telah dilakukan oleh guru BK belum mencapai hasil yang optimal karena peserta didik memiliki masalah yang variatif, sehingga guru BK tidak berfokus kepada masalah dalam kecerdasan emosional.

Dalam ini layanan bimbingan dan konseling mempunyai peranan yang sangat penting dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada peserta didik.

¹⁰ Hasil praPenulisan SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG kelas VIII

¹¹ Hasil wawancara dengan peserta didik SMP NEGERI 12 BANDAR LAMPUNG.

Hal ini disesuaikan dengan pengertian bimbingan konseling menurut Blocher, "konseling adalah membantu individu agar dapat menyadari dirinya sendiri dan memberikan reaksi terhadap pengaruh-pengaruh lingkungan yang di terimanya, selanjutnya membantu yang bersangkutan menentukan beberapa makna pribadi bagi tingkah laku tersebut mengembangkan serta memperjelas tujuan dan nilai-nilai untuk perilaku dimasa yang akan datang."¹²

Penggunaan layanan konseling kelompok dapat membantu peserta didik yang mengalami masalah kecerdasan emosional. Layanan konseling kelompok memiliki beberapa pendekatan salah satunya yaitu pendekatan *behavior*. Pendekatan *behavior* merupakan pendekatan untuk perubahan dan tingkah laku. Pada pendekatan *behavior* dapat beberapa teknik salah satunya yaitu *teknik assertive training* dilakukan dengan tujuan agar Peserta didik dapat memiliki perilaku asertif. "perilaku asertif di bagi menjadi lima aspek yaitu aspek ketegasan, tanggung jawab, kejujuran, dan menghormati orang lain."¹³

Menurut Corey, "penggunaan *assertive training* didasarkan pada asumsi bahwa banyak orang mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar *assertive training* merupakan sasaran atau membantu individu mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi interpersonal"¹⁴

Assertive training dapat digunakan membantu individu yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan perasaan, Dapat bersikap jujur jelas dan terbuka tetapi tanpa merugikan, melukai serta menyinggung perasaan orang lain. Dalam

¹² Prayitno, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, (Jakarta, PT. Rineka Cipta, 2013), h.101

¹³ Hartono *psikologi konseling*, Jakarta, kencana, 2013, h.129

¹⁴ Gerald Corey, *teori dan praktek konseling & psikotrapi*, (Bandung, PT, Refika Aditama, 2013), h.213

assertive training peserta didik dapat menjelaskan dan menceritakan keinginannya serta jujur, jelas, dan terbuka namun tetapi yang sesuai norma-norma yang berlaku sehingga tidak merugikan orang lain /lingkungan disekitarnya.

Asumsi yang dipakai dalam Penulisan ini adalah bahwa dengan konseling kelompok teknik *assertive training* akan terjadi proses interaksi antara individu diharapkan *assertive training* di jadikan wahana pemahaman nilai-nilai positif bagi peserta didik khususnya dalam kecerdasan emosional yang tidak hanya personal namun pendekatan kelompok seperti latihan asertif yang akan lebih optimal karena para peserta didik tidak akan merasa dihakimi dengan keadaan sendiri, apalagi masalah percaya diri merupakan masalah yang banyak di alami oleh remaja sehingga untuk mengefesienkan waktu teknik *assertive training* dimungkinkan lebih efektif.

Berdasarkan latar belakang kecerdasan emosional layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* baik digunakan untuk meningkatkan kecerdasan emosional .Hal ini yang membuat penulis tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian tersebut, dapat diidentifikasi masalah sabagai berikut :Untuk meningkatkan kembali pemahaman tentang kecerdasan emosional pada peserta didik di SMP NEGERI 12 Bandar Lampung.

1. Peserta didik yang memiliki masalah kecerdasan emosional dalam aspek kesadaran diri yaitu tidak menyadari dalam melakukan suatu hal.
2. Peserta didik yang memiliki masalah kecerdasan emosional pada aspek mengelola emosi yaitu mudah menyerah dan tidak bersikap positif.
3. Peserta didik yang memiliki masalah kecerdasan emosional pada aspek memanfaatkan emosi secara produktif yaitu tidak bisa mengendalikan emosi.
4. Peserta didik yang memiliki masalah kecerdasan emosional dalam aspek empati
5. Peserta didik yang memiliki masalah kecerdasan emosional dalam aspek membina hubungan dengan orang lain.

C. Batasan Masalah

Penulis membatasi permasalahan yang dibahas agar tidak meluas. Pembatasan masalah dalam Penulisan ini adalah “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, rumusan masalah Penulisan ini adalah “Adakah Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Dapat Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung”?

E. Tujuan Penulisan

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik di SMP N 12 Bandar Lampung.

1. Manfaat dan Kegunaan Penulisan

a. Secara Teoritis

Hasil Penulisan ini diharapkan dapat menambah wawasan baru dan memberikan masukan bagi ilmu pengetahuan pada umumnya serta pengembangan ilmu bimbingan dan konseling khususnya, untuk meningkatkan Kecerdasan emosional dengan menggunakan teknik *assertive training*,

b. Secara Praktis

1. Bagi Penulis

Untuk menambah pengetahuan dan memberikan pengalaman yang luar biasa sebagai bekal untuk menjadi calon konselor yang profesional.

2. Bagi Guru

Memberikan informasi dan menambah keterampilan guru bimbingan dan konseling dalam rangka pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan etika pergaulan peserta didik.

3. Bagi Peserta Didik

Penulisan ini diharapkan memberikan dampak positif dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik di SMPN 12 Bandar Lampung.

F. Ruang Lingkup Penulisan

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian agar lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah objek penelitian ini adalah “PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL”. Subjek penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP N 12 BANDAR LAMPUNG .



BAB II

LANDASAN TEORI

A. **Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training***

1. **Pengertian Konseling Kelompok**

Pengertian konseling kelompok secara umum adalah pemberian bantuan kepada sekelompok siswa baik yang sudah ditentukan jumlah maupun yang sudah terbentuk apa adanya. Konseling kelompok menurut sukardi adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk membahas dan penegasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.¹

Menurut Winkel **Konseling kelompok** adalah proses pemeberian bantuan kepada orang lain dalam memahami dirinya dan lingkungan yang mempunyai tujuan ingin dicapai bersama,berinteraksi dan berkomunikasi secara insentif satu sama lain pada waktu berkumpul, saling tergantung pada proses kerja sama,dan memndapatkan keputusan pribadi dari interaksi psikologis dengan seluruh anggota yang bergabung dalam suatu santuan.²

¹ Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Pprogram Bimbingan dan Konseling di Sekolah*(Jakarta :Rineka Cipta,2008),h. 68.

² Wikel,WS,Hastuti,*Bimbingan dan Konseling di Instusi Pendidikan* (Yogyakarta: Media Abadi,2006),h. 548.

Berdasarkan dari pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling kelompok adalah konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari nara sumber (terutama guru pembimbing) dari atau membahas atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan yang tertentu yang berguna untuk menunjang pemahan dalam kehidupan sehari-hari serta untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai pelajaran dalam mempertimbangkan segala keputusan atau tindakan tertentu, sehingga dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik.

a. **Konseling Kelompok**

Konselor kelompok tanggung jawab menggabungkan aspek-aspek ini teori dan penelitian. Tujuan utama dari kelompok pertanggung jawaban kelompok. Seling dalam praktik kerja sosial adalah mengembangkan sistem per positif saling membantu antar anggota. Dalam konteks ini, setiap anggota menemukan . Cara menangani masalah mereka dengan berperilaku dengan cara yang meningkatkan harga diri mereka, senewe tanggung jawab, dan kemampuan untuk peduli tentang diri mereka sendiri dan orang lain. Tujuan ini dicapai melalui penerapan prinsip, struktur, fase, dan teknik tertentu. Orang yang bertanggung jawab juga melakukan itu yang memberinya perasaan harga diri dan perasaan bahwa dia bermanfaat bagi orang lain. Di sisi lain, Glasser percaya orang yang bisa diajak bicara

melakukan seperti apa rasanya, apa yang paling nyaman, dan apa yang paling menguntungkan bagi diri sendiri. Ia tidak mendapatkan hasil spect termasuk diri sendiri dan pada waktunya membawa penderitaan pada satu diri dan orang lain.¹ Konseling kelompok adalah salah satu cara kerja pekerja sosial yang beragam dengan kelompok-kelompok dalam praktik layanan klinis dan langsung. Padahal sosial literatur pekerjaan tentang kerja kelompok memberikan sedikit perhatian pada spemetodologi spesifik untuk konseling kelompok (Tropp, 1971). Kekurangan ini pengembangan metodologi kerja sosial telah menyebabkan pencarian arahan untuk bekerja dengan kelompok untuk tujuan konseling terapeutik dengan- dalam literatur kasus-kasus (Sherman, 1958) dan di luar program fesi dalam literatur terapi kelompok.²

b. Prinsip

Beberapa prinsip konseling yang lebih tradisional adalah didefinisikan dalam groulps tanggung jawab. Reformulasi prinsip-prinsip ini PIKIRAN untuk praktik dirancang untuk melayani pencapaian tujuan untuk kelompok dan anggotanya. Artinya, setiap anggota dan kelompok-sebagai-a-keseluruhan mengembangkan tanggung jawab, perhatian, dan harga diri perilaku melalui bantuan timbal balik.³

¹ Patrick Hughes , *Britishs journal Guidance and Counseling schools* (1985) h.6

² Ejurnal (*Guidance and Counselling in Schools* Vol 13. No. 1, January 1985). 16 october 2007 Pada Jam 16.54.

³ Joseph D Anderson Acsw, "Social Work with Groups Responsibility Group Counseling," no. January 2015 (n.d.), h. 9, <https://doi.org/10.1300/J009v07n02>.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Kehidupan kelompok dalam hidup seseorang memiliki peranan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Pengaruh kelompok memiliki peranan yang positif dan negative, sehingga akan mencapai dengan maksimal suatu layanan konseling dalam kelompok terlebih dahulu harus menentukan tujuan yang akan ditentukan bersama . Menurut Dewa Ketut Sukardi,tujuan konseling kelompok meliputi:

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak
- b. Melatih anggota kelompok dapat bertenggang rasa terhadap teman sebaya
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok
- d. Menegaskan permasalahan-permasalahan kelompok.⁴

Sementara itu, tujuan konseling kelompok yang di kemukakan Winkel adalah sebagai berikut

- a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menumukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahan diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadian nya.
- b. Para anggota kelompok mengembangkan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.

⁴ Dewa Ketut Sukardi,*Pengantar Pelaksana Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*(Jakarta: Rineka Cipta,2008),h. 68

- c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontara atau pribadi didalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar kehidupan kelompoknya.
- d. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitive terhadap kebutuhan-kebutuhan dan prasaan-perasaan sendiri.
- e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.
- f. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa kominikasi demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat kemudian hari.⁵

Bagi konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok, mereka akan mengembangkan berbagai ketrampilan yang pada intinya meningkatkan kecerdasan emosional. Dalam konseling kelompok mereka merasa lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi dari pada ketika mereka mengikuti

⁵ M.Edi kurnanto, *Konseling Kelompok*. (Alfabeta :Bandung, 2013) h.10.

sesi konseling individual. Dalam suasana konseling kelompok mereka lebih rela menerima sumbangan pikiran dari seorang rekan anggota atau dari konselor yang memimpin kelompok itu. Dalam konseling kelompok konseli juga berlatih untuk dapat menerima diri sendiri dan orang lain dengan apa adanya serta meningkatkan kecerdasan emosional.

Berdasarkan pendapat di atas yang berkaitan dengan kecerdasan emosional peserta didik maka dengan konseling kelompok di harapkan akan timbul peningkatan dalam kecerdasan emosional peserta didik. Dengan adanya konseling kelompok maka dapat membantu peserta didik agar dapat meningkatkan kecerdasan emosional nya.

3. **Komponen Layanan Konseling Kelompok**

Ada pun komponen-komponen yang dapat pada layanan konseling kelompok adalah pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

a. Pemimpin kelompok Menurut Prayitno, pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri.⁶ Dalam hal ini pemimpin kelompok adalah konselor-konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan layanan konseling kelompok.

b. Anggota kelompok

⁶ Prayitno, *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 1995), h.39

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

4. Asas-Asas Dalam Konseling Kelompok

Dalam konseling kelompok terdapat sejumlah asas-asas yang harus di perhatikan ,asas tersebut di jelaskan sebagai berikut :

a. Asas kerahasiaan

Asas kkerahasiaan ini memegang peranan penting dalam layanan konseling kelompok dalam masalah yang di bahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok di harapkan kebersedia menjaga semua pembicaraan maupun tindakan yang dalam kegiatan konseling kelompok.

b. Asas kesukarelaan

Asas sesukarelaan ini adalah kehadiran, pendapat serta tanggapan dari anggota kelompok bersifat sukarela tanpa pelaksanaan.

c. Asas keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sanagat di perlukan, karena jika keterbukaan tidak muncul maka terdapat keraguan dan kekhawatiran, selain

itu juga ketua kelompok akan sulit untuk memahami masalah anggota kelompok.

d. Asas kegiatan

Hasil kegiatan kelompok tidak akan berarti bila anggota kelompok yang di bimbing tidak melakukan kegiatan tidak akan mencapai tujuan-tujuan konseling

e. Asas kenormatifan

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

f. Asas kekinian

Masalah yang di bahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya masalah yang sedang saat ini dihadapi.⁷ Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa ada enam asas dalam layanan konseling kelompok yang sangat beberapa penting dalam pelaksanaan konseling kelompok teknik *assertive training* yaitu asas kerahasiaan, kesukarelaan , keterbukaan, kegiatan, kenormatifan dan kekinian.

5. Tahap-Tahap Konseling Kelompok

Proses pelaksanaan konseling kelompok di laksanakan melalui tahap-tahap berikut:

⁷ Prayitno ,*Op Cit*,h.114-119

1. Tahap awal kelompok

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

2. Tahap peralihan

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

3. Tahap kegiatan

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

4. Tahap pengahiran

Pada tahap ini pelaksanaan konseling di tandai dengan anggota kelompok mulai melakukan perubahan tingkah laku di dalam kelompok. Langkah – langkah pada tahap pengahiran adalah ; (a) menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan diakhiri, (b) anggota kelompok mengemukakan kesan dan kemajuan yang dicapai masing-masing,(c) membahas kegiatan lanjutan ,(d) pesan serta tanggapan anggota kelompok, (e) ucapan terima kasih,(f) berdoa , (g) perpisahan.⁸

B. Teknik *Assertive Training*

1. Pengertian *assertive training*

Assertive training merupakan salah satu teknik pendekatan behavior,yang dapat mengubah tingkah laku menjadi lebih baik. Menurut

⁸ M.Edi Kurnanto ,*Op.cit*.hal.137-172

Hartono dalam bukunya bahwa *assertive training* merupakan teknik yang sering kali di gunakan oleh penggiat aliran masalah-maslah yang berhubungan dengan percaya diri, pengungkapan diri, atau ketegasan diri.⁹ Sedangkan menurut Brom, "assertive training pada dasarnya merupakan suatu program yang di rancang untuk menegmbangkan kompetensi manusia dalam hubungandengan orang lain. *Assertive training* merupakan salah satu tehnik modifikasi perilaku yang telah di klasifikasi sebagai varian dari psikologi perilaku.¹⁰

Berdasarkan pendapat tersebut teknik *assertive training* merupakan teknik yang dipakai untuk mengatasi masalah yang berhubungan dengan kepercayaan diri, pengungkapan diri dan ketegasan diri. Dengan *assertive training* peserta didik dilatih untuk memiliki kepercayaan diri yang baik sehingga dapat membina hubungan lingkungan sekitarnya, mengungkap diri sehingga peserta didik dapat mengutarakan pendapatnya, dan memilih ketegasan diri atas tindakan atau hal-hal yang menimpa dirinya.

Perilaku *asertif* merupakan terjemahan dari istilah *assertiveness* atau *assertion* yang artinya titik tengah antara perilaku non *asertif* dan perilaku agresif. orang yang memiliki tingkah laku atau perilaku *asertif* orang yang berpendapat dari orientasi dari dalam, memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat mengungkapkan pendapat dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut dan berkomunikasi dengan

⁹ Hartono *et.al*, *Psikologi Konseling*, (Jakarta, Kencana, 2013), h. 129

¹⁰ Mochammad, Nuralim, *Strategi dan Interverensi Konseling*, (Jakarta Barat, Akademia Permata, 2013), h. 141

orang lain secara lancar. Sebaliknya orang yang kurang *asertif* adalah mereka yang memiliki ciri terlalu mudah mengalah atau lemah, mudah tersinggung, cemas, kurang yakin pada diri sendiri, sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain dan tidak bebas mengemukakan masalah atau hal yang telah dikemukakan.¹¹

2. Perilaku *Assertive Training*

Perilaku *assertive* merupakan suatu bentuk, pola interaksi manusia. Dalam membina hubungan atau interaksinya dengan orang lain dapat didefinisikan tiap bentuk kualitas dasar pola perilaku individu yang *assertive*, agresif, dan pasif.

Assertive training akan menghasilkan asertif pada diri individu, disiplin merupakan bentuk perilaku asertif yang terjadi di sekolah. Dalam perilaku asertif individu dapat meningkatkan kualitas hubungan individu dengan orang lain dengan cara berkomunikasi, individu dapat mengekspresikan perasaan dengan senang tanpa merasa cemas dan tetap menghormati peraturan dan norma-norma yang berlaku. Perilaku menegaskan diri (*self affirmative*) yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain, juga mengemukakan suatu definisi kerja perilaku asertif dengan menyatakan bahwa perilaku *asertif* memperkembangkan perasaan hal dalam

¹¹ Defriyanto&Neti purnama Sari, *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling Karir Dalam Meningkatkan Minat Siswa Dalam Melanjutkan Studi Kelas Xii Di Sma Yadika Natar3*, No. 2 (2016): h.6.

hubungan manusia memungkinkan kita untuk bertindak bebas tanpa merasa cemas, untuk mengekspresikan perasaan dengan senang dan jujur, untuk menggunakan hak pribadi tanpa mengabaikan hak atau kepentingan orang lain.¹²

Dengan memiliki perilaku *asertif* seseorang mampu bertindak sesuai dengan keinginannya, membela haknya dan tidak dimanfaatkan oleh orang lain selain itu, bersikap *asertif* juga berat mengkomunikasikan apa yang kita inginkan secara jelas dengan menghormati tanpa menyakiti orang lain.

Perilaku asertif merupakan latihan untuk menegaskan diri agar dapat bertindak sesuai dengan keinginannya tanpa merugikan orang lain, hal ini senada dengan pendapat Alberti dan Emmons yang mengemukakan sepuluh kunci perilaku *asertif* yaitu : (1) dapat mengekspresikan diri dengan penuh (2) sangat memberi respek kepada kepentingan orang lain (3) langsung dan tegas (4) jujur (5) menempatkan orang lain secara setara dalam suatu hubungan (6) verbal, mengandung isi pesan (perasaan, fakta, pendapat, permintaan keterbatasan (7) non verbal, mengandung bentuk pesan (kontak mata, suara, postur, ekspresi wajah, gerak isyarat tubuh, jarak fisik, waktu, kelancaran berbicara, dan mendengarkan), (8) layak bagi orang lain di situasi tidak

¹² *Ibid*,h.138

universal; (9) dapat di terima secara social, dan (10) di pelajari bukan bakt yang di turunkan.¹³

Dengan memiliki sepuluh kunci perilaku *asertif* perilaku peserta didik dapat mengemukakan pendapat secara jujur, jelas, terbuka namun tanpa mendengarkan perasaan orang lain. Hal ini dapat di lihat melalui kontak mata, ekspresi wajah, kelancara berbicara.

Berdasarkan pendapat Khan tersebut individu atau peserta didik yang memiliki perilaku *asertif* bukan merupakan individu yang menahan diri terhadap pendapat atau keinginannya dan pemalu, tetapi orang yang dapat mengungkapkan perasaan tanpa bertindak agresif (melecehkan orang lain), dan tidak bertindak pasif (menghindari konflik dan cenderung mengalah).

Berdasarkan pendapat tersebut perilaku sertif agresif, dan pasif sangat berbeda. Perilaku agresif cenderung akan merugikan orang lain karena perilaku agresif hanya mengutamakan kepentingan diri sendiri tanpa memikirkan perasaan orang lain, pada perilaku pasif individu lebih mengutamakan kepentingan orang lain, namun tanpa memikirkan kebutuhan atau perasaan dirinya, sedangkan perilaku *assertif* individu bersikap jujur, terbuka terdapat apa yang di rasakan dan diinginkan nya namun tetap menghargai perasaan orang lain.

Individu dapat di katakan *assertif* apabila mampu mengekspresikan dirinya secara terbuka tanpa menyakiti atau melanggar hak orang lain ada tiga

¹³ *Ibid*,h. 138

kategori perilaku *asertif* yaitu *assertif* penolakan dengan di tandai oleh ucapan memperhalus seperti maaf, *assertif* di tandai oleh pujian kemampuan untuk mengekspresikan perasaan positif seperti mengargai, menyukai, mencintai, mengagumi, memuji dan bersyukur, *assertif* permintaan terjadi jika seseorang meminta orang lain yang mungkin melakukan suatu kebutuhan atau tujuan seseorang tercapai, tanpa tekanan atau paksaan.

Kearsetifan dapat membuat seseorang berkomunikasi secara langsung dengan orang lain tanpa menimbulkan perasaan marah dan mengekspresikan perasaan sesuai dengan kondisi dan situasi, perilaku *assertif* akan meningkatkan perasaan dan kepercayaan diri seseorang. Hal ini akan membantu seseorang merasa nyaman dengan orang lain dengan meningkatkan kemampuan dalam membangun hubungan yang memuaskan dengan orang lain.

3. Dasar Teori *Assertive Training*

Assertive training didasarkan pada pendapat bahwa terdapat yang tidak dapat mengemukakan pendapat, bersikap jujur dan terbuka, namun, tanpa merugikan orang lain.

Dalam buku mochamad Nursalim pengertian *assertive training* menurut Bruno pada dasarnya merupakan sesuatu program belajar yang di rancang untuk mengembangkan kompetensi manusia dengan hubungan manusia dengan orang lain. Sedangkan menurut Alberti dan Ermmmons penekanan *assertive training* adalah pada ketrampilan dan penggunaan ketrampilan

tersebut dalam tindakan, sedangkan menurut Redd dkk, latihan *assertif* di rekomendasikan untuk individu yang mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain memiliki kesulitan dan berkomunikasi dengan orang lain, dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain.¹⁴

Dari pendapat tersebut maka akan di simpulkan bahwa *assertive training* merupakan suatu strategi bantuan dari ilmu konseling dan psikotripsi yang di gunakan untuk menemukan mempertahankan dan meningkatkan, penguat. (rainformen) dalam suatu sistuasi interpersonal melalui suatu ekspresi perasaan atau keinginan.

Assertive training adalah suatu teknik untuk membantu dalam hal-hal berikut ; (1) tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya (2) mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan (3) mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata”tidak” (4) mereka yang suka menyatakan cinta dan respon positif lainnya dan (5)mereka yang merasa tidak hak untuk menyatakan pendapat dan pikiran nya.¹⁵

Dilihat dari posisinya *assertive training* merupakan salah satu strategi tetapi yang di gunakan dalam pendekatan perilaku sebagaimana di kemukakan oleh Redd bahwa”*assertive training* merupakan suatu teknik khusus terapi pendekatan prilaku, demikian juga Bruno menegaskan bahwa”*assertive*

¹⁴ Mochamad Nursalim,*Strategi & Intervensi Konseling*,(Akademik Permata,Jakarta,2013),h.138

¹⁵ Sofyan S Wilis,*Konseling Individual Teori dan Praktek*,(Bandung ,Alfabeta 2014),h. 140

training” merupakan salah satu teknik dalam konseling behavioral yang menitik beratkan kepada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakan. Teori *assertive training* di dasarkan pada suatu asumsi bahwa banyak manusia menderita karena perasaan yang cemas, depresi dan reaksi-reaksi ketidak bahagian yang lain karna tidak mampu untuk mempertahankan, membela hak atau keuntungan pribadinya. Penekanan *assertive training* adalah pada ketrampilan dan penggunaan keterampilan tersebut dalam tindakan.

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

4. Tujuan *Assertive Training*

Tujuan dari teknik ini ialah untuk melatih konseling yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakan nya adalah layak atau benar, tujuan *utama assertive training* ini ialah untuk mengatasi kecemasan yang di hadapi oleh seorang akibat perilaku yang di rasakan tidak adil oleh lingkungannya. Meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif.

Lazarnus mengemukakan bahwa tujuan dari *assertive training* ialah untuk meroksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respons-respons emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional. Sedangkan

menurut Smith "*assertive training*" dapat mengembangkan bukan hanya keterampilan verbal, tetapi juga keterampilan non verbal seperti kontak mata, postur, gesture, ekspresi wajah, tekanan suara dengan layak" teknik ini di gunakan untuk konseli yang mengalami kesulitan untuk menyatakan bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna di antaranya untuk membantu invidu yang tidak mampu untuk mengungkapkan efeksi dan respon positif lainnya.

Dalam bentuk yang tidak jauh berbeda Lazarus menyatakan bahwa tujuan *assertive training* ialah untuk meningkatkan empati kemampuan interpersonal yaitu: (1) menyatakan tidak (2) membuat permintaan (3) mengekspresikan perasaan positif maupun negative dan (4) membuka dan mengakhiri percakapan.¹⁶

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

- a. Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain.
- b. Meningkatkan keterampilan behavioral sehingga mereka bisa menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang di inginkan atau tidak.

¹⁶ Mochmad Nursalim, *Op. Cit.* h.143

- c. Mengajarkan kepada individu untuk mengungkapkan diri dengan cara sedemikian rupa sehingga refleksi kepekaan terhadap perasaan dan hak orang lain.
- d. Meningkatkan kemampuan individu untuk menyalakan dan mengekspresikan dirinya dengan enak dalam berbagai situasi sosial dan
- e. Menghindari kesalahfahaman dari pihak lawan komunikasi.

Dengan demikian tujuan dari teknik *assertive training* ini adalah untuk mengatasi kecemasan yang di hadapi oleh seorang akibat perlakuan yang di rasakan tidak adil oleh lingkungannya, meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif.

5. Prosedur Terapan *Assertive Training*

Prosedur dasar dalam *assertive training* menyerupai beberapa pendekatan perilaku dan konseling, tak ada prosedur standar.

Sebagaimana ditanyakan oleh Redd, Proterfield, dan Anderson, "kontak dengan teknik-teknik modifikasi perilaku lain desensitasi sistematis, tak ada prosedur tunggal dapat di definisikan sebagai *assertive training*. Tetapi menurut mereka, prosedur *assertive training* dapat meliputi tiga bagian utama yaitu pembahasan materi (*didactic discussion*), latihan atau bermain peran (*behavior rehearsal/role playing*) dan praktek nyata (*in vivo practice*)".¹⁷

¹⁷ Mochmad Nursalim, *Op. Cit.*, h.143

Berikut ini di sajikan dalam langkah-langkah dalam menerapkan konseling dengan teknik *assertive training*

Tabel 2
Langkah assertive training

LANGKAH	ISI KEGIATAN
Langkah 1 : Rasional Starategi	<ul style="list-style-type: none"> a. Konselor memberikan rasional atau menjelaskan maksud penggunaan startegi b. Konselor memberikan tahapan-tahapan implementasi strategi
Langkah 2 : Identifikasi keadaan yang menimbulkan personal	<ul style="list-style-type: none"> a. Konselor meminta konseling menceritakan secara terbuka permasalahan yang di hadapi dan suatu yang di lakukan atau di pikirkan pada saat permasalahan timbul
Langkah 3: Membedakan perilaku assertive dan tidak assertive serta mengeksplorasi target	<ul style="list-style-type: none"> a. Konselor dan konseling membedakan perilaku <i>assertif</i> dan prilaku tidak <i>assertif</i> serta menentukan perubahan perilaku yang di harapkan
Langkah 4 : Bermain peran, pemberian umpan baik serta pemberian model prilaku yang lebih baik	<ul style="list-style-type: none"> a. Konseling bermain peran dengan permasalahan yang di hadapi b. Konselor memberi umpan balik secara verbal c. Pemberian model perilaku yang lebih baik d. Pemberian penguat positif dan penghargaan
Langkah 5 : Melaksanakan latihan dan praktek	<ul style="list-style-type: none"> a. Konseling mendomstrasikan perilaku yang <i>assertif</i> sesuai dengan target perilaku yang diharapkan
Langkah 6 : Mengulang latihan	<ul style="list-style-type: none"> a. Konseling mengulang latihan kembali tanpa bantuan

<p>Langkah 7 : Tugas rumah dan tindak lanjut</p>	<p>pembimbing</p> <p>a. Konselor memberi tugas pada konseling, dan meminta konseling memperhatikan perilaku yang diharapkan dan memeriksa perilaku target apakah sudah dilakukan dalam kehidupan sehari-hari</p>
<p>Langkah 8 : Terminasi</p>	<p>a. Konselor menghentikan program bantuan</p>

Sumber: Mochamad Nursalim, 2013

6. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan *Assertive Training*

Dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* maka diperlukan kerjasama yang baik antara konselor dan peserta didik agar pelaksanaan konseling dapat terlaksana dengan baik sesuai dengan tujuan dari bimbingan kelompok itu sendiri. Berikut ini adalah faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan *assertive training* :

1. Karena konselor atau guru bimbingan konseling yang memberikan pengetahuan dan keterampilannya tentang *assertive training* kepada peserta didik untuk diterapkan dalam kehidupan sosial.

2. Peserta didik

Karena peserta didik merespon apa yang di berikan konselor atau guru bimbingan konseling, sehingga dapat mengubah perilaku peserta didik kearah yang lebih baik.

A. Kecerdasan Emosional

1. Pengertian kecerdasan emosional

Kecerdasan yang di miliki oleh manusia merupakan salah satu anugrah besar dari Allah SWT menjadikan sebagai salah satu kelebihan manusia di banding dengan mahluk lain nya. Dengan kecerdsannya, manusia dapat terus menerus mempertahankan kan dan meningkatkan kualitas hidupnya yang semaakin kompleks , melalui proses berfikir dan belajar secara terus menerus.¹⁸

Sekolah yang efektif harus dapat mengenali secara dini kecerdasan masing-masing peserta didik, dan kemudian memberikan layanan yang sesuai tipe dengan kecerdasan yang mereka miliki. Peran penting pendidikan dalam mengembangkan kecerdasan minimal ada tiga macam, yaitu: (1) menilai nya secara dini tipe kecerdasan setiap peserta didik, (2) memberikan model layanan pendidikan yang sesuai dengan kecerdasan tersebut, (3) mengahsah dan mengembangkan kecerdasan semua peserta didik secara optimal.

Salah satu bentuk kecerdasan yaitu kecerdasan emosional. Sebelum membahas tentang kecerdasan emosional, sebaiknya di jelaskan tentang emosi, Adapun yang di maksud dengan perasaan dan nafsu, baik itu bersifat positif dan negatif.¹⁹

Kecerdasan emosi atau sering di sebut EQ adalah sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain,

¹⁸ Iskandar, *Psikologi Pendidikan sebagai sebuah Orientasi Baru*,(Ciputat:Gaung persada press,2009),h.50

¹⁹ *Ibid* .h.51

memilah milih semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan kemampuan. Kecerdasan sangat di pengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Kecerdasan emosi dapat terus di pelajari kemampuan, dimanapun dan oleh siapapun selama seorang tersebut memiliki kemauan untuk mengembangkan dan meningkatkan kecerdasan emosi yang dimiliki. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Sebuah model pelopor lain tentang kecerdasan emosional di ajukan oleh Bar-On pada tahun 1992 seorang ahli psikologi Israel. Menurut Bar-On kecerdasan emosional merupakan rangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan.²⁰ Serangkaian keterampilan dasar dalam menangani emosi merupakan kunci dari kecerdasan emosi seseorang. Orang yang buruk kemampuan nya dalam keterampilan ini kan mengalami kesulitan dalam dalam mengatasi atau menangani tekanan-tekanan dan tuntutan lingkungan yang semakin beragam dalam kehidupan.

Kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spectrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasikinestetik, music,

²⁰ Goleman, Daniel. *Working With Emotional Intelligence (terjemahan)*. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 2000). h. 180

Interpersonal.²¹ Kecerdasan ini di namakan oleh Gerdener sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Goleman di sebut sebagai kecerdasan emosional. Disinilah kecerdasan emosi membuktikan eksistensinya. Kecerdasan emosi memiliki cakupan yang lebih luas yang mampu mengantarkan seseorang memiliki peluang lebih besar untuk bisa menuju puncak prestasi atau bintang kerja di banding kecerdasan emosional yang hal merujuk pada kemampuan kognitif.

Kecerdasan antara pribadi yaitu kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi mereka, bagaimana mereka bekerja, bagaimana mereka bekerja bahu membahu dengan kecerdasan. Sedangkan kecerdasan intra pribadi adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam diri. Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk mrnggunakan modal tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif.²²

Berdasarkan kecerdasan yang di nyatakan oleh Gardner tersebut, Salovoly dalam goleman, memiilih kecerdasan interpesonal dan kecerdasan intrapersonal untuk di jadikan sebaagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada diri individu.²³ Menurut kecerdasan emosional adalah kemampuan seorang unruk mengenali emosi diri, mengelola emosi,

²¹ Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence (terjemahan)*. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama. 2002). h. 50-53

²² Goleman Danilel. 2002. *Op. Cit.* h. 52

²³ Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence (terjemahan)*. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama 2005). h. 57

memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain(emapati) dan kemampuan untuk membina hubungan(kerjasama) dengan orang lain.

Menurut Goleman,kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehiduan emosinya dengan intelegensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui ketrampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan ketrampilan sosial.²⁴

Goleman mengembangkan kemampuan emosi dalam Lima aspek kemampuan yaitu:

a. Mengenali emosi diri

Mengenali emosi diri sendiri merupakan suatu kemampuan untuk mengenali perasaan suatu perasaan terjadi.

b. Mengelola emosi

Mengelola emosi diri merupakan individu dalam menangani perasaan agar dapat terungkap dengan tepat atau selaras, sehingga tercapai keseimbangan dalam diri invidu.

c. Memotivasi diri sendiri

Prestasi harus di lalui dengan di miliknya motivasi dalam diri individu, yang berarti memiliki ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan mengendalikan dorongan hati, serta mempunyai perasaan motivasi yang positif, yaitu antusiasme, gairah, optimis dan keyakinan diri.

²⁴ Goleman Danilel.2000.*Op.Cit.h.* 512

d. Mengenali emosi orang lain

Kemampuan untuk mengenali emosi orang lain di sebut juga empati. Kemampuan seorang untuk mengenali orang yang lain untuk peduli, menunjukan kemampuan empati seseorang.

e. Membina hubungan

Kemampuan dalam membina hubungan merupakan suatu ketampilan yang menunjang pularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antara pribadi. ketampilan dalam berkomunikasi merupakan kemampuan dasar dalam keberhasilan membina hubungan.²⁵

Goleman mengungkapkan bahwa untuk kesadaran diri dalam usaha penanganan emosi dapat di lakukan dengan mendengarkan suara hati dan memahami alam bawah sadar. Menurutnya, penanda ini dapat membimbing seseorang menjauhi pilihan yang telah di peringatkan oleh pengalaman kepada seseorang dapat langsung menghentikan atau menempuh jalur pemikiran dengan keyakinan yang lebihh besar, dengan demikian pilihan sesorang akan menjadi matriks keputusan yang lebih mudah di tangani.²⁶ Setiap individu memiliki perbedaan tanggapan dalam mengartikan emosi yang muncul. Untuk menghindari kesalahan pengungkapan emosi tersebut, maka kecerdasan emosi semakin di perlukan seiring perjalan kehidupan seseorang.

²⁵ Goleman .*Op.Cit.*h.58-59

²⁶ *Ibid* ,h. 71-76

Semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah tertanam secara berangsur-angsur. Emosi adalah setiap orang mencerminkan keadaan jiwanya, yang akan tampak secara nyata pada perubahan jasmaninya. Goleman menyatakan bahwa "emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak.

2. Bentuk Pnaanganan Kecerdasan Emosi

Setiap orang memiliki kecenderungan gaya khas tersendiri dalam menangani dan mengatasi emosinya. Untuk mengetahui gaya yang di anut , seorang yang harus memiliki perhatian yang khusus terhadap keadaan emosinya. Perhatian khusus ini dalah kesadaran diri. Menurut Mayer kesadaran diri berarti waspada terhadap suasana hati maupun pikiran kita tentang suasan hati. Kesadaran diri bukan lah perhatian yang larut dalam emosi, beraksi secara berlebihan dan melebih-lebihkan apa yang di serap. Kesadaran diri lebih merupakan modus netral yang lebih mempertahankan refleksinya diri bahkan di tengah badai emosi. Mayer membagi gaya atau tipe yang cenderung di gunakan seseorang dalam menangani dan mengatasi emosi.²⁷

1. Sadar diri

Peka akan susasana hati ketika mengalaminya. Mereka memiliki kejernihan pikiran tentang emosi yang melandasi tentang ciri-ciri kepribadian lain ,

²⁷ Goleman, Daniel. *Op. Cit*, h.65

mereka akan mandiri dan yakin atas batas-batas yang mereka bangun, kesehatan jiwanya bagus, dan cenderung berpendapat positif akan kehidupan. Bila suasana hatinya sedang tidak bagus, mereka tidak risau dan tidak larut kedalamnya, dan mereka mampu melepaskan dirinya sendiri suasana itu akan lebih baik dan cepat. Ketajaman pola pikir mereka menjadi penolong untuk mengatur emosi.

2. Tenggelam dalam permasalahan

Mereka adalah orang-orang yang seringkali merasa di sukai oleh emosi dan tidak akan berdaya untuk melepaskan diri, seolah-olah suasana hati mereka telah mengambil alih kekuasaan. Mereka mudah marah dan amat tidak peka akan perasaannya, sehingga akan larut dalam perasaan-perasaan itu dan bukan mencari perspektif baru. Akibatnya, mereka kurang berupaya melepaskan diri dari suasana hati yang tidak menyenangkan, merasa tidak mempunyai kendali atas kehidupan emosional mereka. Sering kali mereka merasa kalah dan secara emosional lepas kendali.

3. Pasrah

Orang-rang ini akan sering kali peka akan apa yang mereka rasakan, tetapi mereka cenderung menerima begitu saja suasana hati mereka, sehingga tidak berusaha untuk mengubahnya. Terdapat dua jenis cabang dalam tipe pasrah ini tipe pertama mereka yang terbiasa dalam suasana hati yang menyenangkan, dengan demikian motivasi untuk mengubahnya rendah. Tipe kedua, kendali mereka akan perasaannya, rawan terhadap suasana hati yang tidak

menyenangkan tetapi mereka cenderung menerima dengan sikap tidak hirau dan tidak melakukan apapun untuk mengubahnya meskipun tertekan.

Goleman mengungkapkan bahwa bentuk kesadaran diri dalam usaha penanganan emosi dapat dilakukan dengan mendengarkan suara hati dan memahami alam bawah sadar.²⁸ Menurutnya, penanda ini dapat membimbing seorang pilihan yang telah diingatkan oleh pengalaman kepada seseorang. Ketika suara hati muncul, seseorang dapat langsung menghentikan atau menempuh jalur pemikiran dengan keyakinan yang lebih besar, dengan demikian pilihan seorang akan menjadi matriks keputusan yang lebih mudah di tangani. Pendek kata adalah menyesuaikan diri dengan perasaan-perasaan kita.

3. Identifikasi Kecerdasan Emosioanal

Seorang yang akan dikatakan memiliki kecerdasan emosioanal dapat diketahui melalui beberapa criteria. Menurut Goleman, kecerdasan emosioanal ini di tandai dengan demikian kemampuan-kemampuan seperti kemampuan memahami diri, mengola emosi, memanfaatkan emosi secara produktif, empati dan membina hubungan. Secara rinci unsur-unsur atau indikator kecerdasan emosioanal.²⁹

²⁸ *Ibid*,h. 71-76

²⁹ *Ibid*.h. 240

Tabel 3
Sub indikator kecerdasan emosioanal

No	Indikator	Sub indikator
1	Kesadaran diri	<ul style="list-style-type: none"> a. Mengenal dan merasakan emsoi sendiri b. Memahami faktor penyebab perasaan yang timbul c. Menegnal pengaruh perasaan terhadap tindakan
2	Mengelola emosi	<ul style="list-style-type: none"> a. Bersikap toleran terhadap frustrasi b. Mampu mengendalikan amarah caranya lebih baik c. Dapat mengendalikan prilaku agresif yang merusak diri dan orang lain d. Memiliki perasaan yang positif tentang diri sendiri dan orang lain e. Memiliki kemampuan untuk mengatasi stres f. Dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas
3	Memanfaatkan emosi secara produktif	<ul style="list-style-type: none"> a. Memiliki rasa tanggung jawab b. Mampu memasukan perhatian pada tugas yang di kerjakan c. Tidak bersikap implusif
4	Empati	<ul style="list-style-type: none"> a. Mampu menerima sudut pandang orang lain b. Memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain c. Mampu mendenngarkan orang lain
5	Membina hubungan	<ul style="list-style-type: none"> a. Memahami pentingnya membina hubungan dengan oranng lain b. Dapat menyelesaikan dengan orang lain c. Memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain d. Memilki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan orang lain e. Memiliki sikap tenggang rasa f. Memilki perhatian terhadap kepentingan orang lain

Setiap butir indicator dalam lima wilayah yang di kemukakan dalam table diatas kemudian oleh penulis di jadikan sebagai faktor untuk mengembangkan instrumen kecerdasan emosioanal. Sedangkan Hatch juga mengidentifikasi kemampuan terpisah sebagai komponen –komponen yang mengindikasikan kecerdasan antara pribadi.³⁰

a. Mengorganisir kelompok

Keterampia esensial seorang pemimpin, mengkordinasi upaya menggerakan orang.

b. Merundingkan pemecahan

Bakat seorang mediator, yang mencegah konflik atau menyelesaikan atau konflik-konflik yang meletup. Orang yang mempunyai kemampuan ini hebat dalam mencapai kesepakatan, dalam mengatasi atau menengahi perbantahan.

c. Hubungan pribadi

Yaitu empati dan menjalani hubungan. Bakat ini memudahkan untuk masuk kedalam lingkup pergaulan atau mengenali atau merespon dengan tepat akan perasaan dan keperhatiaa orang lain.

d. Analisis sosial

Mampu mendeteksi dan mempunyai pemahaman tentang perasaan, motif, dan keperhatinan orang lain. Pemahaman akan bagaimana perasaan orang

³⁰ Goleman, Daniel. *Op. Cit*, h. 166

lain dapat membawa ke suatu keintiman yang menyenangkan atau perasaan kebersamaan.

Keterampilan dasar emosional tidak dapat di miliki secara tiba-tiba, membutuhkan proses dalam mempelajarinya dan lingkungan yang membentuk kecerdasan emosional tersebut besar pengaruhnya. Menurut Goleman individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih baik, lebih terampil dalam menenangkan dirinya dengan cepat, jarang tertular penyakit, lebih trampil dalam memutuskan perhatian, lebih baik.

D. Penelitian Relevan

Sebelum penulis melakukan penelitian ini, terdapat penelitian terdahulu yang meneliti mengenai konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dan kecerdasan emosional.

1. Penelitian Yang Dilakukan Jerry Prafitasari Dengan Judul Efektivitas *Assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA 12 Bandar LAMPUNG T.P 2016/2017. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen dengan desain *non-equevalen control graup design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 30 peserta didik kelas XI 12 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017 yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Perhitungan rata-rata skor kecerdasan emosional kelompok eksperimen sebelum 89,2 dan setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan *assertive training* menjadi 136,66. Sedangkan pada kelompok control adalah 87,8 meningkat menjadi 117,46. Dari hasil uji-t dengan df-15 taraf

signifikansi 0.05 sebesar 2,131 dan diperoleh t hitung maka, H_0 di tolak dan H_a diterima yang berbunyi *assertive training* efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMA 12 Bandar Lampung tahun peajaran 2016/2017 diterima.³¹

2. Penelitian ke dua dilakukan oleh Imam Prasetyo dengan judul penelitian pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan percaya diri peserta didik kelas VII SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018. Dari hasil penelitian terdapat 10 peserta didik dengan percaya diri rendah. Berdasarkan hasil yang didapat nilai $t_{hitung} = 7.113$ lebih besar disbanding $t_{tabel} = 2.262$ dengan $df = 9$ dan sig , (2-tailed) = 0,00 dimana $(0,00 < 0,05)$ dengan taraf kepercayaan 95% maka H_0 di tolak dan H_a diterima.³²
3. Penelitian ketiga di lakukan oleh Denita Aryani dengan judul pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kedisiplinan peserta didik di MTS GUPPI 2 Tanjung Karang tahun ajaran 2016/2017. Metode ini menggunakan one grup pretes posttest disain dengan sampel 17 peserta didik hasil analisis data pretest setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan *assertive training* dengan menggunakan uji t . diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($68,25 > 1,78$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima.³³

Penelitian yang penulis lakukan dengan judul pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive tarining* untuk meningkatkan kecerdasan

³¹ Jerryprafitasari, "efektifitas *assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas XI SMP 12 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017". (jurnal skripsi program stars 1 UIN Raden Intan Lampung, 2017).h.130

³² Imam Prasetyo, "pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emsoional peserta didik kelas VII SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018".(jurnal skripsi program stars 1 UIN Raden Intan Lampung, 2017)h.96

³³ Denita Ariyani, " pengaruh konseling kelompok dengan *assertive training* terhadap kedisiplinan peserta didik di MTS GUPPI 2 Tanjung Karang tahun ajaran 2016/17".(skripsi program stars 1 UIN Raden Intan Lampung, 2017).

emosional peserta didik kelas VIII di SMP 12 Bandar Lampung. Penulis menggunakan sampel 10 peserta didik di kelas VIII secara random. Desain penelitian yaitu *one grup pretest posttest* dengan menggunakan uji wilcoxon untuk mencari pengaruh konseling kelompok teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

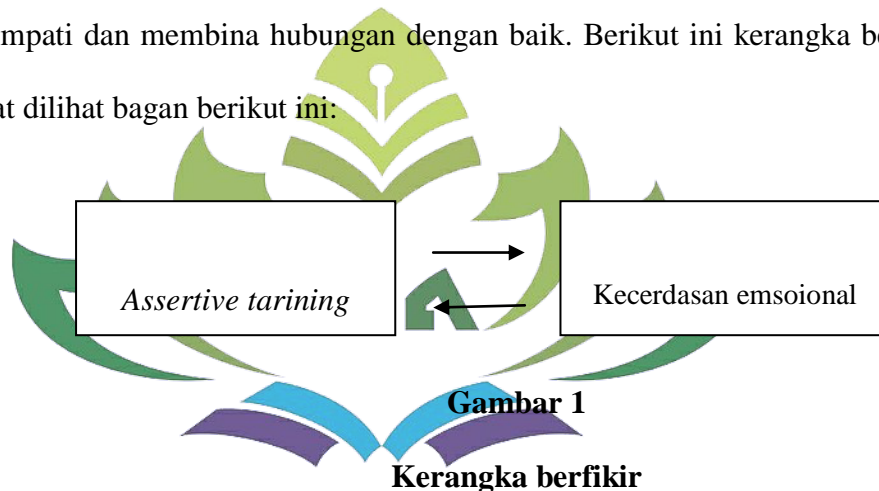
E. Kerangka Berfikir

Kerangka berfikir merupakan penjelasan sementara terhadap gejala-gejala yang menjadi objek permasalahan. Kriteria utama dari kerangka berfikir adalah alur-alur pikiran yang logis dari berbagai teori yang telah dideskripsikan yang selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis sehingga menghasilkan hubungan antara variabel yang diteliti untuk merumuskan hipotesis.

Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* adalah proses pemberian bantuan dari konselor kepada konseli yang mempunyai masalah kecerdasan emosional yang rendah. Dengan demikian peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional rendah dapat meningkatkan kecerdasan emosionalnya berdasarkan berlatih mengenai dengan kesadaran diri, mengelola emosi, memanfaatkan emosi secara produktif, empati, dan membina hubungan dengan orang lain.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kecerdasan emosional akan membantu peserta didik memiliki kemampuan kesadaran diri, dimana peserta didik memiliki kemampuan dalam mengenali emosi yang dia alami pada diri sendiri. Peserta didik yang telah mampu mengelola emosinya, maka akan

memanfaatkan emosional tersebut secara produktif dengan memperhatikan akibat dari setiap emosi yang dialami. Hal ini berdampak pada kemampuan dalam merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, dimana ia mampu menempatkan diri pada sudut pandang orang lain dan dapat menghargai nya. Kemampuan membina hubungan dengan orang lain akan terpenuhi jika memiliki kesadaran diri yang tinggi, mampu mengelola emosi dan memanfaatkannya secara produktif, serta memiliki kemampuan untuk berempati dan membina hubungan dengan baik. Berikut ini kerangka berfikir dapat dilihat bagan berikut ini:



6.Hipotesis

Berdasarkan pengertian tersebut dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis kerja.

Ho: Tidak ada pengaruh kenseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

Ha: Ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emsoional peserta didik kelas VIII SMP 12 Bandar Lampung.



BAB III

METODE PENELITIAN

Metodologi merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode di maksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggung jawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

A. Jenis penelitian

Jenis penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono “penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang di gunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tentang terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan”.¹ Alasan penelitian yang menggunakan jenis penelitian eksperimen, karena dalam penelitian ini akan di cari pengaruh setelah sampel penelitian mendapatkan perlakuan *treatment*.²

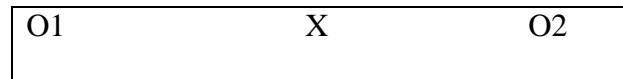
B. Desain Penelitian

Desain penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-ekperimental Desingn One Grop Pretest-Posttest Design* karena penelitian ini

¹ Sugiyono, Op. Cit, h.72

² Laila Maharani and Latifatul Hikmah, “Hubungan Keterbukaan Diri Dengan Interaksi Sosial Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama Minhajuth Thullab Way Jepara Lampung Timur” 2, no. 2 (2015): .h.3

tanpa menggunakan kelompok kontrol dan desain ini terdapat pretest sebelum diberikan perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat. Desain penelitian ini dapat dilihat pada gambar



Gambar 2

Pola One-Group Pretest-Posttest Design

Keterangan :

- O1 : Nilai pretest(sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.)
- X : Pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*
- O2 : Nilai post-test (setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*).¹

Pendapat tersebut dapat di simpulkan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian untuk mencari pengaruh saat sebelum di berikan perlakuan tindakan atau saat sesudah diberikan perlakuan tindakan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan mengeksplorasi dan indetifikasi peserta didik, penelitian dapat menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknis *assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosional pada peserta didik kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung rancangan

¹ Sugiyono, *Op. Cit*, h.110

konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dilakukan oleh penelitian selama satu bulan dengan ketentuan 6 kali pertemuan.

Langkah implementasi layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* dilakukan sebelum penelitian untuk mendapat subjek/sampel penelitian. Selanjutnya observasi dan wawancara dilakukan setelah subjek penelitian ditentukan untuk mendapatkan data yang menunjang dalam penelitian. *Pos-test* diberikan setelah pelaksanaan konseling kelompok dalam beberapa langkah untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik.

C. Variabel Penelitian

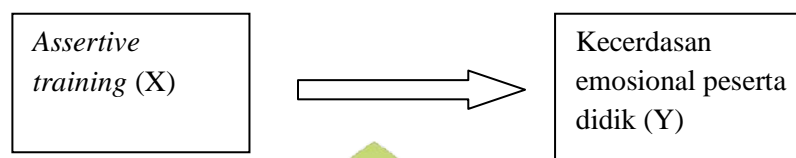
Pada penelitian ini terdapat 2 variabel yaitu:

1. Variabel independen /bebas (x) Variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan dan timbulnya variabel dependen. Variabel independen pada penelitian ini yaitu, *assertive training*.
2. Variabel Dependen/terikat(Y)

Variabel dependen merupakan variabel yang di pengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variable bebas.² Variabel dependen pada penelitian ini yaitu, kecerdasan emosional.

² *Ibid* .h. 61

Dalam penelitian ini, *assertive training* merupakan variable bebas yang di berikan symbol (X) , sementara kecerdasan emosional peserta didik merupakan variable terikat yang di berikan sibol (Y) . Jadi ,korelasi antara dua variabel tersebut dapat di gambar sebagai berikut:



Gambar 3
Variable penelitian

D. Definisi Oprasional

Definisi oprasional variabel merupakan urayan yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan dapat di ukur untuk mengindentifikasi variable atau konsep yang di gunakan. Definisi oprasional di buat untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variable yang ada dalam penelitian.adapun definisi oprasional dari peneliltian adalah:

Tabel 4
Daftar oprasional variabel

No	Variable	Devinisi oprasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala ukur
1	Variable bebas (X) <i>assertive training</i>	<i>Assertive training</i> diberikan untuk membantu untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam mengkomunikasikan apa yang diinginkan di rasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain.	Observasi			
2	Varibel terikat (Y) kecerdasan emosional	(Y) Kecerdasan emosi adalah sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan membantu perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain ,memilah milih semuanya dan menggunakan informasi inni untuk membimbing pikiran dan tindakan.	Angket /kuesioner	Menyebarkan angket	Skor terendah skor tertinggi	Interval

E. Populasi Dan Sempel

1. Populasi

Populasi adalah himpunan keseluruhan karakteristik dari objek yang di teliti.³

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik adalah kelas VIII SMP N 12

Bandar Lampung . Sebagaimana yang di jelaskan dalam tabel berikut :

Table 5
Populasi Penelitian

Kelas	Jumlah peserta didik
VIII	30 Peserta didik
Jumlah	30 Peserta didik

2. Sempel

a. Sempel adalah kelompok kecil yang diamati dan merupakan bagian dari populasi sehingga sifat dan karekteristik populasi juga di miliki oleh sempel.

Ferguson mendefinisikan sampel adalah beberapa bagian kecil atau cuplikan yang ditarik dari populasi.

b. Teknik pengambilan sampel berdasarkan purposiver sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁴ Dalam hal ini peserta didik diberikan skala kecerdasan emosional yang berupa angket pernyataan pada peserta didik kelas VIII A dan VIII B yang kemudian diperoleh jumlah peserta didik yang memiliki kecerdasan emosoional rendah .skala kecerdasan emosional berfungsi menjaring peserta didik yang memiliki

³ *Ibid*.h. 108

⁴ *ibid* h. 108

kecerdasan emosional rendah dengan *pretes* untuk mendapatkan sampel penelitian dengan karekteria yang tela di tententukan kemudian akan di beri teknik *assertive training* sebaagai treatment .

F. Teknik pengumpulan data

Merupakan cara yang di gunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data atau memperoleh data dalam penelitian ini peneliti menggunakn observasi ,angket dan dokumentasi .

1. Angket atau kuesioner

Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden untuk di jawabnya.⁵ Dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket sebagai penguji tingkat kecerdasan emosioanal peserta didik sebelum melakukan *treatment* maupun sesudah. Angket yang digunakan dalam bentuk tanda cek (✓) pada kolom yang sesuai dengan keadaan pribadi peserta didik. Adaun alternative jawaban nya yaitu : sangat setuju(SS), Setuju(S), Tidak setuju(TS), Dan sangat tidak setuju (STS).

2. Wawancara

Teknik wawancara merupakan pengumpulan data dengan cara Tanya jawaban lisan yang di lakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.⁶ penelitian dalam ini menggunakan jenis *interview* bebas

⁵ *Ibid.h.* 142

⁶ Anwar sutoyo, *Pemahaman Individu.*(Yogyakarta,pustaka pelajar,2012,), h.123

terpimpin, guna memperoleh data yang valid dan kredibel yaitu : “*interview* membawa kerangka-kerangka pertanyaan-pertanyaan untuk disajikan tetapi bagaimana cara pertanyaan-pertanyaan itu di berikan tidak secara sistematis, atau pemberi pertanyaan secara fleksibel sesuai dengan keadaan. Metode ini digunakan dalam memperoleh informasi terkait kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018 maka dilakukan wawancara kepada guru pembimbing konseling dan peserta didik.

3. Observasi

Observasi merupakan pengamatan dan pencatatan yang sistematis terhadap gejala-gejala yang diteliti.⁷ Dalam penelitian ini observasi digunakan sebagai alat pengumpul data setelah angket angket. Selain itu observasi digunakan untuk melihat perkembangan yang dialami oleh peserta didik baik sebelum diberikan *assertive training* maupun setelah diberikan *assertive training*.

4. Dokumentasi

Metode dokumentasi ialah teknik pengumpulan data dengan mempelajari data dari catatan-catatan mengenai data pribadi responden. Dokumen yang akan digunakan pada penelitian ini adalah data kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung. Data SMP Negeri 12 Bandar Lampung terkait data guru, visi dan misi, dan juga dokumentasi mengenai proses kegiatan pemberian layanan *assertive training*. Peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

⁷ *Ibid* .h. 193

G. Pengembangan Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan menggunakan metode kuesioner (angket), metode dokumentasi, dan metode observasi. Berdasarkan metode pengumpulan data, maka instrument pengumpulan data yang cocok untuk mengetahui kecerdasan emosional peserta didik adalah dengan lembar angket.

Tabel 6
Kisi –Kisi Intrumen Penelitian Tentang Kecerdasan Emosional

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
1	Kesadaran diri	a. Mengenal dan merasakan emosi sendiri	5. Ketika saya merasa bersalah, saya akan segera meminta maaf(+) 6. Saya lega jika kesalahan saya sudah di maafkan(+)	2 item
		b. Memahami faktor penyebab perasaan yang timbul	7. Dalam kondisi putus asa dapat mengetahui penyebabnya(+) 8. Dalam kondisi putus asa saya tidak dapat menegetahui penyebabnya (-)	2 item
		c. Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan	9. Ketika saya merasa berslah, saya tidak akan minta maaf(-) 10. Ketika saya merasa bersalah saya akan segera meminta maaf(+)	2 item
2	Mengelola emosi	a. Bersikap toleran terhadap putus asa	11. Saya mampu menjaga beban	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
			<p>emosi dengan cara meluangkan waktu dengan mendengarkan musik (+)</p> <p>12. Saya tidak mampu menjaga emosi ketika sedang marah (-)</p>	
		b. Dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas	<p>13. Meskipun sedang mengalami masalah saya mampu memusatkan perhatian pada pekerjaan yang sedang saya lakukan (+)</p> <p>14. Saya tidak dapat mengabaikan perasaan kesepian ketika bersama teman-teman (-)</p>	2 item
3	Memanfaatkan emosi secara produktif	a. Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang di kerjakan	<p>15. saya dapat merespon kritikan orang dengan kata-kata yang baik(+)</p> <p>16. Saya tidak bisa mendengarkan kritikan orang-orang(-)</p>	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
		b. Tidak bersikap implusif	17. Saya tidak dapat menerima pendapat dalam proses diskusi jika pendapat tersebut berbeda dengan pendapat saya (-) 18. Saya dapat menerima pendapat dalam proses diskusi jika pendapat tersebut berbeda dengan pendapat saya(+)	2 item
4.	Empati	a. Mampu menerima sudut pandang orang lain b. Dapat memberikan motivasi atau bantuan kepada orang lain.	19. Saya selalu tertutup terhadap saran maupun kritik yang berasal dari orang lain (-) 20. Saya memahami bahwa setiap individu membutuhkan orang lain (+) 21. Saya mampu memberikan dorongan kepada orang lain(+) 22. Saya tidak mampu memberikan dorongan kepada orang lain(-)	4 item
		c. memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain	23. Saya tidak mudah tergugah hatinya ketika ada orang lain yang mengalami musibah(-)	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
			24. Saya adalah seorang yang mudah tergugah hatinya ketika ada orang lain yang mengalami musibah(+)	
5.	Membina hubungan	a. memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain	25. Saya menghargai segala perbedaan yang terjadi di sekolah (+) 26. Saya tidak bisa menghargain perbedaan yang terjadi di sekolah(-)	2 item
		b. memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain	27. Saya mampu bekerja sama dengan baik dalam satu kelompok (+) 28. saya tidak mampu bekerja sama dalam satu kelompok(-)	2 item
		c. memiliki sikap persahabatan atau mudah bergaul dengan orang lain	29. saya tidak bisa berteman dengan orang yang baru saya kenal(-) 30. saya sangat mudah berteman denagan orang yang baru saya kenal(+)	2 item
		d. memiliki sikap tegang rasa	31. saya tidak mampu memulai percakapan dengan orang yang baru saya kenal (-) 32. Saya mampu untuk memulai percakapan dengan orang yang baru saya kenal(+)	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
		e. dapat hidup selaras dengan kelompok	33. saya tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru (+) saya tidak mampu bekerja sama dengan baik dalam kelompok (-)	2 item
		f. bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama	35. Saya tidak mau mengajak teman-teman merayakan keberhasilan yang telah saya raih (-) 36. Saya mengajak teman-teman merayakan keberhasilan yang telah dilalui(+)	2 item
		g. Semangat untuk menjadi yang lebih baik	37. Saya memiliki semangat untuk menjadi pribadi yang lebih baik(+) 38. Saya tidak memiliki semangat untuk menjadi pribadi yang baik(-)	2 item
		h. Bisa untuk menyesuaikan dengan lingkungan.	39. saya mudah menyerah pada saat menjalankan tugas yang sangat sulit(-) 40. saya tidak mudah menyerah saat menjalankan tugas yang sangat sulit(+)	2 item

H. Uji Validitas Intrumen

Validitas merupakan derajat ketetapan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan daya yang di laporkan penelitian .⁸ Uji valeditas di gunakan untuk menguji valeditas angket, untuk keperluan ini di uji teknik korelasi jawaban pada sertiap item dikorelaisikan dengan total skor. Uji valeditas yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan rumus korelasi product momen dengan rumus :

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N \sum x^2 - (\sum x)^2\}\{N \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

keterangan :

r_{xy} : validitas untuk butir ke-I sebelum dikoreksi

N : Jumlah responden

X : Skor variabel (jawaban responden)

Y : Skor total variabel untuk responden n

S_Y : Standar deviasi total

S_x : Standar deviasi butir/item soal ke-i

$r_{x(y-1)}$: cireccted item-total correlation coefficient

Jika nilai $r_{x(y-1)} \geq r_{tabel}$, maka instrument valid. Otput SPSS, *corrected*

item total *correlation coefficient* $t \geq r_{tabel}$, maka instrument valid.⁹

⁸ Sugiyono, *Op. Cit.* h.267

⁹ Muhammad Syazali, Novalia, *Olah Data Penelitian Pendidikan* (Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja, 2014), h. 38.

Tabel 7
Hasil Validitas Angket

Nomor Angket	r_{tabel}	r_{hitung}	keterangan
1	0,361	.618	Valid
2	0,361	.741	valid
3	0,361	.500	valid
4	0,361	.540	valid
5	0,361	.470	valid
6	0,361	.576	valid
7	0,361	.741	valid
8	0,361	.427	valid
9	0,361	.427	valid
10	0,361	.367	valid
11	0,361	.618	Valid
12	0,361	.554	Valid
13	0,361	.475	Valid
14	0,361	.478	Valid
15	0,361	.745	Valid
16	0,361	.137	Tidak valid
17	0,361	.618	Valid
18	0,361	.352	Tidak valid
19	0,361	.427	Valid
20	0,361	.367	Valid
21	0,361	.021	Tidak valid
22	0,361	.500	Valid
23	0,361	.236	Tidak valid
24	0,361	.487	Valid
25	0,361v	.540	Valid
26	0,361	.470	Valid
27	0,361	-.112	Tidak valid
28	0,361	.367	Valid
29	0,361	.713	Valid
30	0,361	.741	Valid
31	0,361	.475	Valid

32	0,361	.448	Valid
33	0,361	.427	Valid
34	0,361	.430	Valid
35	0,361	.236	Tidak valid
36	0,361	.741	Valid

Dari hasil uji validitas angket dengan $n = 30$ menggunakan skala likert dengan jumlah pernyataan sebanyak 31 aitem dan melihat ketentuan $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka pernyataan tersebut dinyatakan valid. Adapun nilai dari $n = 30$ yaitu 0,361. Jadi dapat disimpulkan bahwa ke 30 angket tersebut dapat digunakan karena dinyatakan valid.

Tabel 8
Kisi –Kisi Setelah Uji Validasi

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
1	Kesadaran diri	a. Mengetahui dan merasakan emosi sendiri	1. Ketika saya merasa bersalah, saya akan segera meminta maaf(+) 2. Saya lega jika kesalahan saya sudah di maafkan(+)	2 item
		b. Memahami faktor penyebab perasaan yang timbul	3 Dalam kondisi putus asa dapat mengetahui	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
			<p>penyebabnya(+)</p> <p>4 Dalam kondisi putus asa saya tidak dapat mengetahui penyebabnya (-)</p>	
		c. Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan	<p>41. Ketika saya merasa bersalah, saya tidak akan meminta maaf(-)</p> <p>42. Ketika saya merasa bersalah saya akan segera meminta maaf(+)</p>	2 item
2	Mengelola emosi	a. Bersikap toleran terhadap putus asa	<p>43. Saya mampu menjaga beban emosi dengan cara meluangkan waktu dengan mendengarkan musik (+)</p> <p>44. Saya tidak mampu menjaga emosi ketika sedang</p>	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
			marah (-)	
		b. Dapat mengurangi perasaan kesepian dan cemas	<p>45. Meski pun sedang a mengalami masalah saya mampu memusatkan perhatian pada pekerjaan yang sedang saya lakukan (+)</p> <p>46. Saya tidak dapat mengabaikan perasaan kesepian ketika bersama teman-teman (-)</p>	2 item
3	Memanfaatkan emosi secara produktif	a. Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang di kerjakan	<p>47. saya dapat merespon kritikan orang dengan kata-kata yang baik(+)</p> <p>48. Saya tidak bisa</p>	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
			mendengarkan kritikan orang-orang(-)	
		c. Tidak bersikap implusif	<p>49. Saya tidak dapat menerima pendapat dalam proses diskusi jika pendapat tersebut berbeda dengan pendapat saya (-)</p> <p>50. Saya dapat menerima pendapat dalam proses diskusi jika pendapat tersebut berbeda dengan pendapat saya(+)</p>	2 item
4.	Empati	a. Mampu menerima sudut pandang orang lain	<p>51. Saya selalu tertutup terhadap saran maupun kritik yang berasal dari orang lain (-)</p> <p>52. -</p> <p>53. Saya mampu memberikan dorongan kepada orang</p>	3 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
		b. Dapat memberikan motivasi atau bantuan kepada orang lain.	54. - lain(+)	
		c. memiliki kepekaan terhadap perasaan orang lain	55. Saya tidak mudah tergugah hatinya ketika ada orang lain yang mengalami musibah(-) 56. Saya adalah seorang yang mudah tergugah hatinya ketika ada orang lain yang mengalami musibah(+)	2 item
5.	Membina hubungan	a. memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain	57. - 58. Saya tidak bisa menghargain perbedaan yang terjadi di sekolah(-)	1 item
		b. memiliki kemampuan berkomunikasi dengan orang lain	59. - 60. saya tidak mampu bekerja sama dalam satu kelompok(-)	1 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
		c. memiliki sikap persahabatan atau mudah bergaul dengan orang lain	2 saya tidak bisa berteman dengan orang yang baru saya kenal(-) 3 saya sangat mudah berteman dengan orang yang baru saya kenal(+)	2 item
		d. memiliki sikap tegang rasa	4 - 5 Saya mampu untuk memulai percakapan dengan orang yang baru saya kenal(+)	1 item
		e. dapat hidup selaras dengan kelompok	2 saya tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru (+) 3 saya tidak mampu berkerja sama dengan baik dalam kelompok.	2 item

No	Indikator	Sub indikator	Item (+),(-)	Jumlah item
		f. bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama	4 Saya tidak mau mengajak teman-teman merayakan keberhasilan yang telah saya raih (-) 5 Saya mengajak tema-teman merayakan keberhasilan yang telah dilalui(+)	2 item
		g. Semangat untuk menjadi yang lebih baik	6 Saya memiliki semangat untuk menjadi pribadi yang lebih baik(+) 7 Saya tidak memiliki semangat untuk menjadi pribadi yang baik(-)	2 item
		h. Bisa untuk menyesuaikan dengan lingkungan.	8 - 9 saya tidak mudah menyerah saat menjalankan tugas yang sangat sulit(+)	1 item

Uji reliabilitas instrumen

Suatu instrumen pengukuran dikatakan reliable, jika pengukurannya konsisten, cermat dan akurat. Tujuan dari reliabilitas adalah untuk mengetahui konsistensi dari instrumen sebagai alat ukur, sehingga hasil pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat di percaya, apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang homogen di peroleh hasil yang relative sama. Formula yang digunakan untuk menguji reliabilitas instrument dalam penelitian adalah koefisien cronbach Alpha, yaitu :

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

Keterangan :

Rii = reliabilitas instrumen /atau koefisien Alfa

K = banyaknya item/butir soal

S = varians total

Tabel 9

Kriteria Reabilitas¹⁰

Nilai Reliabilitas	Kriteria
0,00-0,20	Sangat Rendah
0,21-0,40	Rendah
0,41-0,60	Cukup
0,61-0,80	Tinggi
0,81-1,00	Sangat Tinggi

¹⁰Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 75.

Keputusan untuk mengetahui realibel data diperoleh dengan membandingkan nilai r_{hitung} dengan r_{tabel} dengan kaidah keputusan yang diperoleh jika :

$$r_{hitung} > r_{tabel} = \text{Realibel}$$

$$r_{hitung} < r_{tabel} = \text{Tidak Realibel}$$

Untuk mempermudah menghitung uji realibilitas digunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) for windows release 21, maka diperoleh hasil realibel dibawah ini:

Tabel 10
Hasil Uji Reabilitas

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.919	.918	36

Dapat disimpulkan dari tabel diatas terlihat bahwa kolom *Cronbach's Alpha* diperoleh sebesar = 919 > 0,005 sehingga dapat dikatakan angket tersebut reliabel dengan kriteria sangat tinggi.

Agar responden tidak mengalami kesulitan dalam menjawab pertanyaan dalam angket, penelitian menggunakan bentuk jawaban skala likert. Skala likert adalah suatu skala psikometrik yang umum digunakan

dalam angket, skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur untuk dijabarkan menjadi indikator variabel, kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Skor skala likert dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 11
Skor Skala Likert

Jenis pertanyaan	Alternatif Jawaban			
	Sangat setuju(SS)	Setuju (S)	Tidak setuju(TS)	Sangat tidak setuju(STS)
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Penilaian kecerdasan emosional dalam penelitian ini menggunakan tentang skor dari 1-4 dengan banyak item 23. Adapun aturan dalam pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

- Skor pernyataan negatif kebalikan dari pernyataan yang positif.
- Jumlah skor tinggi ideal = jumlah pernyataan atau aspek penilaian x jumlah pilihan
- Skor akhir = (jumlah skor yang di peroleh : skor tinggi ideal)jumlah kelas interval
- Jumlah kelas interval = skala hasil penelitian .artinya kalau penilaian interval, dan
- Penentuan jarak interval (J) di peroleh dengan rumus :

$$J_i = (t-r)/JK$$

Keterangan :

T : skor tertinggi ideal dalam skala

R : skor terendah ideal dalam skala

Jk : jumlah skala interval

Sehingga interval kriteria tersebut dapat di tentukan dengan cara sebagai berikut:

- a. Skor tertinggi : $4 \times 29 = 116$
- b. Skor terendah : $1 \times 29 = 29$
- c. Rentang : $116 - 29 = 87$
- d. Jarak interval : $87 : 3 = 29$

Berdasarkan keterangan tersebut maka kriteria kecerdasan emosi adalah

sebagai berikut :

Table 12
Criteria Kecerdasan Emosional

Interval	Kriteria	Deskriptif
76-92	Sangat tinggi	Peserta didik yang masuk dalam kategori "sangat tinggi" mampu membina dalam hubungan yang baik dengan orang lain, dan mampu dalam mengelola emosi
59-75	Tinggi	Peserta didik yang masuk dalam kategori "tinggi" adalah peserta didik yang mampu memotivasi diri sendiri.
42-58	Sedang	Peserta didik yang masuk dalam kategori "sedang" cenderung tiak stabil dalam mengelola emosi.
24-41	Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori "rendah" belum menunjukkan kemampuan dalam mengenali emosi sendiri
0-23	Sangat rendah	Peserta didik yang masuk kategori "sangat rendah" peserta didik yang memiliki ciri-ciri tidak memiliki teman akrab, mudah tersinggung dan sakit hati menarik diri dari lingkungan dan sulit menyesuaikan diri dengan orang lain, kurang berempati dengan keadaan lingkungan sekitar baik dengan guru ataupun dengan teman .

Deskripsi Langkah-Langkah

Langkah-langkah pelaksanaan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosi peserta didik dapat di deskripsikan sebagai berikut :

- a. Langkah 1 : pretest kegiatan untuk mengetahui data awal kecerdasan emosi peserta didik sebelum pemberian program.
- b. Langkah 2 : pengantar *assertive training* .Tujuan langkah dua adalah (1) peserta didik mengetahui dan memahami apa itu *assertive training*,(2) peserta didik faham akan prilaku *assertive*.
- c. Langkah 3 : bermain peran . Tujuan langkah ini adalah (1) mengajarkan individu untuk untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain, (2) meningkatkan ketrampilan behavioralnya sehingga mereka bisa menentukan pihak apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang di inginkan atau tidak : (3) mengajarkan pada individu untuk mengucapkan diri dengan cara sedemikian rupa sehingga terefleksi kepekaannya terhadap terhadap dan perasaan dan hak orang lain ; dan
- d. Langkah 4: evaluasi . Tujuan langkah ini untuk mengulang kembali pemahaman apa yang telah di berikan kepada peserta didik
- e. Langkah 5: *posttest* merupakan kegiatan untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosi peserta didik setelah melakukan program *assertive training* .

Tabel 13
Treatment /Tahapan Temuan Teknik Assertive Training Dalam
Meningkatkan Kecerdasan Emosional.

No	Pertemuan	Tema	Jumlah pertemuan	Waktu
1.	1	a. Pretes b. Menjelaskan cara mengembangkan dan mengarahkan emosi	1 kali pertemuan	4 menit
2.	2	a. Motifasi diri sendiri	1 kali pertemuan	45 menit
3.	3	a. Empati	1 kali pertemuan	45 menit
4.	4	a. Membina hubungan baik b. Memberikan penjelasan tentang assertive training	1 kali pertemuan	45 menit
5.	5	Penerapan assertive training	2 kali pertemuan	3 x 45 menit
6.	6	a. Evaluasi	1 kali pertemuan	45 menit
7.	7	a. Meningkatkan kecerdasan emosional menggunakan teknik assertive training b. Postes	1 kali pertemuan	45 menit

J. Teknik dan pengolahan analisis data

Analisis data hasil penelitian dilakukan melalui dua tahap utama yaitu pengelolaan data dan analisis data.

1. Teknik Pengolahan Data

- a. Atending (pengeditan data) adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isi folmulir atau kuisioner. Apakah pertanyaan sudah terisi, apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau

terbaca , apakah jawaban relevan dengan pertanyaannya ,dan apakah jawaban-jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan lainnya.

- b. Coding (pengkodean),setelah melaksanakan editing ,selanjutnya di lakukan pengkodean atau “coding”,yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan .
 - c. Data entry (pemasukan data),yakni jawaban-jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk “kode”(angka atau huruf) di masukan kedalam program “*software*” *SPSS for windows release*” 20 yang siring digunakan untuk “entry data” penelitian .
 - d. Cleaning data (pembersihan data).apa bila dari semua data dari setiap sumber data atau responden relasi di masukan perlu di cek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan di lakukan penbetulan atau koreksi.
- 2. Analisi Data**

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari wawancara, dan observasi. Dengan cara mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat memilih mana yang terpenting dan yang akan dipelajari, serta membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya peningkatan komunikasi interpersonal peserta didik dapat di gunakan uji *wilcoxon*.

Analisis data ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) For Windows Release 17. Untuk mencari uji z hitung :

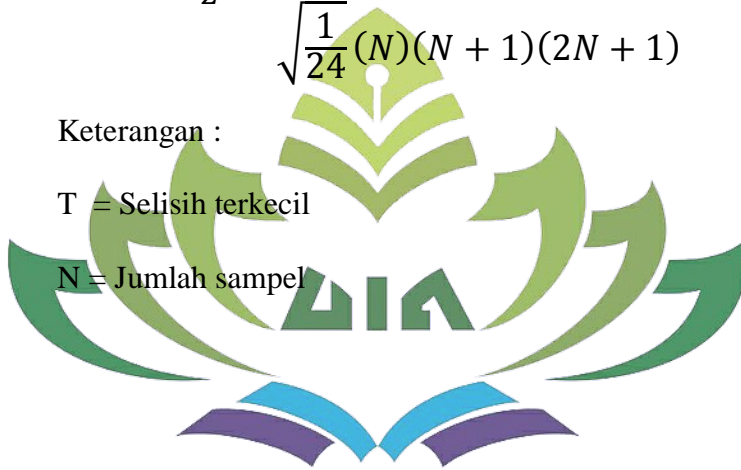
$$z = \frac{T - \left[\frac{1}{4} N (N + 1) \right]}{\sqrt{\frac{1}{24} (N)(N + 1)(2N + 1)}}$$

$$z = \frac{T - \left[\frac{1}{4} N (N + 1) \right]}{\sqrt{\frac{1}{24} (N)(N + 1)(2N + 1)}}$$

Keterangan :

T = Selisih terkecil

N = Jumlah sampel



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri Baandar Lampung ” dilaksanakan pada tanggal 24 Agustus sampai 20 Agustus 2018. Jadwal penelitian ini sesuai dengan jadwal yang telah disepakati bersama dengan subjek penelitian. Pada bab ini penulis akan membahas mengenai; (1) Gambaran kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung; (2) Data Deskripsi *Pretest*; (3) Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung; (4) Data Deskripsi *Posttest*; (5) Uji Hipotesis Wilcoxon.

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII yang sudah memasuki tahun ajaran 2018/2019 di SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang berjumlah 30 peserta didik. Hasil penelitian diperoleh dengan penyebaran instrumen penelitian yang bertujuan untuk memperoleh data yang Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII yang sudah memasuki tahun ajaran 2018/2019 di SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang berjumlah 30 peserta didik.

Dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII yang sudah memasuki tahun ajaran 2018/2019 di SMP Negeri 12 Bandar Lampung yang berjumlah 30 peserta didik. Hasil penelitian diperoleh dengan penyebaran instrumen penelitian yang bertujuan untuk memperoleh data yang mengenai gambaran kecerdasan emosional peserta didik dengan sampel penelitian sebanyak 10 orang peserta didik.

1. Gambaran Mengenai Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung

Pada saat penulis melaksanakan pra penelitian di SMP Negeri 12 Bandar Lampung di kelas VII Tahun Ajaran 2017/2018 pada tanggal 02 Februari 2018 diduga terdapat peserta didik yang memiliki rendahnya kurangnya kesadaran diri, kurangnya rasa mengelola emosi, kurangnya memanfaatkan emosi secara produktif, kurangnya rasa empati, dan kurangnya membina hubungan dengan orang lain. hal tersebut disampaikan berdasarkan wawancara dengan guru BK. Sampel penelitian yang penulis teliti sebelumnya kelas VII setelah memasuki Tahun Ajaran baru 2018/2019 sampel peneliti yakni kelas VIII.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK terdapat 10 peserta didik yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah. Penulis menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Pelaksanaan konseling kelompok mulai dilaksanakan pada tanggal 26 Juli sampai dengan 18 Agustus 2018. Berikut dibawah ini adalah jadwal pelaksanaan konseling

sebaya yang dilaksanakan untuk peningkatan kecerdasan emosional peserta didik :

Tabel 13
Jadwal Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*

No	Tanggal	Kegiatan
1	02 Februari 2018	<i>Pra</i> -penelitian
2	25 Juli 2018	Pemberian <i>pre-test</i> dengan menggunakan angket kecerdasan emosional
3	26 Juli 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> pertemuan pertama
4	02 Agustus 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> pertemuan ke dua
5	09 Agustus 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> pertemuan ke tiga
6	16 Agustus 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> pertemuan ke empat
7	18 Agustus 2018	Kegiatan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> pertemuan ke lima
8	23 Agustus 2018	Pemberian <i>post-test</i> setelah diberakhirnya konseling kelompok

a.Data Deskripsi *Pretest*

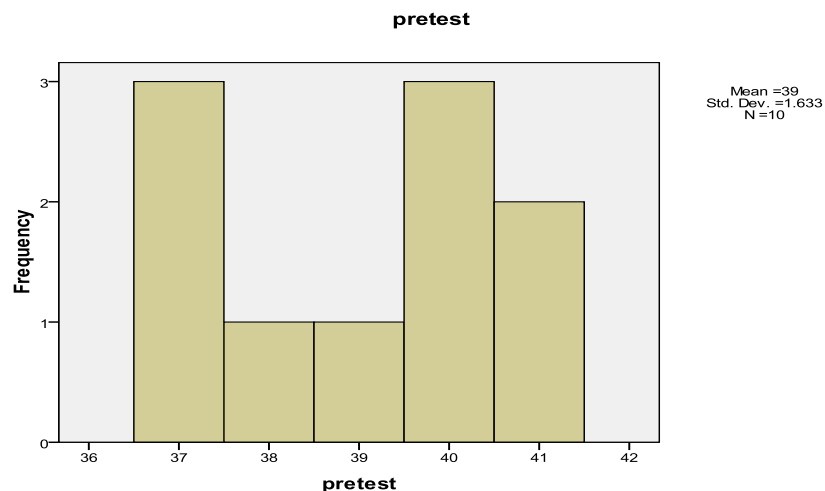
Pretest kecerdasan emosional diberikan kepada peserta didik kelas VIII sebelum diberikannya perlakuan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi awal kecerdasan emosional yang dimiliki peserta didik. Hasil *pretest* kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14
Hasil *pretest* Kecerdasan Emosional
Peserta didik kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung

No	Rentang Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentase
1	76-92	Sangat Tinggi	0	0%
2	59-75	Tinggi	0	0%
3	42-58	Sedang	2	20%
4	24-41	Rendah	8	80%
5	0-23	Sangat rendah	0	0%

b. Data diskriptif hasil pretest

Dari tabel 9 menunjukkan bahwa kecerdasan emosional dengan rentang skor 76-92 dengan kriteria sangat tinggi menunjukkan frekuensi 0%, untuk rentang skor 59-75 dengan kriteria tinggi dengan frekuensi 0% pada rentang skor 42-58 kriteria sedang dengan jumlah peserta didik 2 (20%), pada rentang skor 24-41 kriteria rendah dengan jumlah peserta didik 8 (80%), dan di rentang skor 0-23 kriteria sangat rendah frekuensi 0%. Dapat disimpulkan bahwa pada kriteria rendah terdapat 8 dan 2 peserta didik memiliki kecerdasan emosional sedang. Berdasarkan hasil *pretest* di atas peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung memiliki kecerdasan emosional dengan kriteria sedang dan rendah dengan jumlah subyek penelitian 10 peserta didik. Hal ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini :



Gambar 4
Histogram Hasil Pretest

2. Pelaksanaan Penelitian Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik

a. Langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok

1. Tes Awal

Tahap awal sebelum diberikannya perlakuan (*treatment*) terhadap 10 peserta didik di kelas VIII yang mengalami masalah kecerdasan emosional, peserta didik diberikan *pre-test* dengan 31 pernyataan yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki 10 peserta didik tersebut.

2. Perlakuan (*treatment*)

Perlakuan (*treatment*) yang diberikan kepada peserta didik untuk peningkatan kecerdasan emosional peserta didik yaitu dengan diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Pelaksanaan konseling kelompok dilaksanakan sesuai dengan kesepakatan guru BK pada waktu dan hari tertentu dikarenakan, di SMP Negeri 12 Bandar Lampung pada pertemuan pertama membahas mengenai tentang kesadaran diri, kemudian tentang cara mengelola emosi secara baik, memanfaatkan emosi secara produktif, empati, cara membina hubungan dengan orang lain, dan pertemuan terakhir membahas tentang topik meningkatkan kecerdasan emosional.

Adapun deskripsi gambaran disetiap pertemuan dalam tahap layanan konseling kelompok, mengutamakan membahas aspek yang dapat meningkatkan tentang kecerdasan emosional peserta didik diantaranya:

a) Tahap Pertama

Angket atau kuisioner yang telah disebarkan dari hasil angket tersebut pada kelas VIII yang berjumlah 30 peserta didik terdapat 10 peserta didik yang rendah kecerdasan emosionalnya. Dalam pelaksanaan pretest berlangsung 45 menit, *posttest* dilaksanakan pada hari, Kamis tgl 23 Agustus 2018 dengan dilakukan hal ini membantu peneliti untuk membina hubungan yang baik kepada peserta didik berupaya membantu dan menumbuhkan sikap kebersamaan.

Pertama-tama peneliti menjelaskan apa tujuan, cara-cara, asas-asas dan maksud yang didalam kegiatan konseling kelompok ini dengan memperkenalkan dan tujuan dan tahap-tahap konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung.

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

b) Tahap kedua

Setelah menganalisis data pretest peserta didik selanjutnya penelitian membentuk suatu anggota kelompok dengan mengisi dan menyetujui pada lembar responden serta mengatur jadwal pertemuan selanjutnya, peserta didik yang sebagai anggota dapat berperan aktif menegemukakan pendapat serta memberikan saran dan ide-ide pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* di laksanakan dari 26 Juli 2018 sampai tanggal 23 Agustus.

Ditahap ini penelitian menjelaskan kegiatan teknik *assertive training* yang akan di lakukan. Tujuan dari tahapan ini untuk membantu peserta didik untuk membantu mengidentifikasi permasalahan yang terjadi pada peserta didik, pada tahap ini peneliti atau pemimpin menjelaskan pelaksanaan dalam konseling kelompok. Langkah yang pertama rasional strategi yaitu pemimpin kelompok menjelaskan teknik *assertive training* dan tujuan *assertive training*. *Assertive training* agar individu mampu melatih agar dapat bertindak sesuai dengan keinginan tanpa merugikan orang lain dalam hal meningkatkan kecerdasan emosional. Langkah yang kedua yaitu rapport, menerima kehadiran anggota kelompok mengucapkan salam menanyakan kabar dan mengucapkan trimakasih pada responden yang telah bersedia dalam penelitian ini. Langkah ketiga structuring menjelaskan tentang asas-asas yang berlangsung pada konseling ini dapat menetapkan waktu, langkah yang keempat pemimpin kelompok mengadakan perkenalan identitas diri, langkah kelima pemimpin kelompok dan anggota kelompok melakukan janji konseling, langkah keenam pemimpin menjelaskan tentang topik yang akan dibahas selama penelitian yaitu: kesadaran diri, mengelola emosi, memanfaatkan emosi

secara produktif, empati dan membina hubungan dengan orang lain.

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

c) Tahap ketiga

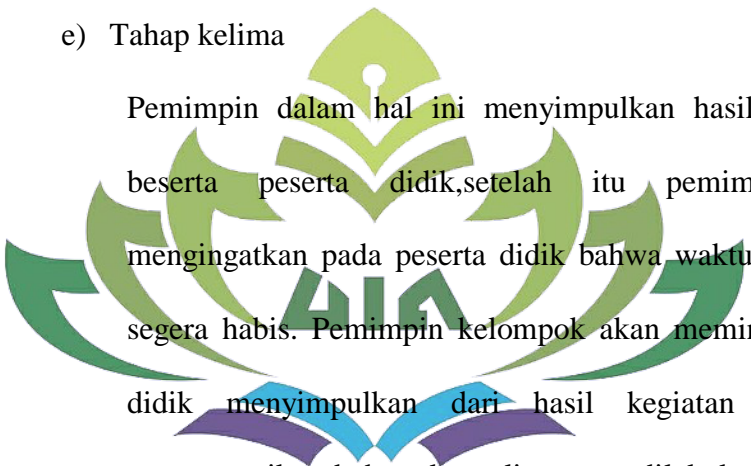
Tahap peralihan dalam konseling kelompok ini yaitu pemimpin menanyakan kembali pada konseli apakah memahami tahap pelaksanaan konseling kelompok ini, pemimpin kelompok menjelaskan secara singkat mengenai topik yang dibahas, setelah itu pemimpin kelompok memberikan peluang kepada peserta didik untuk bertanya mengenai topik tersebut.

d) Tahap keempat

Pemimpin meminta peserta didik untuk menceritakan secara terbuka permasalahan yang dihadapi ketika kesadaran dirinya kurang atau yang sedang di pikirkan ketika permasalahan itu timbul, peserta didik membedakan tingkah laku asertif dan tingkah laku yang tidak asertif, setelah itu pemimpin dan peserta

didik menentukan kecerdasan emosional yang lebih baik untuk kedepannya, setelah itu pemimpin memberikan metode untuk menggunakan emosi yang baik dan memberikan penguatan positif dan penghargaan, pemimpin kelompok juga bermain peran dalam verbal. Dan pemimpin meminta pada peserta didik untuk dapat mempraktikkan dalam waktu belajar mengajar maupun diluar sekolah.

e) Tahap kelima



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

f) Tahap keenam

Tahap terahir dalam konseling kelompok dengan tekni assertive training untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik selesai di selenggarakan, kemudian dilakukan pemberian

posttest pada hari kamis 23 Agustus 2018 untuk mengetahui peserta didik rendah kecerdasan emosional meningkat atau tidak dalam penelitian treatment ini.

c. Tes Akhir (*Posttest*)

Setelah berakhirnya *treatment* dengan diberikannya konseling kelompok, 10 peserta didik yang mengalami masalah kecerdasan emosional di kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung diberikan *posttest* dengan 31 pernyataan. Pemberian instrumen tersebut untuk membandingkan hasil dari angket dengan peserta didik yang memiliki masalah mengenai kecerdasan emosional rendah antara sebelum dan sesudah pemberian *treatment* melalui konseling sebaya.

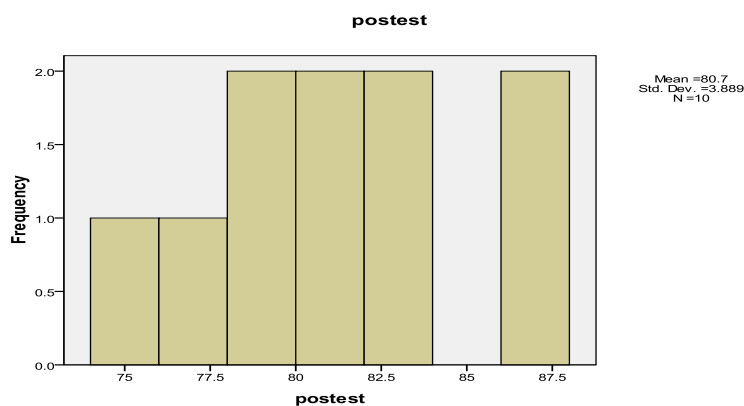
b. Data Deskripsi *Posttest*

Pemberian *posttest* kepada peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung bertujuan untuk mengetahui perubahan peserta didik terkait dengan peningkatan kecerdasan emosional setelah diberikannya konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Hasil *posttest* ditunjukkan pada tabel dibawah ini:

Tabel 15
Hasil *Posttest* Kecerdasan Emosional
Peserta didik kelas VIII SMP N 12 Bandar Lampung

No	Rentang Skor	Kriteria	Frekuensi	Presentase
1	76-92	Sangat tinggi	9	90%
2	59-75	Tinggi	1	10%
3	42-58	Sedang	0	0%
4	24-41	Rendah	0	0%
5	0-23	Sangat rendah	0	0%

Berdasarkan tabel tersebut diketahui rentang rskor 76-92 dengan kriteria sangat tinggi dengan jumlah peserta didik 9 (90%), untuk rentang skor 59-75 di kriteria tinggi menunjukkan jumlah peserta didik 1 (10%) dan rentang skor 42-58 dengan kriteria sedang menunjukkan 0%, untuk rentang skor 24-41 di kriteria rendah menunjukkan 0%, dan rentang sangat rendah 0-23 di kriteria sangat rendah 0%. Dapat disimpulkan secara keseluruhan sebanyak 9 peserta didik memiliki hasil *posttest* kecerdasan emosional sangat tinggi dan 1 peserta didik memiliki kecerdasan emosional tinggi. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung ditunjukkan dengan grafik dibawah ini :



Gambar 5
Histogram Hasil Posttest

3. Uji Hipotesis Wilcoxon

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan uji wilcoxon. Uji wilcoxon merupakan salah satu dari uji statistik nonparametrik dengan data tidak berdistribusi normal. Pengujian dilakukan dua sampel berpasangan dengan menggunakan prinsip manguji apakah dua sampel berpasangan dengan yang lainnya berasal dari populasi yang sama. Dalam penelitian ini digunakan untuk menguji 10 sampel yang sebelum diberikan konseling terlebih dahulu diberikan *pretest* untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung, kemudian setelah diberikannya perlakuan diberikan kembali tes yaitu dengan pemberian *posttest* dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki peserta didik.

a. Analisis proses perhitungan *pretest* dan *posttest*

Tabel 16
Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No	Nama Konseli	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Selisih	Tanda
1	AA	38	82	44	Positif
2	AD	40	77	37	Positif
3	KS	37	81	44	Positif
4	DMA	40	83	43	Positif
5	GL	37	80	43	Positif
6	IKA	39	78	39	Positif
7	NDY	40	86	46	Positif
8	RIK	37	75	38	Positif
9	RDPS	41	78	37	Positif
10	NS	41	87	46	Positif

Pada pengujian penelitian ini menggunakan bantuan *Software SPSS 17 for windows*, karena data dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal maka pengujian menggunakan uji Wilcoxon dengan menggunakan uji nonparametrik.

Berikut dibawah ini pemaparan mengenai hasil penelitian dengan menggunakan uji wilcoxon :

Tabel 17
Hasil Uji Wilcoxon

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
postest - pretest Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
Ties	0 ^c		

Total	10
-------	----

Test Statistics^b

	posttest – pretest
Z	-2.810 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test



Statistics

	Pretest	Posttest
N Valid	10	10
Missing	0	0
Mean	39.00	80.70
Median	39.50	80.50
Mode	37 ^a	78
Std. Deviation	1.633	3.889
Variance	2.667	15.122
Range	4	12
Minimum	37	75
Maximum	41	87
Sum	390	807

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Dari data tabel 19 diatas dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dari sebelum diberikannya perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Pada analisis data deskripsi *pretest* dan *posttest* didapatkan bahwa

nilai *Mean pretest* yang diperoleh sebesar 39.00 (termasuk kategori sangat tinggi). Nilai *Mean posttest* sebesar 80.70 (termasuk kategori sangat tinggi).

Dasar pengambilan keputusan dalam uji Wilcoxon dijelaskan dibawah ini :

- 1) Dengan membandingkan angka z hitung dan z tabel hitung dengan ketentuan :

Jika z hitung $<$ z tabel maka H_0 diterima

Jika z hitung $>$ z tabel maka H_0 ditolak

- 2) Dengan melihat angka probabilitas dengan ketentuan :

Probabilitas $>$ dari 0,05 maka H_0 diterima

Probabilitas $<$ dari 0,05 maka H_0 ditolak

Keputusan yang dikaji :

- 1) Dengan membandingkan angka z hitung dengan z tabel
 z hitung diperoleh = -2.810 (lihat pada *output*, tanda - hanya menunjukkan arah)

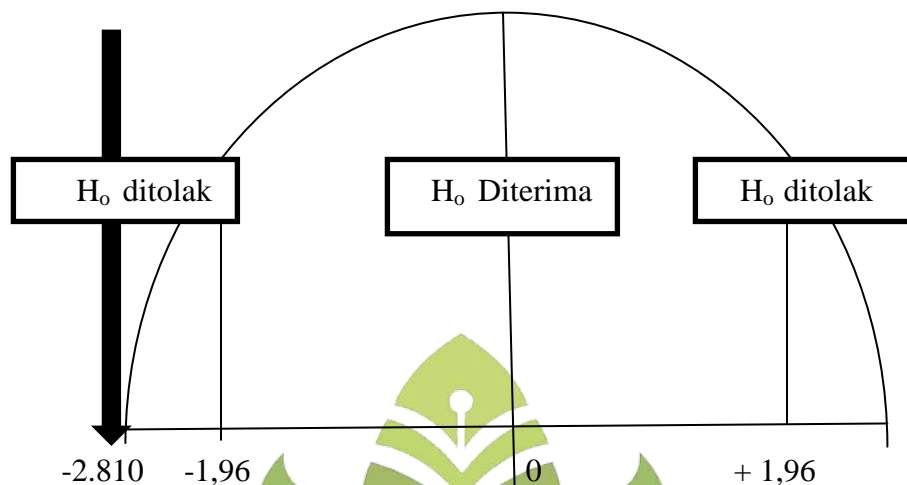
$$z \text{ tabel} = \pm 1,96$$

untuk tingkat kepercayaan 95 % dan uji dua sisi di dapatkan nilai z tabel adalah $\pm 1,96$. Cara mencari z tabel :

$$0,05 : 2 = 0,025$$

$$0.5 - 0,025 = 0,475$$

$$0,475 = 1,96 \text{ (lihat pada tabel)}$$



Gambar 6
Kurva Kelas VIII

Keputusan :

Dari kurva diatas didapat z hitung -2.810 terletak di daerah H_0 , maka keputusan yang di dapat adalah H_0 ditolak atau pemberian konseling kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung. Dengan melihat angka probabilitas pada output signifikan adalah $0,005 < 0,05$ maka H_0 ditolak. Sedangkan dari perhitungan z hitung nilai z adalah -2.810 (tanda $-$ tidak relevan karena hanya menunjukkan arah) lebih besar dari z tabel yaitu $1,96$. Hal ini menunjukkan konseling kelompok dapat meningkatkan kecerdasan emosional.

b. Analisis data *pretest* dan *posttest*

Tabel 18
Deskripsi pretest dan posttest

Descriptive Statistics								
	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Pretest	10	4	37	41	390	39.00	1.633	2.667
Posttest	10	12	75	87	807	80.70	3.889	15.122
Valid N (listwise)	10							

Pada tabel di atas diketahui bahwa z adalah -2.810 . Dengan nilai mean pada *pretest* 39.00 nilai minimum sebesar 37 dan nilai maksimum sebesar 41. Setelah melaksanakan *posttest* hasilnya mengalami peningkatan yaitu dengan nilai mean sebesar 80.70 nilai minimum 75 dan nilai maksimum sebesar 87. Dengan demikian kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII SMP Negeri 12 Bandar Lampung mengalami perubahan setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

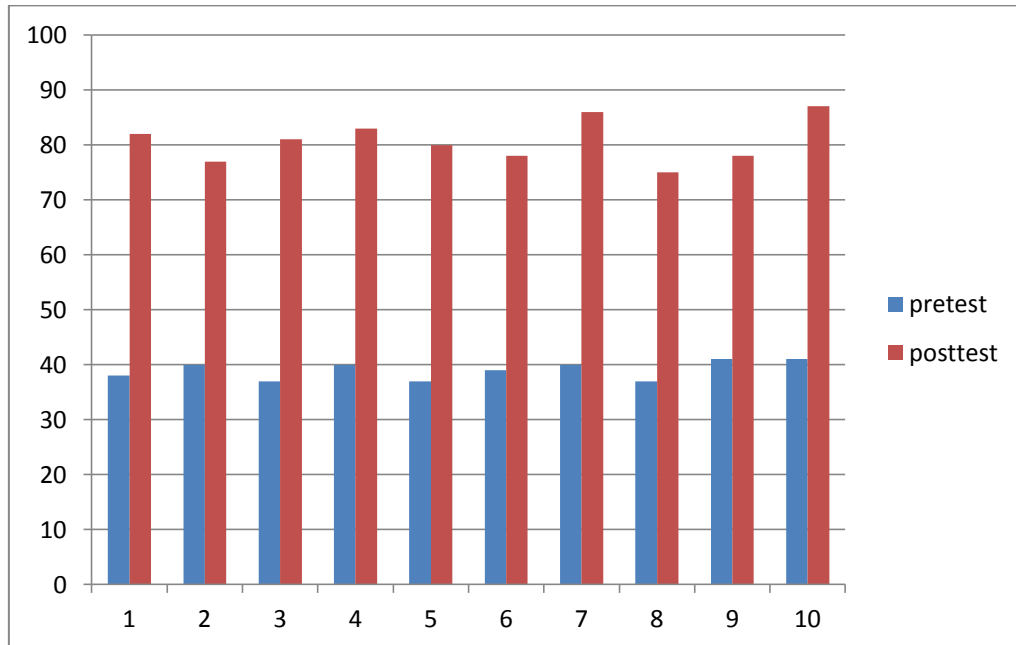
Tabel 19
Perbandingan nilai rata-rata antara nilai pretest dan posttest

No	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Gain Skor
1	38	82	44
2	40	77	37

3	37	81	44
4	40	83	43
5	37	80	43
6	39	78	39
7	40	86	46
8	37	75	38
9	41	78	37
10	41	87	46
Skor	390	807	417
Mean	39	80.70	41.7

Berdasarkan hasil perhitungan di atas diperoleh rata-rata atau *mean* pada *pretest* dan *posttest* mengalami peningkatan. Pada *pretest* diperoleh skor 390 dengan rata-rata atau mean 39 dan skor pada *posttest* 807 dengan nilai rata-rata 80.70 dan didapatkan selisih antara skor pretes dan posttest sebesar 417 dengan rata-rata 41.7. Dengan hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok berpengaruh terhadap peningkatan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di MTs SMP Negeri 12 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019.

Berikut di bawah ini gambar peningkatan kecerdasan emosional:



Gambar 7
Grafik Peningkatan Kecerdasan emsoional

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah penulis lakukan dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* peserta didik kelas VIII. Diperoleh skor pada *pretest* sebesar 390 dengan nilai rata-rata atau *mean* 39 dan skor *posttest* yang diperoleh sebesar 807 dengan nilai rata-rata atau *mean* 80.7 terdapat selisih antara skor *pretest* dan *posttest* sebesar 41.7 dengan rata-rata 41.7. Dari hasil skor dan nilai rata-rata antara *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya peningkatan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII setelah pemberian konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Hal ini dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *posttest* (dengan nilai skor : $390 < 807$ atau rata-

rata : $39 < 80.70$) dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok memiliki pengaruh terhadap kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung Ajaran 2018/2019.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan seorang mengatur kehidupan emosinya dengan intelegensi, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui ketrampilan kesadaran diri, empati dan sosial.

Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* merupakan suatu langkah dalam pemberian bantuan kepada sekelompok peserta didik yang diberikan sejumlah maupun yang sudah terbentuk apa adanya.

Berdasarkan hasil pretest dan posttest yang telah diberikan di kelas VIII terjadi peningkatan antara skor kedua test tersebut. Diketahui skor *pretest* peserta didik kelas VIII sebelum diberikannya layanan konseling kelompok sebesar 390 dengan nilai rata-rata atau *mean* 39, setelah diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terjadi peningkatan pada skor yang di dapat pada *posttest* sebesar 807 dengan nilai rata-rata atau *mean* 80.70.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki banyak kekurangannya diantaranya dalam proses pengumpulan data yang digunakan berupa angket kecerdasan emosional. Dalam penyebaran angket memang efektif untuk mendapatkan data tetapi tidak menjamin bahwa peserta didik yang mendapatkan nilai tinggi dan mempunyai kecerdasan emosional yang baik begitupun sebaliknya, karena belum tentu apa yang peserta didik jawab pada angket tersebut sesuai dengan dirinya dan dalam dirasa masih kurang mengenai alat pengumpulan data pada penelitian ini.

Selain itu, keterbatasan yang berkaitan dengan waktu penelitian. Selama waktu penelitian ini penulis sulit untuk mendapatkan waktu dikarenakan di SMP Negeri 12 Bandar Lampung pada Tahun Ajaran 2018/2019 di kelas VIII hanya 1 jam pelajaran BK. Meskipun demikian, proses konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kecerdasan emosional berjalan dengan lancar selama lebih kurang 40 menit dalam setiap pertemuan yang dilakukan di waktu tertentu.

Terkait dengan proses penelitian, selama proses penelitian ini awalnya masih terdapat peserta didik yang masih malu-malu dan sulit untuk mengikuti proses layanan konseling kelompok. Seiring berjalannya waktu peserta didik sudah terbiasa dalam mengikuti proses konseling kelompok. Keterbatasan peneliti yang kurang memantau perkembangan peserta didik secara langsung dan intens karena peneliti hanya bertemu peserta didik di waktu tertentu saja.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMP Negeri 12 Bandar Lampung kelas VIII Tahun Ajaran 2018/2019, tingkat kecerdasan emosional peserta didik dapat dilihat dari hasil analisis *pretest*, *posttest* dan pembahasan. Dari analisis *pretest* diketahui bahwa skor yang diperoleh peserta didik sebelum diberikannya layanan konseling kelompok sebesar 390 dengan nilai rata-rata 39. Setelah peserta didik diberikan *treatment* dilakukan kembali *posttest* untuk mengetahui peningkatan kecerdasan emosional yang dimiliki. Diketahui dari hasil *posttest* skor yang diperoleh 807 dengan rata-rata atau *mean* 80.70, terjadi peningkatan nilai rata-rata kelas VIII setelah pemberian konseling kelompok dengan teknik *assertive training* hal ini dapat dilihat dari hasil *posttest* ($39 > 80.70$) untuk melihat selisih antara *pretest* dan *posttest* dapat dilihat dengan skor yang didapat sebesar 417 dengan rata-rata 41.7.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terdapat pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kecerdasan emosional 10 peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 12 Bandar Lampung sebesar 41.7.

B. Saran

Berdasarkan hasil pengamatan selama penelitian dapat dibuktikan adanya peningkatan kecerdasan emosional yang dimiliki peserta didik setelah diberikannya kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Adapun penulis memberikan beberapa saran yang dapat digunakan sebagai pertimbangan yaitu :

1. Bagi Peserta Didik

Diharapkan dapat menindak lanjuti dan meningkatkan kecerdasan emosional sehingga dapat mencapai tujuan yang lebih baik.

2. Bagi Sekolah

Diharapkan Kepala sekolah dapat merumuskan kebijakan dan memberikan dukungan terhadap program bimbingan dan konseling yang sedang berjalan maupun yang belum dirumuskan.

3. Bagi Penulis

Kepada para peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian mengenai masalah yang sama dengan subjek dan teknik yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson D Joseph, 2015“*Social Work with Groups Responsibility Group Counseling,*” no. January 2015 (n.d.), <https://doi.org/10.1300/J009v07n02>
- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2006
- Anwar Chairul, “Teori-teori Pendidikan Klasi Hingga Kontemporer”, IRCiSoD, Yogyakarta, (2017)
- Defriyanto&Neti purnama Sari, *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Konseling Karir Dalam Meningkatkan Minat Siswa Dalam Melanjutkan Studi Kelas Xii Di Sma Yadika Natar3*, No. 2 (2016) .
- Ejurnal *Emotional Intelligence And The Intelligence Of Emotionans* Volume: Vol 15. No.3 Tahun 2004 Tersedia Di kses Pada Tanggal 21-12-2017 Pada Jam 16.52
- Ejurnal (*Guidance and Counselling in Schools* Vol 13. No. 1, January 1985). 16 october 2007 Pada Jam 16.54.
- Eukaristia,*Tekning konseling Asertif Training(on-line)*”,tersedia di <http://animenekoi.blogspot.com/2012/05/teknik-konseling-asertif-training.html>(07 febuari 2018)
- Gerald Corey ,*teori dan praktek konseling & psikotrapi*,(Bandung,PT,Refika Aditama,2013).
- Goleman Daniel. 2000. *Working With Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Hughes Patrick , *Britishs journal Guidance and Counseling schools* 1985
- Iskandar, *Psikologi Pendidikan sebagai sebuah Orientasi Baru*,(Ciputat:Gaung persada press,2009)
- Kurnanto Edi M, *Konseling Kelompok* .(Alfabeta :Bandung,2013)

- Maharani Laila and Hikmah Latifatul, “*Hubungan Keterbukaan Diri Dengan Interaksi Sosial Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama Minhajuth Thullab Way Jepara Lampung Timur*” 2, no. 2 (2015)
- Nursalim Mochammad, *strategi dan interverensi konseling*, Jakarta Barat: Akademia Permata, 2003.
- Prayitno & Amti, Erman. 2004. *Dasar-Dasar BK*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwoko, Budi., 2008. *Organisasi dan Managemen Bimbingan Konseling*.
- Sugiono, *Metode Penelitian Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*, Kualitatif dan R&D, Bandung Alfabeta, 2013
- Sukardi Ketut Dewa, 2008. *Pengantar Pelaksana program bimbingan dan konseling di sekolah*. jakarta : rineka cipta.
- Anwar, *Pemahaman Individu*. Yogyakarta, pustaka pelajar, 2012.
- Tadris, “Potensi Perguruan Tinggi Islam Sebagai Lembaga Ijtihad Jama’I” Bandar Lampung 01 no 2 (2016) 105-118 .
- Wikel, WS. Hastuti *Bimbingan dan konseling di instusi pendidika* Yogyakarta: media abadi, 2016.
- Willis S Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung : Alfabeta, 2014.



LAMPIRAN



LAMPIRAN PERANGKAT BK

1. RPLBK



INSTRUMEN PENELITIAN

2. Hasil Uji Validitas
3. Hasil Uji Reabilitas
4. Hasil Statistik Uji Validitas dan Reabilitas
5. Angket Kecerdasan Emosional



ANALISIS DATA

6. Hasil Penyebaran Angket
7. Hasil Pretest
8. Hasil Posttest
9. Uji Wilxocon



DOKUMENTASI

10. Dokumentasi Peserta Didik



SURAT-SURAT PENELITIAN

11. Surat Pra Penelitian

12. Surat Penelitian

