

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP
PENINGKATAN HARGA DIRI**

(Penelitian pada Siswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang)

SKRIPSI



Oleh:

Tika Hidayati
12.0301.0026

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

PENEGASAN

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN HARGA DIRI

(Penelitian pada Siswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

Tika Hidayati
NPM: 12.0301.0026

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2017**

PERSETUJUAN

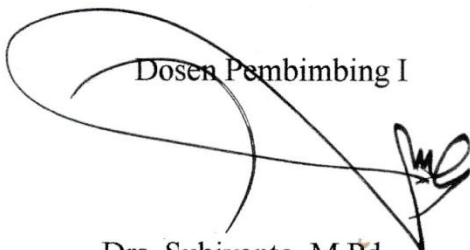
SKRIPSI BERJUDUL

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN HARGA DIRI

(Penelitian pada Siswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang)



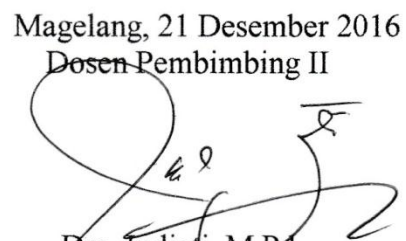
Dosen Pembimbing I



Drs. Subiyanto, M.Pd.
NIP 19570807 198303 1 002

Magelang, 21 Desember 2016

Dosen Pembimbing II



Dra. Indiaty, M.Pd.
NIP. 1960032819811 2 001

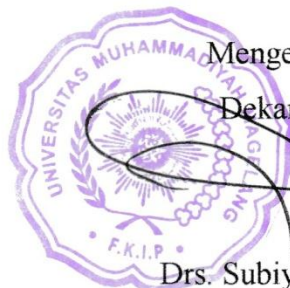
PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

Hari : Kamis
Tanggal : 19 Januari 2017

Tim Penguji Skripsi

1. Drs. Subiyanto, M.Pd. : Ketua/ Anggota (.....)
2. Dra. Indiati, M.Pd. : Sekretaris/ Anggota (.....)
3. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons. : Penguji 1 (.....)
4. Drs. Arie Supriatno, M.Si. : Penguji 2 (.....)



Mengesahkan,
Dekan FKIP

Drs. Subiyanto, M.Pd
NIP. 19570807 198303 1 002

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Tika Hidayati
NPM : 12.0301.0026
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik
Assertive Training Terhadap Peningkatan Harga Diri

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang telah saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata dikemudian hari merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Magelang, 21 Desember 2016

Yang Menyatakan



Tika Hidayati
NPM : 12.0301.0026

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya
(QS. Al Baqarah :286)”

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Orang tua ku (Muhasim dan Siti Istiyah) yang selalu memberikan kasih sayang yang tak terbatas, serta kedua kakak (Titok dan Nia) yang selalu menjadi penyemangat dalam setiap langkah perjalananku.
2. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Terhadap Peningkatan Harga Diri”.

Penyelesaian penyusunan skripsi ini berkat bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah mengesahkan secara resmi judul penelitian sebagai bahan penulisan skripsi sehingga penulisan skripsi berjalan dengan lancar,
2. Drs. Subiyanto, M.Pd., Dekan FKIP UMMagelang yang telah memberikan izin dan mengesahkan secara resmi penulisan skripsi kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian,
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons., Kaprodi BK FKIP UMMagelang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian,
4. Drs. Subiyanto, M.Pd., sebagai dosen pembimbing I yang selalu sabar dan bijaksana memberikan bimbingan nasehat serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi,
5. Dra. Indiati, M.Pd., sebagai dosen pembimbing II yang selalu sabar dan bijaksana memberikan bimbingan nasehat serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi,

6. Dwi Harjono, S.Pd., Kepala Sekolah SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang, yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian skripsi di SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang.
7. Bapak Joko Priyono, S.Pd., sebagai guru pembimbing kelas VII SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang, yang telah berkenan membantu memberikan ijin, bimbingan dan kekeluasaan waktu kepada penulis selama penulis menyelesaikan penelitian skripsi sehingga penulisan skripsi ini berjalan dengan lancar,
8. Saudara-saudaraku Prodi Bimbingan Konseling angkatan tahun 2012 yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas kebersamaan dan semangat serta kerjasamanya yang berarti bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi,
9. Berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dorongan secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, 21 Desember 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul.....	i
Halaman Penegasan	ii
Halaman Persetujuan.....	iii
Halaman Pengesahan	iv
Halaman Pernyataan.....	v
Halaman Motto	vi
Halaman Pesembahan	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstraksi	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Harga Diri	8
B. Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training	14
C. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training terhadap Peningkatan Harga Diri	38
D. Kerangka Berpikir	40
E. Hipotesis	42

BAB III	METODE PENELITIAN	43
	A. Identifikasi Variabel Penelitian	43
	B. Definisi Operasional Variabel	43
	C. Subjek Penelitian	45
	D. Desain Penelitian	46
	E. Metode Pengumpulan Data	47
	F. Prosedur Penelitian	50
	G. Teknik Analisis Data	52
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
	A. Hasil Penelitian	54
	B. Pembahasan	63
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	67
	A. Kesimpulan	67
	B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA		69
LAMPIRAN		71

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. <i>One group pretest-posttest design</i>	46
2. Penilaian skor angket harga diri	48
3. Daftar item angket valid.....	49
4. Kategori skor angket harga diri.....	54
5. Hasil <i>pre test</i> yang dijadikan anggota kelompok	55
6. Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive tarining</i>	56
7. Hasil post test dari 10 anggota kelompok	58
8. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	59
9. Ringkasan hasil uji beda <i>wilcoxon signed rank test</i>	61
10. Peningkatan skor <i>pre test</i> dan <i>post test</i>	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka berpikir	41
2. Grafik hasil pretest	55
3. Grafik skor post test	58
4. Grafik perbandingan skor pre test dan post test	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Penelitian.....	71
2. Kisi-Kisi Angket Harga Diri	73
3. Angket Harga Diri.....	74
4. Hasil <i>Tryout</i> Angket.....	78
5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	79
6. Data <i>Pre Test</i> Angket Harga Diri.....	87
7. Rencana Pelaksanaan Layanan, Laporan, dan Hasil Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i>	88
8. Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i>	135
9. Data <i>Post Test</i> Angket Harga Diri	136
10. Hasil Analisis Non Parametrik.....	137
11. Daftar Hadir Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i>	139
12. Blangko Evaluasi	142
13. Dokumentasi Kegiatan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i>	143

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP PENINGKATAN HARGA DIRI

(Penelitian pada Siswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang)

Tika Hidayati

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap peningkatan harga diri. Penelitian dilakukan pada siswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Secang Tahun Ajaran 2016/2017.

Subjek penelitian dipilih secara purposive sampling. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *one group pre test-post test design*. Sampel yang diambil sebanyak 10 siswa dengan diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket harga diri dan dokumentasi. Hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan metode *statistic non parametric* dari program *SPSS Versi 16.0 for windows* dengan menggunakan uji *wilcoxon match pairs test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh positif terhadap peningkatan harga diri siswa Kelas VII D SMP Negeri 2 Secang Tahun Ajaran 2016/2017..

Kata kunci: *Konseling Kelompok, Assertive Training, Harga Diri*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Guru memegang peranan penting dalam proses pendidikan terutama di sekolah karena dalam kerangka pendidikan guru memiliki peranan penting dalam perkembangan jiwa peserta didik. Untuk mewujudkan hal tersebut, dewasa ini pemerintah telah melakukan berbagai upaya salah satunya dilakukan peningkatan ketrampilan seorang guru. Selain itu kurikulum beserta penyediaan sarana dan prasarana belajar. Hal ini dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga dapat hidup mandiri, produktif, dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, keluarga maupun masyarakat. Dalam pelaksanaan kegiatan tersebut, tidaklah selalu berjalan dengan lancar dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu bidang yang tidak bisa lepas dari dunia pendidikan. Guru BK bertugas untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam bidang pribadi, sosial, belajar, karir, kehidupan berkarya, dan kehidupan beragama. Layanan bimbingan dan konseling ini memiliki peranan yang penting dalam pengembangan diri siswa, khususnya harga diri siswa yang termasuk dalam bidang pribadi sosial. Layanan bimbingan dan konsling berfungsi untuk memfasilitasi berkembangnya karakteristik pribadi siswa secara optimal.

Harga diri merupakan kebutuhan mendasar manusia yang sangat kuat yang memberikan kontribusi penting dalam proses kehidupan yang sangat

diperlukan untuk perkembangan yang normal dan sehat sehingga memiliki nilai untuk bertahan hidup.

Menurut Allport (dalam Baihaqi, 2008: 93) harga diri adalah hal yang menyangkut perasaan bangga dari anak sebagai suatu hasil dari belajar mengerjakan benda-benda atas usahanya sendiri. Pada tingkat ini, anak ingin membuat benda-benda, menyelidiki dan memuaskan perasaan ingin tahunya tentang lingkungan, memanipulasi dan mengubah lingkungan itu. Anak yang berusia 2 tahun bersifat ingin tahu dan agresif, dapat menjadi sangat destruktif karena dorongan untuk memanipulasi dan menyelidiki ini menampilkan kuasanya.

Inti dari munculnya harga diri ialah kebutuhan anak akan otonomi. Hal ini kelihatan dalam tingkahlakunya yang negatif sekitar usia 2 tahun, ketika anak kelihatannya selalu menentang segala sesuatu yang dikehendaki orang tua untuk dilaksanakannya. Kemudian sekitar usia 6 atau 7 tahun, harga diri lebih ditentukan oleh semangat bersaing dengan kawan-kawan sebayanya. Allport percaya bahwa hal ini merupakan suatu tingkat perkembangan yang menentukan. Apabila orang tua menghalangi kebutuhan anak untuk menyelidiki maka perasaan harga diri yang ditimbulkan dapat dirusakkan. Akibatnya dapat timbul perasaan dihina dan marah.

Berdasarkan pendapat diatas dapat dikemukakan bahwa harga diri adalah sikap menghargai terhadap keadaan diri sendiri atas segala sesuatu yang telah dikerjakan dalam kehidupan dan mampu mengoptimalkan potensi yang ada pada individu tersebut untuk hal-hal positif. Dengan hal tersebut

maka individu dapat mengenal siapa dirinya dan mengetahui kelemahan serta kelebihan diri sendiri. Sehingga individu yang memiliki harga diri yang positif akan mampu melakukan kegiatan-kegiatan yang positif dan dapat merasakan bahwa hidupnya bermakna serta mempunyai tujuan yang jelas untuk dicapai.

Kenyataan saat ini, banyak siswa yang tidak peduli dengan harga diri, yaitu belum mampu menghargai diri sendiri dan dapat dikatakan mempunyai harga diri rendah. Sikap tersebut dapat terlihat misalnya tidak percaya diri dengan kemampuan diri sendiri, selalu bergantung pada orang lain, tidak mampu menggali potensi diri, dan lain sebagainya. Dengan harga diri yang rendah, maka siswa tidak mempunyai tujuan hidup yang jelas untuk dicapai, dan lebih merasa nyaman dengan gaya hidup yang monoton dan sulit untuk berkembang menuju keadaan yang lebih baik. Menghargai diri sendiri itu adalah hal yang sangat penting, yaitu mampu mencintai keadaan diri sendiri. Karena jika tidak mampu menghargai diri sendiri maka tidak ada orang lain yang menghargai kita.

Harga diri sangatlah penting bagi setiap individu dalam kehidupan. Harga diri merupakan salah satu aspek yang menentukan keberhasilan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Individu yang menilai tinggi keberhargaan dirinya merasa puas atas kemampuan diri dan merasa menerima penghargaan positif dari lingkungan. Hal ini akan menumbuhkan perasaan aman dalam diri individu sehingga ia mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru pembimbing SMP Negeri 2 Secang pada tanggal 20 Februari 2016, diperoleh informasi bahwa tingkat harga diri para siswa di sekolah tersebut masih tergolong rendah, misalnya tidak percaya diri dengan kemampuan diri sendiri, selalu bergantung pada orang lain, tidak mampu menggali potensi diri, dan lain sebagainya.

Usaha yang telah dilakukan oleh pihak sekolah untuk mengatasi permasalahan yang berhubungan dengan harga diri yang rendah yaitu guru pembimbing dan guru mata pelajaran sudah melakukan pendekatan terhadap siswa yang harga dirinya rendah. Kemudian memberikan nasehat agar sikap siswa menjadi lebih baik akan tetapi hasilnya belum maksimal.

Layanan konseling dapat digunakan untuk membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang dialami dengan menggunakan salah satu layanan konseling yaitu layanan konseling kelompok. Dalam skripsi berikut ini, merupakan penelitian yang menggunakan layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh Qomarul Hasanah dengan judul penelitian yaitu Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk meningkatkan Self Esteem (Harga Diri) pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Menggala. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan konseling kelompok untuk mengatasi masalah harga diri rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor harga diri mengalami peningkatan dari sebelum *treatment* dan sesudah *treatment*.

Upaya untuk membantu siswa yang memiliki harga diri rendah diperlukan misalnya dengan layanan konseling kelompok agar permasalahan

siswa dapat diselesaikan dengan baik. Layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik (Winkel, 2004:198). Permasalahan yang dialami siswa terkait dengan harga diri dapat dipengaruhi oleh berbagai permasalahan, baik itu permasalahan pribadi, keluarga maupun teman sebaya. Proses dalam konseling kelompok dapat dilaksanakan dengan baik oleh masing-masing anggota kelompok agar permasalahan yang dialami dapat terentaskan, sehingga masing-masing anggota kelompok dapat mengembangkan diri dengan baik.

Pendapat Corey (dalam Mutmainnah,) menyatakan bahwa *assertive training* adalah latihan yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan layak atau benar.

Dengan teknik *assertive training*, orang belajar bagaimana berhubungan dengan situasi yang menimbulkan kegelisahan dengan cara yang produktif. Mereka belajar untuk menunjukkan perasaan, meminta pertolongan, memberi dan menerima pujian, menuntut perubahan, dan menolak permintaan yang tidak masuk akal. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran

dengan bimbingan konselor. Diskusi-diskusi kelompok diterapkan untuk latihan asertif ini. Dengan teknik *assertive training* siswa dapat mengatasi permasalahan mengenai harga diri rendah yang sedang dihadapi.

Berdasarkan uraian di atas, penulis bermaksud melakukan penelitian dengan judul pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap peningkatan harga diri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: apakah ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh terhadap peningkatan harga diri pada siswa kelas VII D SMP Negeri 2 Secang ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan hasil perumusan masalah maka terdapat tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap peningkatan harga diri pada siswa kelas VII D SMP Negeri 2 Secang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah khazanah keilmuan tentang harga diri.

2. Manfaat praktis

Manfaat yang diharapkan secara praktis dalam penelitian ini adalah sebagai acuan guru pembimbing dalam meningkatkan harga diri melalui konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Harga diri merupakan aspek penting dalam kepribadian. Begitu penting sehingga banyak dikaji oleh ahli psikologi. Menurut pendapat Diane E. Papila (dalam Rasiman, 2013) sebagian dari kepribadian maka adanya harga diri sangat berperan di dalam kehidupan, harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting sebagai penentu sikap, perilaku, dan aspek lain pada manusia. Mencermati pendapat tersebut, harga diri sangatlah penting bagi setiap individu, yang menjadi aspek keberhasilan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial.

Pendapat mengenai harga diri berdasarkan pendapat Khalsa (2007), harga diri adalah rasa kebermaknaan. Rasa ini berasal dari seluruh pemikiran kita, dan dari pengalaman yang telah kita kumpulkan mengenai diri kita selama hidup: tangkas atau lamban; kaku atau luwes; populer atau tidak populer. Kesan, evaluasi, dan pengalaman yang kita miliki mengenai diri kita ini menambah perasaan positif mengenai kebermaknaan, atau perasaan negatif berupa ketidakcukupan. Memahami pendapat Sirinam, harga diri merupakan pemikiran kita selama hidup tentang diri sendiri berupa perasaan positif dan perasaan negatif.

Sejalan dengan pengertian harga diri diatas, Lerner dan Spanier (dalam Ghufon dan Rini, 2010) berpendapat bahwa harga diri adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang. Harga diri merupakan evaluasi seseorang terhadap dirinya sendiri secara positif dan juga sebaliknya dapat menghargai secara negatif. Pengertian menurut Lerner dan Spanier harga diri adalah penilaian individu tentang konsep diri, yaitu berupa penilaian yang positif dan penilaian yang negatif.

Berdasarkan pendapat dari ahli yaitu Sirinam dan Ghufon tersebut dapat dipahami bahwa harga diri adalah perasaan bangga terhadap diri sendiri tentang pengalaman yang telah kita kumpulkan mengenai diri kita selama hidup. Pengalaman yang kita miliki mengenai diri kita ini menambah perasaan positif mengenai kebermaknaan atau perasaan negatif berupa ketidakcukupan. Perasaan positif mengenai kebermaknaan merupakan ciri harga diri yang tinggi, dan perasaan negatif berupa ketidakcukupan adalah ciri harga diri yang rendah.

2. Ciri-ciri Individu dengan Harga Diri Tinggi

Terdapat teori tentang harga diri, menurut pendapat Borualogo (dalam Widiastuti dan Widjaja, 2004) individu yang harga dirinya tinggi merasa puas akan kemampuan diri dan merasa menerima penghargaan positif dari lingkungan. Hal ini menumbuhkan perasaan aman dalam diri dengan lingkungan sosialnya.

Sejalan dengan harga diri tinggi, Branden (dalam Ghufron dan Rini, 2010: 43) mengemukakan ciri-ciri individu dengan harga diri tinggi, yaitu:

- a. Mampu menanggulangi kesengsaraan dan kemalangan hidup, lebih tabah dan ulet, lebih mampu melawan suatu kekalahan, kegagalan.
- b. Cenderung lebih berambisi.
- c. Memiliki kemungkinan untuk lebih kreatif dalam pekerjaan dan sebagai sarana untuk menjadi lebih berhasil.
- d. Memiliki kemungkinan lebih dalam dan besar dalam membina hubungan interpersonal dan tampak lebih gembira dalam menghadapi realitas.

Memahami ciri-ciri individu yang mempunyai harga diri tinggi menurut Branden, diantaranya mampu menanggulangi kesengsaraan hidup, cenderung lebih berambisi, memiliki kemungkinan untuk berpikir kreatif, memiliki kemungkinan lebih dalam membina hubungan interpersonal. Ciri-ciri yang telah disebutkan memberikan pemahaman, apabila individu tidak memiliki ciri-ciri tersebut, maka individu dengan harga diri rendah.

Pendapat dari ahli lain mengenai ciri-ciri harga diri tinggi berdasarkan pendapat Baron dan Greenberg (dalam Suharyanti, 2003) dengan harga diri tinggi percaya bahwa mereka memiliki ciri-ciri sebagai berikut, yaitu:

- a. Memiliki tingkat motivasi yang lebih tinggi
- b. Menunjukkan tingkat yang lebih dalam berbagai tugas dan bidang.
- c. Lebih sekses dalam mengidentifikasi dalam memperoleh pekerjaan.

Berdasarkan pendapat dari ahli Baron dan Greenberg, ketiga ciri-ciri yang telah disebutkan diatas, harga diri tinggi berhubungan dengan sifat yang optimis dan tingkat kecemasan yang rendah. Harga diri tinggi menunjukkan memperluas keinginan seseorang untuk berusaha keras mencapai tujuan dan bertahan dalam menghadapi hambatan.

Pendapat dari dua tokoh mengenai ciri-ciri individu dengan harga diri tinggi, bahwa individu yang memiliki ciri-ciri tersebut maka termasuk individu yang memiliki harga diri tinggi. Sebaliknya apabila siswa tidak memiliki ciri-ciri tersebut, maka individu tersebut memiliki harga diri yang rendah. Penanganan masalah harga diri rendah, seperti konseling kelompok, konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, dan lain sebagainya.

3. Komponen Harga Diri

Pendapat menurut Coopersmith (dalam Syabibah, 2013) harga diri dapat diartikan sebagai evaluasi yang dibuat dan kebiasaan dalam memandang dirinya, terutama mengenai sikap menerima dan menolak, dan merupakan indikasi dari besarnya kepercayaan terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. Dapat dipahami dari pendapat Coopersmith bahwa harga diri adalah hasil penilaian pribadi seorang individu yang diekspresikan dalm sikap-sikap terhadap dirinya sendiri.

Harga diri (*self esteem*) memberikan penilaian mengenai dirinya terutama mengenai besarnya kepercayaan terhadap keberhasilan (*successes*), nilai (*value*), aspirasi (*aspirations*), dan daya tahan (*defenses*) yang dimiliki. Dapat ditarik kesimpulan komponen harga diri menurut Coopersmith diantaranya adalah keberhasilan, nilai, aspirasi, dan daya tahan.

Pendapat dari ahli lain mengenai komponen harga diri berdasarkan pendapat Felker (dalam Sari, 2008) mengemukakan bahwa komponen harga diri terdiri dari:

a. Perasaan diterima (*felling of belonging*)

Perasaan individu bahwa dirinya merupakan bagian dari suatu kelompok dan dirinya diterima seperti dihargai oleh anggota kelompoknya.

b. Perasaan mampu (*felling of competence*)

Perasaan dan keyakinan individu akan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri dalam mencapai suatu hasil yang diharapkan, misalnya perasaan seseorang pada saat mengalami keberhasilan atau kegagalan.

c. Perasaan berharga (*felling of worth*)

Perasaan dimana individu merasa dirinya berharga atau tidak, dimana perasaan ini banyak dipengaruhi oleh pengalaman yang lalu. Perasaan yang dimiliki individu yang sering kali ditampilkan dan berasal dari pernyataan-pernyataan yang sifatnya pribadi.

Berdasarkan pendapat Felker disimpulkan bahwa komponen harga diri adalah perasaan individu memandang dirinya yang meliputi perasaan diterima, perasaan mampu, perasaan berharga. Perasaan tersebut dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu yang pernah dialami.

Pendapat ahli lain, menurut Maslow (dalam Alwisol, 2008:200) ada dua komponen harga diri, yaitu :

- a. Menghargai diri sendiri (*self respect*): kebutuhan kekuatan, penguasaan, kompetensi, prestasi, kepercayaan diri, kemandirian, dan kebebasan. Orang membutuhkan pengetahuan tentang dirinya sendiri, bahwa dirinya berharga, mampu menguasai tugas dan tantangan hidup.
- b. Mendapat penghargaan dari orang lain (*respect from other*), penghargaan dari orang lain, status, ketenaran, dominasi, menjadi orang penting, kehormatan, diterima dan apresiasi. Orang membutuhkan pengetahuan bahwa dirinya dikenal baik dan dinilai baik oleh orang lain.

Sejalan dengan komponen harga diri menurut pendapat Maslow, harga diri terdiri dari dua bagian, yaitu pertama kebutuhan akan penghormatan atau penghargaan dari diri sendiri yang mencakup hasrat untuk memperoleh kompetensi, rasa percaya diri, kekuatan pribadi, adekuasi, kemandirian, serta kebebasan dan kedua adalah prestasi berupa penghargaan atas apa-apa yang dilakukannya.

Memahami ketiga pendapat dari para ahli yaitu Coopersmith, Felker, dan Maslow dapat dipahami bahwa komponen harga diri yaitu penilaian atas pengalaman yang dialami selama hidup yang mana terdapat penghargaan dari diri sendiri dan penghargaan dari orang lain. Adanya penghargaan dari diri sendiri menentukan individu tersebut mampu menjadi individu yang mempunyai kemampuan untuk menunjukkan bahwa dirinya berharga, dan penghargaan dari orang lain menambah kesan bahwa individu tersebut bermakna dan mampu diterima oleh orang lain. Harga diri dapat diukur dengan besarnya kepercayaan terhadap keberhasilan (*successes*), nilai (*value*), aspirasi (*aspirations*), dan daya tahan (*defenses*) yang dimiliki. Keempat hal tersebut dapat dijadikan aspek yang menentukan tingkat harga diri tinggi atau rendah.

B. Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training*

1. Layanan Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok (*group counseling*) merupakan proses konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*).

Pengertian konseling kelompok menurut Ohlsen (dalam Winkel, 2013 : 590), merupakan proses interaksi dalam kelompok konseling yang mengandung banyak unsur terapeutik, yang penekanannya pada pengalaman dan masalah yang disadari, pada penyelesaian persoalan dalam waktu tidak terlalu lama, dan perkembangan yang optimal. Memahami pendapat Ohlsen, bahwa konseling kelompok merupakan proses konseling yang berbeda dengan kelompok terapi, karena penekanannya pada penyelesaian persoalan yang dialami anggota kelompok dan penyelesaiannya dalam waktu yang tidak terlalu lama, selain itu hasil dari proses konseling kelompok mengacu pada perkembangan anggota kelompok yang optimal.

Konseling kelompok menurut Gazda (dalam Latipun, 2010: 118) adalah :

“Group counseling is a dynamic interpersonal process focusing on conscious thought and behavior and involving the therapy functions of permissiveness, orientation to reality, catharsis, and mutual trust, caring, understanding, acceptance, and support. The therapy functions are created and nurtured in small group through the sharing of personal concerns with one’s peer and the counselor.”

Berdasarkan pengertian di atas, maka konseling kelompok secara prinsipil adalah sebagai berikut : Konseling kelompok merupakan hubungan antara (beberapa) konselor dengan beberapa klien, konseling kelompok berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari, dalam konseling kelompok terdapat faktor-faktor yang merupakan aspek terapi bagi konseli, konseling kelompok bermaksud memberikan dorongan dan pemahaman kepada konseli , untuk memecahkan masalah yang dihadapi konseli. Pendapat mengenai konseling kelompok memberikan pemahaman bahwa, suatu proses yang dilakukan beberapa orang dalam satu anggota kelompok untuk memecahkan masalah yang dihadapi masing-masing anggota kelompok, sehingga masalah yang dihadapi anggota kelompok dapat terselesaikan dengan baik serta berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya.

Pengertian yang telah dikemukakan oleh Gazda dan Ohlsen, peneliti dapat menyimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan yang dilakukan oleh konselor atau pemimpin kelompok untuk membantu memecahkan masalah masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok konseling agar tercapai perkembangan pribadi yang optimal.

b. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Tujuan layanan konseling kelompok menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum adalah berkembangnya

kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi, melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal. Layanan konseling kelompok juga dapat mengentaskan masalah konseli (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Tujuan lain dari konseling kelompok dikemukakan oleh Shertzer dan Stone (dalam Winkel, 2013 : 593) yaitu konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan semua anggota kelompok dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan diterima, kebutuhan untuk bertukar pikiran dan berbagai perasaan, kebutuhan menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegangan dan kebutuhan untuk menjadi lebih independen serta lebih mandiri.

Berdasarkan tujuan yang dikemukakan oleh Prayitno dan Shertzer & Stone di atas, peneliti dapat memahami bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah suatu proses layanan konseling kelompok yang memunculkan interaksi antar anggota kelompok sebagai proses belajar bagi masing-masing anggota kelompok

dalam mengentaskan masalah yang dialami secara bersama-sama untuk mencapai proses perkembangan individu menjadi lebih baik.

c. Ciri-Ciri Layanan Konseling Kelompok

Ciri-ciri dari layanan konseling kelompok berdasarkan pendapat Winkel (2013: 592) mengungkapkan beberapa ciri-ciri konseling kelompok antara lain:

- 1) Konseling kelompok dimaksudkan bagi individu yang sedang menghadapi suatu persoalan yang membutuhkan penanganan khusus melalui suatu proses konseling bersama.
- 2) Konseling kelompok mengupayakan perubahan sikap dan perilaku secara langsung dengan membahas dan membicarakan bersama suatu topik atau permasalahan tertentu pada taraf pengolahan kognitif dan penghayatan afektif.
- 3) Pelaksanaan layanan konseling kelompok berlangsung dalam kelompok yang kecil.
- 4) Layanan konseling kelompok lebih bercirikan komunikasi antar pribadi diantara anggota kelompok serta menggali lebih dalam budi dan hati masing-masing individu sebagai anggota kelompok.

Memahami pendapat Winkel, bahwa ciri-ciri konseling kelompok pada poin (1) menjelaskan layanan konseling kelompok sebagai upaya dalam mengentaskan permasalahan yang dialami anggota kelompok dan penyelesaiannya secara bersama dalam

proses konseling tersebut. Selanjutnya, pada poin 2) dapat dipahami bahwa kegiatan konseling kelompok berupaya terwujudnya perubahan sikap melalui pembahasan permasalahan secara tuntas. Poin 3) dan 4) dapat dipahami bahwa konseling kelompok berlangsung pada kelompok kecil dan konseling kelompok bercirikan komunikasi antar pribadi dalam prosesnya, sehingga dapat terbentuknya dinamika kelompok yang dapat menghidupkan suasana keakraban dalam kelompok.

Berbeda dengan pendapat Winkel di atas, terdapat pendapat Wibowo (2005: 38-39) menjelaskan bahwa konseling kelompok memiliki beberapa ciri-ciri, yang membedakannya dengan bimbingan kelompok. Berikut ciri-ciri konseling kelompok :

- 1) Konseling kelompok membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing individu sebagai anggota kelompok.
- 2) Konseling kelompok memberikan upaya langsung untuk mengubah sikap dan perilaku anggota kelompok.
- 3) Keanggotaan dalam konseling kelompok sangat tergantung kepada kadar kekuatan kebersamaan (*cohesiveness*) serta kesediaan setiap anggota kelompok untuk saling peduli terhadap sesama anggota kelompok yang lain.

- 4) Adanya komunikasi antar pribadi di antara anggota kelompok serta menggali lebih dalam budi dan hati masing-masing anggota kelompok.
- 5) Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan kepada individu dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, selain bersifat pencegahan konseling kelompok bersifat penyembuhan.
- 6) Konseling kelompok fokus pada tingkah laku masing-masing anggota kelompok dan perkembangan atau perubahan dalam kelompok.
- 7) Pembicaraan dalam konseling kelompok bersifat pribadi dan rahasia.
- 8) Suasana interaksi dalam konseling kelompok bersifat multiarah, mendalam dan tuntas dengan melibatkan aspek kognitif, afektif dan aspek-aspek kepribadian lainnya.

Memahami pendapat Wibowo, bahwa ciri-ciri konseling kelompok antara lain proses konseling kelompok berfokus pada pengentasan masalah masing-masing anggota serta berorientasi pada perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik, terwujudnya dinamika kelompok apabila anggota kelompok mewujudkan komunikasi antarpribadi yang efektif, konseling kelompok berupaya pada perkembangan pribadi yang sesuai pada tahap perkembangannya melalui pembahasan masalah secara tuntas

melibatkan aspek kognitif, afektif dan aspek-aspek kepribadian lainnya.

Memahami kedua pendapat dari Winkel dan Wibowo bahwa ciri-ciri konseling dari pendapat Winkel menggambarkan secara umum mengenai konseling kelompok itu sendiri, namun mencermati pendapat Wibowo, ciri-ciri konseling kelompok disajikan secara lebih rinci sehingga memberikan pemahaman secara luas mengenai ciri-ciri konseling kelompok.

d. Tahapan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

Tahapan kegiatan konseling kelompok terdiri dari berbagai tahap kegiatan yang dapat dilaksanakan. Berdasarkan pendapat Prayitno (dalam Kurnanto, 2014: 150) membagi tahap kegiatan konseling kelompok menjadi empat tahap, yaitu:

1) Tahap I : Pembentukan Kelompok

Tahap pembentukan kelompok sering disebut dengan tahap awal dalam konseling kelompok. Tahap awal adalah saat-saat orientasi dan penggalan yang meliputi penentuan struktur kelompok, pengenalan dan penggalan harapan dan keinginan anggotanya. Dalam tahap ini anggota mempelajari fungsi kelompok, memperjelas harapan-harapan mereka, mempertegas tujuan-tujuan mereka dan mencari posisinya dalam kelompok.

Kegiatan – kegiatan yang harus dilakukan pada tahap awal adalah : mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok., saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, dan permainan penghangatan/ pengakraban.

2) Tahap II : Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan, makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, dan kalau perlu kembali ke beberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

3) Tahap III : Kegiatan

Tahap kegiatan bertujuan membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas. Dalam tahap ini konseli belajar materi-materi baru, diskusi dengan baik tentang berbagai topik personal dan kerja terapeutik.

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah, menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas, dan kegiatan selingan.

4) Tahap IV : Penutup

Tahap penutup merupakan penilaian dan tindak lanjut adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut, tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri.

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok

mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, mengemukakan pesan dan harapan.

Pendapat Prayitno yang telah disebutkan di atas, merupakan kegiatan dari proses konseling kelompok. kegiatan konseling kelompok ini banyak digunakan, maka dari itu penulis menggunakan tahapan konseling kelompok menurut Prayitno dalam kegiatan penelitian.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok berdasarkan pendapat Prayitno berbeda dengan tahapan dari kutipan buku karangan Tohirin (2014: 173) yang menempuh tahapan-tahapan sebagai berikut:

1) Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Membentuk kelompok. Ketentuan membentuk kelompok sama dengan bimbingan kelompok. Jumlah anggota kelompok dalam konseling kelompok antara 8-15 orang.
- b) Mengidentifikasi dan meyakinkan klien (siswa) tentang perlunya masalah dibawa ke dalam layanan konseling kelompok.
- c) Menempatkan klien (siswa) dalam kelompok.
- d) Menyusun jadwal kegiatan.
- e) Menetapkan prosedur layanan.
- f) Menetapkan fasilitas layanan.

g) Menyiapkan kelengkapan administrasi.

Berdasarkan tahapan dari point a yaitu membentuk kelompok sampai point g yaitu menyiapkan kelengkapan administrasi merupakan tahapan yang pertama dalam proses kegiatan konseling kelompok. Pelaksanaan tahap perencanaan konseling kelompok dapat memberikan gambaran terhadap pemimpin kelompok sebelum dimulainya kegiatan konseling kelompok. Kegiatan tersebut mencakup hal-hal yang dipersiapkan pemimpin kelompok sebelum memulai tahap kegiatan konseling kelompok.

2) Pelaksanaan

Pelaksanaan mencakup kegiatan sebagai berikut:

- a) Mengkomunikasikan rencana layanan konseling kelompok.
- b) Mengorganisasikan kegiatan layanan konseling kelompok.
- c) Menyelenggarakan layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

Pada tahap pelaksanaan yang mencakup tiga tahap dari mulai mengkomunikasikan rencana layanan sampai menyelenggarakan layanan merupakan proses memasuki tahap kegiatan dalam konseling kelompok diantaranya dimulai dari tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan tahap penutup. Pelaksanaan konseling kelompok dapat diselingi dengan

kegiatan game yang sederhana agar anggota kelompok tidak jenuh.

3) Evaluasi

Dalam kegiatan evaluasi mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Menetapkan materi evaluasi
- b) Menetapkan prosedur evaluasi
- c) Menyusun instrumen evaluasi
- d) Mengoptimalkan instrumen evaluasi
- e) Mengolah hasil aplikasi instrumen.

Kegiatan evaluasi dari point a yaitu menetapkan materi evaluasi sampai pada point terakhir yaitu mengolah hasil aplikasi instrumen dapat dipahami oleh penulis bahwa tujuan kegiatan ini untuk mengevaluasi jalannya konseling kelompok yang telah dilakukan. Konseling kelompok yang telah dilakukan dievaluasi dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada anggota konseling kelompok. Jawaban dari anggota kelompok dapat memberikan gambaran kepada pemimpin konseling kelompok sebagai bahan koreksi untuk melaksanakan konseling kelompok lebih baik.

4) Analisis hasil evaluasi

Analisis hasil evaluasi mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Menetapkan standar norma atau standar analisis.
- b) Melakukan analisis

c) Menafsirkan hasil analisis

Analisis hasil evaluasi merupakan proses kegiatan dimana evaluasi yang telah dilakukan ditetapkan standar norma atau standar analisisnya sesuai dengan standar analisis yang dikehendaki sehingga proses kegiatan konseling kelompok dapat memberikan manfaat baik bagi pemimpin kelompok maupun anggota konseling kelompok.

5) Tindak lanjut

Tindak lanjut mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut.
- b) Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait.
- c) Melaksanakan rencana tindak lanjut.

Kegiatan tindak lanjut merupakan langkah yang dilakukan untuk memberikan tindak lanjut yang tepat bagi anggota konseling kelompok. Dilakukan dimulai dari menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, mengkomuikasikan rencana tindak lanjut dan melaksanakan kegiatan tindak lanjut. Kegiatan tindak lanjut ini sebagai langkah lanjutan dari kegiatan konseling kelompok apabila diperlukan.

6) Laporan

Dalam kegiatan laporan mencakup kegiatan sebagai berikut:

- a) Menyusun laporan layanan konseling kelompok

- b) Menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan kepada pihak-pihak lain yang terkait.
- c) Mengkomunikasikan laporan layanan.

Tahapan layanan konseling kelompok menurut Tohirin di atas, terdapat beberapa tahapan yang dilakukan dalam kegiatan konseling kelompok. Tahapan dalam konseling kelompok dilakukan secara rinci dari mulai tahap perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, analisis hasil evaluasi, tindak lanjut, dan yang terakhir tahap laporan. Pada tahap pelaksanaan terdapat kegiatan yang dilakukan yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan penutup, sehingga dapat dipahami bahwa tahapan konseling kelompok menurut Tohirin menjelaskan secara utuh gambaran tahapan kegiatan dalam konseling kelompok.

Mencermati pendapat Tohirin dan Prayitno mengenai tahapan konseling kelompok di atas, bahwa terdapat persamaan pada tahapan kegiatan. Tahap kegiatan yang sama dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan tahap penutup. Tahapan konseling kelompok merupakan tahapan yang menjadi satu kesatuandimana antara kegiatan yang satu dengan kegiatan yang lainnya tidak dibatasi jeda waktu.

2. Teknik *Assertive Training*

a. Pengertian *Assertive Training*/Latihan Asertif

Assertive Training (latihan asertif) merupakan teknik yang sering kali digunakan oleh pengikut aliran behavioristik (Hartono dan Sudarmaji, 2012:129). Agar dapat memahami tentang pengertian *assertive training* berikut akan penulis uraikan pendapat dari beberapa ahli.

Menurut Latipun (2010:118) mengemukakan *assertive training* digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna diantaranya untuk membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan “tidak”, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor. Diskusi-diskusi kelompok diterapkan untuk latihan asertif ini. Memahami pendapat Latipun, *assertive training* merupakan teknik pendekatan yang memfokuskan pada cara individu untuk menghadapi situasi kecemasan sosial diantaranya membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, dan sejenisnya. Cara yang digunakan dalam *assertive training* yaitu dengan permainan peran yang dapat membantu individu untuk menghadapi situasi yang menimbulkan kecemasan.

Pendapat dari ahli lain (Corey, 2009:213), *assertive training*/latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Memahami pendapat dari Corey, *assertive training* mendorong individu untuk berani dan tegas menyatakan keadaan diri secara penuh dan tidak berusaha untuk disembunyikan. Mampu menyatakan bahwa tindakan yang dilakukan layak atau benar.

Pendapat para ahli tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa *assertive training* adalah salah satu teknik dari pendekatan behavioral yang berfokus untuk melatih individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri yaitu tentang masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri atau ketegasan diri. Dengan teknik *assertive training* diharapkan mampu membantu individu yang mengalami permasalahan yang berhubungan dengan ketrampilan sosial. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran.

b. Tujuan Assertive Training

Assertive training juga bertujuan untuk mengembangkan ekspresi perasaan baik positif maupun negatif dan perasaan-perasaan kontradiktif. Hal ini sesuai dengan pendapat Joice dan Weill (dalam Trisnaningtyas, 2009) bahwa tujuan *assertive training* adalah sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan ekspresi perasaan baik positif maupun negatif.

- 2) Mengekspresikan perasaan-perasaan kontradiktif.
- 3) Mengembangkan perilaku atas dasar prakarsa sendiri.

Berdasarkan pendapat Joice dan Weill, dapat disimpulkan bahwa tujuan assertive training adalah menyatakan perasaan dan perilaku baik positif maupun negatif tanpa adanya paksaan.

Menurut pendapat ahli lain, yaitu Corey (2009:213) tujuan dari teknik *assertive training* adalah :

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

Sejalan dengan pendapat dari Corey, tujuan dari *assertive training* adalah untuk melatih diri agar mampu mengekspresikan segala sesuatu secara bebas sesuai dengan yang diinginkan yang

mana akan mempengaruhi ketrampilan sosial yang dimiliki. Akan tetapi dalam mengekspresikannya juga harus memperhatikan pihak orang lain dan berusaha tidak menyinggung perasaan.

Pendapat dari kedua ahli tersebut dapat dipahami bahwa tujuan dari *assertive training* yaitu untuk membantu mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respon-respon emosional dan mengeliminasi pemikiran yang irasional dengan respon-respon baru yang sesuai melalui ekspresi diri.

c. Pelaksanaan *Assertive Training*

Menurut Alberti (dalam Mutmainnah, 2016) *assertive training* yaitu prosedur latihan yang diberikan kepada konseli untuk melatih perilaku penyesuaian sosial melalui ekspresi diri dari perasaan, sikap, harapan, pendapat, dan haknya. Berdasarkan pendapat Alberti tersebut dapat dipahami bahwa pelaksanaan *assertive training* terdapat tahap-tahap yang dilaksanakan didalamnya agar konseli dapat menentukan sikap, harapan, pendapat, dan hak yang ada pada dirinya.

Terapi kelompok *assertive training* pada dasarnya merupakan penerapan latihan tingkah laku pada kelompok dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekan, melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya

dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu (Corey, 2009:215).

Memahami pendapat dari ahli Corey, *assertive training* adalah bentuk latihan yang memfokuskan pada diri konseli untuk mempraktekkan secara langsung bagaimana konseli berhubungan dengan situasi-situasi interpersonal. Melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru dapat diperoleh diharapkan individu mampu mengungkapkan perasaan, pikiran, dan haknya.

Menurut Shaffel dan Shaffel (dalam Hapsari, 2014) mengemukakan sembilan tahapan dalam permainan peran, yaitu:

- 1) Memotivasi kelompok
- 2) Memilih pemeran
- 3) Menyiapkan pengamat
- 4) Menyiapkan tahap tahap peran
- 5) Pemeranan
- 6) Diskusi dan evaluasi
- 7) Mengambil kesimpulan

Sejalan dengan pendapat Corey, *assertive training* dapat dipraktekkan dengan permainan peran, maka pendapat dari Shaffeldan Shaffel tentang tahap melakukan peramainan peran dapat

disimpulkan bahwa permainan peran dapat dilaksanakan dengan mengikuti tahap-tahap yang telah disebutkan.

Pendapat ahli lain yaitu menurut Shaffer dan Galinsky (dalam Zengel, 2009) menerangkan bagaimana kelompok-kelompok latihan asertif atau latihan ekspresif dibentuk dan berfungsi. Kelompok terdiri atas delapan sampai sepuluh anggota memiliki latar belakang yang sama, dan session terapi berlangsung selama dua jam. Terapis bertindak sebagai penyelenggara dan pengarah permainan peran, pelatih, pemberi perkuatan, dan sebagai model peran. Dalam diskusi-diskusi kelompok, terapis bertindak sebagai seorang ahli, memberikan bimbingan dalam situasi-situasi permainan peran, dan memberikan umpan balik kepada para anggota. Berdasarkan pendapat tersebut, *assertive training* dilaksanakan dalam format kelompok, yang mana dalam kelompok tersebut terdiri atas delapan sampai 10 anggota. Permainan peran dilaksanakan dengan arahan dari terapis.

Menurut Hjelle & Ziegler (dalam Hartono dan Sudarmaji, 2012:129) menyatakan langkah-langkah untuk melaksanakan teknik bermain peran. Langkah-langkah dalam melaksanakan terknik bermain peran adalah sebagai berikut :

- 1) Beri instruksi kepada konseli dengan jelas (eksplisit) tentang peran konseli yang ingin dilatihkan.

- 2) Demonstrasikan perilaku apa yang diinginkan oleh konseli dan minta konseli untuk mengikuti. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat perhatian konseli terhadap perilaku yang akan dilatihkan.
- 3) Minta konseli untuk menetapkan permainan peran yang akan diamatinya. Permainan peran ini dapat dilaksanakan secara overtly (dipraktikan) atau covertly (hanya dalam bentuk konseli).
- 4) Berikan feedback terhadap setiap perilaku yang dimunculkan oleh konseli, dan diberikan instruksi baru atau demonstrasikan keterampilan-keterampilan baru yang dibutuhkan konseli.
- 5) Berikan petunjuk dan lakukan penetapan permainan peran sebagai upaya untuk mendorong konseli agar dapat bermain peran berikutnya.

Berdasarkan pendapat ahli yaitu Shaffer dan Galinsky, *assertive training* dilaksanakan dengan format kelompok dengan melaksanakan permainan peran. Langkah-langkah permainan peran menurut pendapat Hjelle & Ziegler dapat diaplikasikan dalam kelompok *assertive training*.

Assertive training merupakan prosedur latihan yang diberikan kepada konseli untuk melatih perilaku penyesuaian sosial melalui ekspresi diri dari perasaan, sikap, harapan, pendapat, dan haknya. Fokusnya adalah mempraktekkan, melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh

sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya dalam mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran secara terbuka.

3. Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

a. Pengertian Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

Berdasarkan pengertian konseling kelompok dan teknik *assertive training* yang telah dibahas, maka dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling kelompok dengan teknik *assertive training* adalah suatu layanan konseling kelompok untuk membantu memecahkan masalah masing-masing anggota kelompok dengan mengajarkan kepada individu berani dan tegas dalam menghadapi situasi kecemasan sosial, diantaranya yaitu mampu menghargai diri sendiri, mengetahui kelemahan dan kelebihan sehingga dapat mencapai tujuan hidup yang jelas dan terarah.

b. Tahapan pelaksanaan konseling kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dengan mengadopsi tahapan konseling kelompok yang dikemukakan Prayitno dengan melalui tahapan diantaranya pembentukan, peralihan, kegiatan dan penutup. Berikut ini merupakan tahapan-tahapan dalam konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, antara lain:

1) Tahap Pembentukan Kelompok

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap awal adalah : mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok, saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, dan permainan/pengakraban

2) Tahap Peralihan

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, dan kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

3) Tahap Kegiatan

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah, menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas. Tahap kegiatan dalam membahas masalah akan dilakukan dengan teknik *assertive training*. Konseli mengemukakan permasalahan berupa ketidakmampuannya dalam menghadapi situasi-situasi sosial

yang menimbulkan kecemasan. Selanjutnya melaksanakan permainan peran sesuai dengan peran yang diinginkan oleh konseli yang berhubungan dengan permasalahan konseli tersebut. Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* tersebut dilaksanakan oleh konseli dengan arahan peneliti. Disetiap pertemuan konseling dilakukan evaluasi terhadap pemeranan konseli, hal tersebut dapat mengukur tingkat keberhasilan konseli dalam memainkan peran secara keseluruhan.

4) Tahap Penutup

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, mengemukakan pesan dan harapan.

C. Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Terhadap Peningkatan Harga Diri

Harga diri adalah perasaan bangga terhadap diri sendiri tentang pengalaman yang telah kita kumpulkan mengenai diri kita selama hidup. Pengalaman yang kita miliki mengenai diri kita ini menambah perasaan positif mengenai kebermaknaan atau perasaan negatif berupa ketidakcukupan. Perasaan positif mengenai kebermaknaan merupakan ciri harga diri yang

tinggi, dan perasaan negatif berupa ketidakcukupan adalah ciri harga diri yang rendah. Namun kenyataannya masih ada siswa yang memiliki harga diri rendah. Siswa yang memiliki harga diri rendah ditandai dengan beberapa indikator diantaranya tidak adanya penerimaan diri, kurangnya internalisasi nilai sosial dalam diri, tidak mempunyai harapan atau cita-cita di masa depan, dan tidak mampu bertahan dalam menghadapi hambatan dalam hidup. Beberapa siswa yang memiliki indikator harga diri rendah ada di SMP Negeri 2 Secang, Kabupaten Magelang.

Usaha yang telah dilakukan untuk mengatasi harga diri rendah berupa bimbingan pribadi-sosial belum dapat sepenuhnya mengentaskan masalah penyebab harga diri rendah. Layanan bimbingan pribadi-sosial yang dilakukan kurang efektif untuk menyelesaikan permasalahan tingkat harga diri yang rendah, maka dari itu layanan yang tepat dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami siswa dengan menerapkan layanan konseling. Layanan konseling dalam hal ini mengingat tidak hanya satu atau dua orang, maka akan lebih efektif dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok merupakan suatu proses membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Selain itu, dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* diaplikasikan permainan peran yang membantu konseli untuk mempraktekkan secara langsung situasi sosial yang menjadi hambatan untuk mencapai harga diri yang tinggi. Diharapkan dengan melaksanakan

permainan peran, segala sesuatu yang menghambat individu untuk memiliki harga diri yang tinggi dapat diselesaikan.

Berdasarkan penjelasan mengenai harga diri rendah yang dapat menghambat siswa dalam mengenali diri sendiri, dan layanan yang dapat digunakan dan pendekatan yang akan digunakan dalam penelitian, maka peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap peningkatan harga diri. Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* bermaksud agar siswa yang memiliki harga diri rendah dapat meningkat. Hasil dari kegiatan yang telah dilalui akan memberikan dampak yang positif bagi siswa.

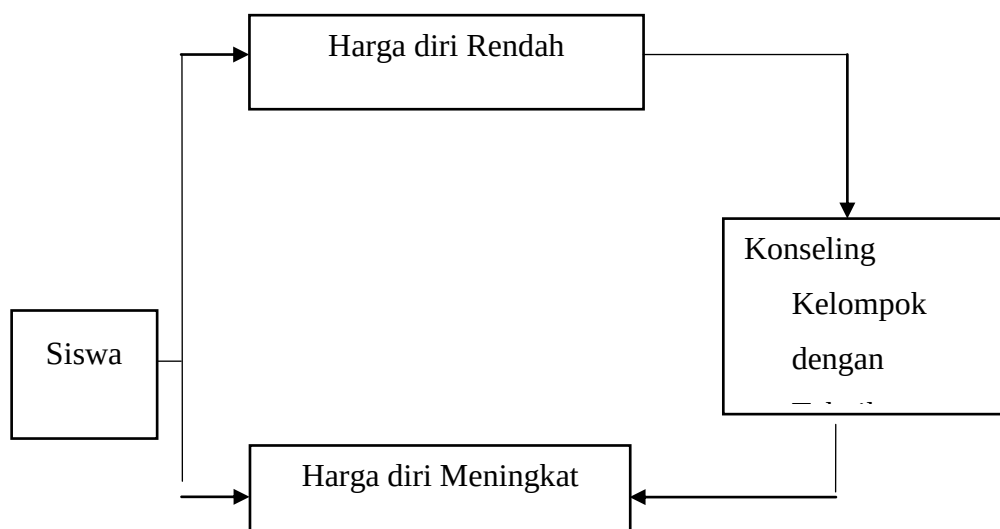
D. Kerangka Berpikir

Siswa SMP Negeri 2 Secang ada yang memiliki harga diri tinggi dan harga diri rendah. Siswa yang memiliki harga diri rendah dapat mengalami permasalahan dalam kaitannya dengan kehidupan. Sehingga siswa-siswa tersebut harus diberi penanganan yang tepat agar harga diri meningkat dan tidak mengalami permasalahan dalam mencapai tujuan hidup.

Peneliti berupaya menerapkan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Kegiatan layanan melalui konseling kelompok, siswa dapat mengentaskan permasalahan yang menjadi penghambat siswa untuk memiliki harga diri tinggi. Penerapan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* menekankan pentingnya belajar mengungkapkan perasaan yang dialami dengan tegas dan terbuka tanpa merugikan perasaan orang lain dan

keterampilan- keterampilan yang diperoleh melalui kegiatan kelompok. Siswa yang diberikan latihan dengan teknik assertive training secara bertahap dan terus menerus, maka siswa tersebut akan dapat belajar menyatakan perasaan secara terbuka tanpa adanya tekanan dari pihak lain serta tidak merugikan orang lain, sehingga siswa yang memiliki harga diri rendah dapat meningkat lebih baik. Kegiatan yang dilakukan secara sadar dan tumbuh dalam keinginan diri siswa ini dilakukan berulang-ulang maka akan merubah kebiasaan buruk dalam diri siswa, sehingga harga diri dapat meningkat dan akan berpengaruh baik terhadap kehidupan siswa dimasa mendatang. Layanan yang diberikan diharapkan dapat membantu siswa yang memiliki harga diri rendah dengan melaksanakan teknik assertive training menjadikan harga diri siswa meningkat. .

Agar lebih jelas, maka kerangka pemikiran digambarkan pada bagan



Gambar: 1
Kerangka Berpikir

E. Hipotesis

Hipotesis adalah pernyataan tentatif yang merupakan dugaan atau terkaan tentang apa saja yang kita amati dalam usaha untuk memahaminya (Nasution, 2011:39). Maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

- Ho : Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* tidak berpengaruh terhadap peningkatan harga diri siswa.
- Ha : Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh terhadap peningkatan harga diri.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu (Sugiono, 2010: 2). Hal yang dibahas dalam metode penelitian ini meliputi identifikasi variabel penelitian, definisi operasional variabel, subjek dan desain penelitian serta metode pengumpulan dan teknik analisis data

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang diteliti. Ada dua variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini, yaitu

1. Variabel terikat: harga diri
2. Variabel bebas : konseling kelompok dengan teknik *assertive training*
- 3.

B. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan yang dapat diamati. Definisi operasional variabel adalah menggambarkan atau mendeskripsikan variabel penelitian sehingga variabel tersebut bersifat spesifik dan terukur. Definisi operasional dari variabel penelitian yang digunakan peneliti adalah :

1. Harga diri adalah penghargaan terhadap diri sendiri selama hidup, mengenai hal-hal positif dan negatif yang ada di dalam diri. Yang

2. mana mampu mengenal siapa dirinya dan mengetahui tujuan apa yang ingin dicapai dalam hidup sehingga hidup yang dijalani akan lebih bermakna. Harga diri memberikan penilaian terhadap besarnya kepercayaan terhadap keberhasilan (*successes*), nilai (*value*), aspirasi (*aspirations*), dan daya tahan (*defenses*) yang dimiliki. Secara operasional, harga diri dalam penelitian ini merupakan skor total dari aspek-aspek dan indikator sebagai berikut:

- a. Keberhasilan (*successes*),
 - 1) Adanya penerimaan dari orang lain
 - 2) Adanya penerimaan diri
 - 3) Mampu menyelesaikan tugas yang diberikan
 - 4) Mampu mengambil keputusan sendiri
- b. Nilai (*value*),
 - 1) internalisasi norma sosial di sekolah
 - 2) internalisasi norma sosial di keluarga
- c. Aspirasi (*aspirations*),
 - 1) adanya harapan/cita-cita untuk masa depan
 - 2) mampu mengemukakan pendapat dengan jelas
- d. Daya tahan (*defenses*)
 - 1) mampu mengurangi kecemasan
 - 2) mampu mengatasi masalah

3. Konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, adalah suatu proses konseling yang dilakukan dalam kelompok dengan menerapkan teknik *assertive training* dengan mengaplikasikan permainan peran untuk meningkatkan harga diri.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah kumpulan sumber data, yang mempunyai sifat sama. Jumlah kumpulan dapat sedikit hingga banyak, dari puluhan hingga ratusan juta (Haryanto dan Sukandarrumidi, 2007:21).

Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMP N 2 Secang kelas VII D yang berjumlah 35.

2. Sample

Sampel yaitu sebagian dari populasi. Subjek penelitian yang menjadi sampel seharusnya representatif populasinya. Jadi, tidak seluruh objek pada populasi diteliti semua, cukup diwakili oleh sebagian subjek. (Latipun, 2002:30).

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa anggota populasi yang memiliki harga diri rendah. Sampel yang diberikan oleh guru BK SMP N 2 Secang sebanyak 10 orang.

3. Sampling

Penentuan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu penentuan sampel berdasarkan tujuan atau

karakteristik yang telah ditentukan (Haryanto dan Sukandarrumidi, 2007:30). Karakteristik yang dimaksud adalah siswa kelas VII D SMP Negeri 2 Secang yang memiliki harga diri rendah berdasarkan pengamatan Guru BK.

D. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Menurut Christensen (dalam Seniaty, dkk, 2009) desain ini disebut juga *before-after design*. Pada design ini, di awal penelitian, dilakukan pengukuran terhadap variabel terikat yang telah dimiliki subjek. Setelah diberikan manipulasi, dilakukan pengukuran kembali terhadap variabel terikat dengan alat ukur yang sama.

Efektivitas atau pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat dilihat dari perbedaan antara *pretest* dengan *posttest*. *Pretest* menjadi pembanding bagi *posttest*, dengan demikian kesimpulan yang diperoleh lebih meyakinkan. Bahwa variabel bebas menyebabkan peningkatan variabel terikat.

Tabel: 1
One group pretest-posttest design dengan satu macam perlakuan

	<i>Pre-test</i>	Treatment	<i>Post-test</i>
Kelompok Eksperimen	O1	X	O2

Keterangan :

O1	: <i>Pre-test</i>
X	: Perlakuan
O2	: <i>Post-test</i>

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan tes awal (*pretest*) kepada kedua kelompok untuk mengukur kondisi awal subjek penelitian sebelum diberikan perlakuan (X). Selanjutnya kelompok eksperimen diberikan perlakuan (X) berupa konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* yang diberikan kepada kelompok eksperimen berlangsung selama 6 hari. Setelah perlakuan selesai, kelompok eksperimen di beri tes akhir atau *posttest*.

E. Metode pengumpulan data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup yaitu angket yang menghendaki jawaban pendek dan jawabannya diberikan dengan membubuhkan jawaban tertentu. Angket ini menggunakan model skala likert, dimana skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Skala likert digunakan dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS), (Sugiono, 2014: 93). Penilaian skor angket harga diri dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel: 2
Penilaian Skor Angket Harga Diri

Jawaban	Item Positif	Item Negatif
SS	4	1
S	3	2
KS	2	3
STS	1	4

Sebelum angket digunakan untuk *pre test* dan *post test*, terlebih dahulu peneliti melakukan *try out* angket. Pelaksanaan *try out* angket harga diri dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Tryout dilaksanakan pada tanggal 20 September 2016 . Siswa yang hadir pada tryout berjumlah 35 siswa. Angket yang digunakan berisi 65 butir item pernyataan. Kemudian hasil *try out* dianalisis untuk di uji validitas dan reliabilitasnya, berikut penjelasannya:

1. Uji validitas

Analisis butir menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Jumlah item pada angket adalah 65 item pernyataan dengan N jumlah 35 (jumlah sample *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid sahah adalah item dengan nilai r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%. Berdasarkan hasil tryout angket harga diri yang terdiri dari 65 item pernyataan diperoleh 42 item pernyataan valid dan 23 item pernyataan dinyatakan gugur. Hasil uji validitas instrumen disajikan dalam tabel dibawah ini:

Tabel: 3
Daftar Item Angket Valid

Variabel	Aspek	Indikator	Item Valid	Jumlah
Harga Diri	1. Keberhasilan (<i>success</i>)	a. Adanya penerimaan dari orang lain	3, 4	2
		b. Adanya penerimaan diri	1, 2	2
		c. Mampu menyelesaikan tugas yang diberikan	5, 7, 9, 12, 15	5
		d. Mampu mengambil keputusan sendiri	6, 8, 10, 11, 13, 14	6
	2. Nilai (<i>value</i>)	a. Internalisasi norma sosial di sekolah	16, 19, 21, 23, 24	5
		b. Internalisasi norma sosial di keluarga	17, 18, 20, 22	4
	3. Aspirasi (<i>aspirations</i>)	a. Adanya harapan/cita-cita untuk masa depan	25, 28, 30, 31	4
		b. Mampu mengemukakan pendapat dengan jelas	26, 27, 29, 32	4
	4. Daya tahan (<i>defenses</i>)	a. Mampu mengurangi kecemasan	33, 34, 35, 37, 40	5
		b. Mampu mengatasi masalah	36, 38, 39, 42, 41	5
Total				42

2. Uji reliabilitas instrumen

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan

N 35 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS 16.0 for windows*, diperoleh koefisien *alpha* pada variabel harga diri sebesar 0,916. Karena hasil koefisien *alpha* pada variabel harga diri lebih besar dari rtabel ($0,916 > 0,344$), sehingga item dalam angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan.

F. Prosedur Penelitian

Berikut prosedur penelitian yang akan dilakukan:

1. Persiapan Penelitian

a. Pengajuan judul dan proposal penelitian

Peneliti mengajukan judul penelitian yang dilanjutkan dengan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing pada bulan Januari 2016.

b. Pengajuan Kerja sama

Peneliti mengajukan surat ijin penelitian di SMP Negeri 2 Secang pada Februari 2016.

c. Penyusunan Instrumen Penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuosioner atau angket harga diri.

d. Try out instrumen

Pelaksanaan *try out* instrumen akan dilakukan pada bulan Mei 2016.

Siswa yang akan disertakan dalam *try out* berjumlah 35 siswa. Angket yang digunakan berisi 65 butir item pernyataan. Kemudian hasil *try out*

di analisis untuk di uji validitas dan reliabilitasnya, berikut penjelasannya:

1) Uji validitas instrumen

Analisis butir menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Jumlah item pada angket adalah 65 item pernyataan dengan N jumlah 35 (jumlah sample *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid sah adalah item dengan nilai r_{hitung} lebih dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5%.

2) Uji reliabilitas instrumen

Instrumen dikatakan reliabel apabila berdasarkan hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari r_{tabel} pada taraf signifikan 5% dalam perhitungan menggunakan *cronbach alpha*.

2. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanaan *Pre-test*

- 1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *pre-test*.
- 2) Peneliti membagi angket *pre-test* kepada sampel penelitian.
- 3) Peneliti menganalisis hasil *pre-test*.

b. Pelaksanaan konseling dengan teknik *assertive training*

- 1) Membuat kesepakatan waktu untuk melakukan konseling dengan masing-masing konseli.
- 2) Mencari informasi tambahan dan mempelajari latar belakang konseli melalui data pribadi siswa dan wawancara dengan guru pembimbing.

3) Melakukan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

4) Evaluasi kegiatan.

c. Pelaksanaan *post-test*

1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan *post-test*.

2) Peneliti membagi angket *post-test* kepada sampel penelitian.

3) Peneliti menganalisis hasil *post-test* dan memberikan hasil interpretasi pada analisis tersebut.

3. Penyusunan hasil penelitian

Pada desain penelitian ini pengukuran pertama dilakukan untuk mengukur tingkat keterampilan komunikasi yang dimiliki siswa sebelum dilakukan perlakuan yang disebut *pre test*, dan pengukuran kedua mengukur tingkat harga diri yang dimiliki siswa setelah dilakukan perlakuan disebut *post test*.

G. Teknik Analisis Data

Data hasil penelitian ini kan dianalisis dengan uji wilcoxon, uji ini merupakan teknik analisis data kuantitatif. Analisis data ini digunakan untuk menguji hipotesis utama. Dalam penelitian ini, uji hipotesis yang digunakan adalah analisis non parametrik. Hal ini dikarenakan data yang diperoleh dalam penelitian ini berbentuk ordinal. Data ordinal adalah data yang memiliki ranking dan jarak antara keduanya tidak diketahui. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode statistik non parametrik dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs* atau *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS versi 16.0 for windows*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5%. Artinya jika hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05

.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

a. Pelaksanaan *Pre test*

Pre test dilaksanakan pada tanggal 8 Oktober 2016 dengan menyebar angket harga diri kepada responden yang berjumlah 35 siswa. Responden terdiri dari kelas VII D yang menurut pengamatan Guru BK harga dirinya rendah. Hasil *pre test* dapat dilihat pada lampiran . Setelah itu hasil *pre test* dianalisis dan diperoleh kategori harga diri. Yaitu:

Tabel: 4
Kategori Skor Angket Harga Diri

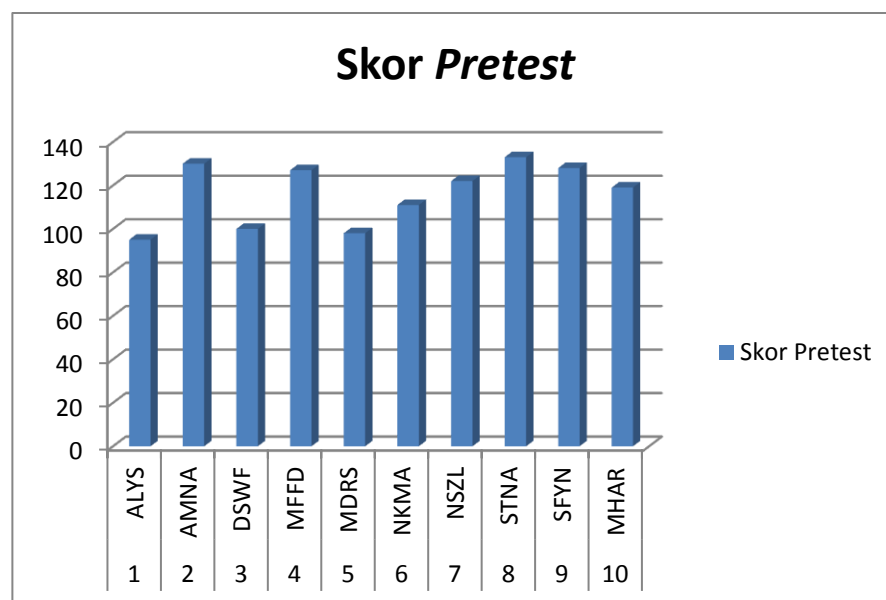
Frekuensi	Kategori	Jumlah	Persentasi
136-166	Tinggi	10	29%
105-135	Sedang	22	63%
74-104	Rendah	3	9%
42-73	Sangat Rendah	-	-
Jumlah		35	100%

Berdasarkan tabel diatas akan diambil 10 siswa yang mendapatkan skor sedang dan terendah untuk dijadikan anggota kelompok. Hal itu sesuai dengan teknik sampel yang digunakan yaitu berupa *non random sampling*. Siswa yang berjumlah 10 tersebut dijadikan anggota kelompok unrtuk mendapatkan *treatment*. Pertimbangan jumlah anggota 10 siswa yaitu karena

dipandang lebih efisien dan efektif. Adapun anggota kelompok yang telah ditentukan oleh peneliti secara keseluruhan yang akan mendapatkan *treatment* adalah sebagai berikut:

Tabel: 5
Hasil *Pre-test* yang Dijadikan Anggota Kelompok

Kelompok Eksperimen			
No	Nama	Skor	Kriteria
1.	ALYS	95	Rendah
2.	AMNA	130	Sedang
3.	DSWF	100	Rendah
4.	MFFD	127	Sedang
5.	MDRS	98	Rendah
6.	NKMA	111	Sedang
7.	NSZL	122	Sedang
8.	STNA	133	Sedang
9.	SFYN	128	Sedang
10.	MHAR	119	Sedang



Gambar: 2
Grafik Hasil *Pre-test* yang Dijadikan Anggota Kelompok

Berdasarkan tabel dan grafik diatas dapat dijelaskan bahwa yang menjadi anggota kelompok terdiri dari 7 siswa dalam kategori harga diri sedang, dan 3 siswa dengan kategori harga diri rendah. Siswa yang tergolong dalam indikator harga diri sedang dan harga diri rendah akan diberikan *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

b. Pemberian Perlakuan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

Kegiatan konseling kelompok dengan *teknik assertive training* didiskusikan dengan semua anggota kelompok sesuai dengan waktu yang dapat disediakan oleh siswa. Kegiatan dilaksanakan selama 6 hari yaitu pada tanggal 14 Oktober sampai dengan tanggal 29 Oktober yaitu pada tanggal 14, 15, 18, 22, 25, 29 Oktober 2016. Jadwal dan hasil pelaksanaan konseling kelompok terdapat dalam lampiran.

Tabel: 6
Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

No	Hari, tanggal	Permasalahan	Teknik
1	Jum'at, 14 Okt 2016	Dijauhi oleh teman	Permainan peran
2	Sabtu, 15 Okt 2016	Mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif	Permainan peran

3	Selasa, 18 Okt 2016	Melanggar tata tertib di sekolah	Permainan peran
4	Sabtu, 22 Okt 2016	Kesulitan dalam menjelaskan pendapat	Permainan peran
5	Selasa, 25 Okt 2016	Gugup saat berbicara di depan orang banyak	Permainan peran
6	Sabtu, 29 Okt 2016	Tidak berani mengakui kesalahan yang telah diperbuat	Permainan peran

Berdasarkan tabel pelaksanaan konseling kelompok diatas, dilaksanakan proses konseling kelompok sebanyak 6 kali dengan 6 permasalahan yang sesuai dengan aspek yang dibahas. Dalam pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* digunakan teknik khusus yaitu permainan peran.

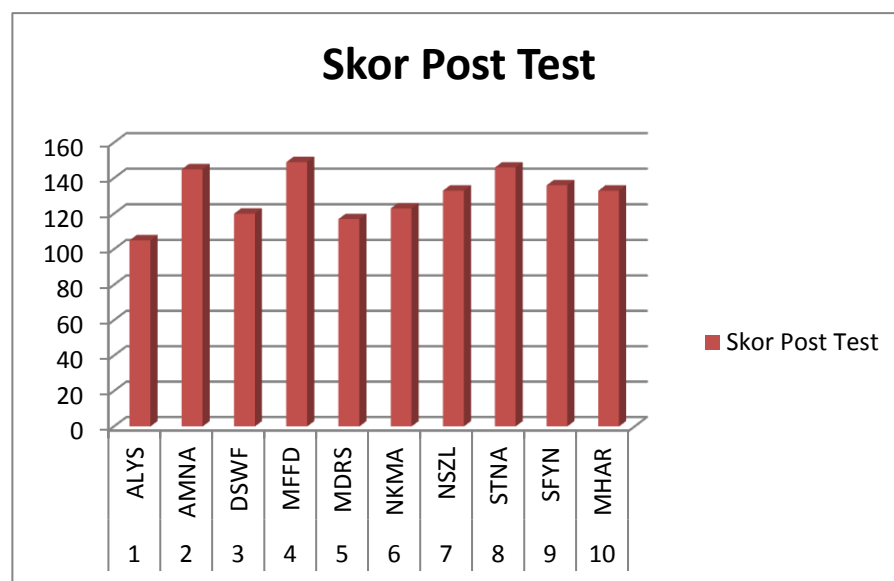
c. Pelaksanaan *Post test*

Penelitian diakhiri dengan pengukuran akhir (*post test*). *Post test* dilakukan pada tanggal 5 November 2016 pada semua sampel penelitian. *Post test* dilakukan dengan menyebar angket harga diri yang sama dengan *pre test*. Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data terhadap hasil *post test* termasuk didalamnya uji hipotesis dan menyusun laporan hasil penelitian ke dalam bentuk

yang sistematis. Adapun hasil *post test* dari 10 anggota kelompok, yaitu:

Tabel: 7
Hasil *Post Test* dari 10 Anggota Kelompok

No	Subyek Penelitian (*)	Skor	Kriteria
1	ALYS	105	Sedang
2	AMNA	145	Tinggi
3	DSWF	120	Sedang
4	MFFD	149	Tinggi
5	MDRS	117	Sedang
6	NKMA	123	Sedang
7	NSZL	133	Sedang
8	STNA	146	Tinggi
9	SFYN	136	Tinggi
10	MHAR	133	Sedang



Gambar: 3
Grafik hasil *Post Test* dari 10 Anggota Kelompok

Berdasarkan tabel dan grafik diatas dapat dijelaskan bahwa yang anggota kelompok yang sebelum melaksanakan *treatment* dalam kategori sedang dan rendah setelah melakukan *treatment* dan

diberikan post test hasilnya menunjukkan peningkatan dengan adanya perbedaan antara skor *pre test* dan *post test*.

d. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Pengolahan data hasil tabulasi jawaban responden diolah dengan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Pengolahan tersebut menghasilkan *statistic descriptive* variabel penelitian sebagai berikut:

Tabel: 8
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviation
Pre test	10	95	133	116.30	14.299
Posttest	10	105	149	130.70	14.275
Valid N	10				

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sampel penelitian berjumlah 10 siswa. Reponden yaitu 10 siswa. Nilai minimum *pre test* sebesar 95, nilai maksimumnya 133 dengan rata-rata 116.30 dan standar deviasi sebesar 14.299. Nilai minimum *post test* sebesar 105, nilai maksimumnya 149 dengan rata-rata 130.70 dan standar deviasi sebesar 14.275.

Artinya, setelah diberi perlakuan berupa konseling kelompok teknik *assertive training*, skor *post test* angket harga diri mengalami peningkatan lebih besar dibandingkan skor *pre test*.

Semakin banyak peningkatan skor *post test* angket harga diri, maka harga diri siswa semakin meningkat.

e. Uji hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh terhadap peningkatan harga diri siswa kelas VII D SMP Negeri 2 Secang. Untuk membuktikan hipotesis tersebut digunakan model analisis *statistic non parametric*. Dua macam kondisi yang biasanya dipertimbangkan adalah:

- 1) Jumlah kasus yang dianalisis terlalu sedikit. Yang dimaksud sedikit adalah kurang dari 20.
- 2) Skor atau bilangan-bilangan yang dianalisis termasuk dalam skala jenjang (ordinal) atau bahkan skala pilah (nominal).

Berdasarkan kondisi tersebut, analisi data dilakukan dengan menggunakan model *statistic non parametric*, dengan jumlah kasus kelompok penelitian hanya 10 subjek, sehingga asumsi yang mendasari penggunaan *statistic parametric* diduga tidak terpenuhi. Data hasil penelitian yang terdiri dari data *pre test* dan *post test* dianalisis dengan model *statistic non parametric* dari program SPSS versi 16.0 *for window*.

Untuk mengetahui tingkat signifikan perbedaan antara skor *pre test* dan *post test*, selanjutnya data dianalisis menggunakan

model *statistic non parametric* dengan teknik *two related sample* untuk melihat perbedaan skor *pre test* dan *post test* dalam kelompok. Data berikut adalah rangkuman hasil uji beda *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Tabel: 9
Ringkasan Hasil Uji Beda *Wilcoxon Signed Rank Test*

Keterangan	Mean Kelompok	Perbedaan Mean	Z	Sign
<i>Pre test-post test</i>	130.70-116.30	14.4	-2.803	0.005

Keterangan :

Z : Z hitung

Sign : Signifikansi

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa nilai mean *post test* lebih tinggi dibanding nilai mean *pre test* yaitu nilai *pre test* 116.30 dan nilai *post test* 130.70, berdasarkan hasil tersebut ada perbedaan mean sebesar 14.4 antara *pre test* dan *post test* yang signifikan. Nilai sign menunjukkan $p=0.005<0.05$, hasil probabilitas menunjukkan kurang dari 0.05 maka signifikan.

Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesisi yang menyatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh terhadap peningkatan harga diri terbukti kebenarannya yaitu dengan bukti bahwa pada kelompok yang memperoleh perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik

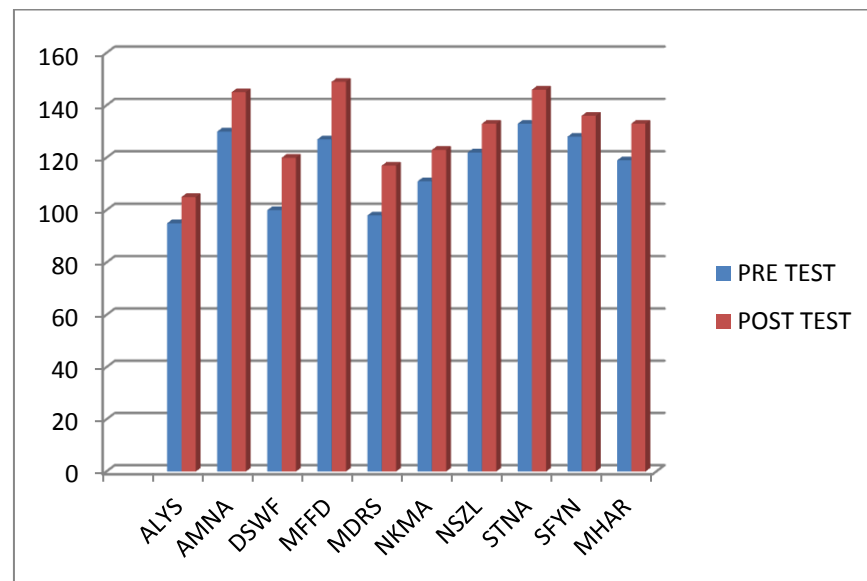
assertive training mengalami peningkatan ditandai dengan peningkatan pada skor post test.

Peningkatan harga diri dapat dilihat pula dari hasil pengurangan skor *post test* dengan skor *pre test*. Adapun peningkatan skor tersebut selengkapnya disajikan dalam tabel berikut:

Tabel: 10
Peningkatan Skor *Pre test* dan *Post Test*

NAMA	PRE TEST	POST TEST	Peningkatan	
			Nilai	%
ALYS	95	105	10	11%
AMNA	130	145	15	12%
DSWF	100	120	20	20%
MFFD	127	149	22	17%
MDRS	98	117	19	19%
NKMA	111	123	12	11%
NSZL	122	133	11	9%
STNA	133	146	13	10%
SFYN	128	136	8	6%
MHAR	119	133	14	12%
Rata-rata			14,4	12%
Minimum			8	6%
Maximum			22	22%

Berdasarkan tabel peningkatan skor diatas, dapat dilihat peningkatan skor antara *pre test* dan *post test* sebesar 12%. Untuk nilai minimum adalah 8 dan untuk nilai maximum adalah 22. Tabel tersebut menunjukkan adanya peningkatan antara skor *pre test* dan skor *post test*.



Gambar: 4
Grafik Perbandingan Skor *Pre test* dan *Post test*

Berdasarkan diagram diatas dapat diketahui bahwa pada 10 sampel tersebut semuanya mengalami peningkatan harga diri, maka dapat disimpulkan jika ke 10 sampel tersebut rata-rata mengalami peningkatan harga diri yang signifikan berdasarkan perbandingan jumlah *pretest* dan *post test* yang telah dianalisis.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap peningkatan harga diri. Sampel yang digunakan sebanyak 10 siswa yang memiliki harga diri dengan kategori rendah berdasarkan perhitungan skor angket harga diri. Sebelum diberi perlakuan (konseling kelompok dengan teknik *assertive training*), kelompok tersebut diberikan tes awal (*pre test*). Selanjutnya diberikan perlakuan berupa

konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Setelah itu diberikan tes akhir (*post test*).

Penelitian ini menggunakan analisis statistik non parametrik dengan uji *Wilcoxon*. Pengujian non parametrik bermanfaat untuk digunakan bila sampel penelitian relatif kecil yaitu 10 siswa dalam penelitian ini dan akan lebih mudah dihitung daripada menggunakan metode parametrik. Keterbatasannya adalah hasil yang diperoleh kurang efisien.

Bukti bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan harga diri yaitu adanya perubahan aspek harga diri pada siswa sebelum diberikan *treatment* dengan sesudah diberikan *treatment*. Diantaranya siswa yang sebelumnya dijauhi oleh teman menjadi bertekad untuk berusaha mencari tahu sebabnya dengan cara bertanya langsung dengan teman dan berusaha menjadi pribadi yang lebih baik, siswa yang sebelumnya gugup saat berbicara didepan orang banyak menjadi mulai memberanikan diri untuk berlatih berbicara didepan orang bnyak, siswa yang sebelumnya tidak berani mengakui kesalahan yang telah diperbuat menjadi mulai muncul rasa tanggung jawab atas apa yag telah diperbuat, siswa yang sebelumnya mudah terpengaruh olehg teman dalam hal negatif menjadi mulai mempunyai prinsip sendiri dantidak mudah terpengaruh dengan teman, siswa yang sebelumnya melanggar tata tertib di sekolah menjadi mulai sadar bhawa tindakannya itu salah dan tidak akan melakukan kesalahan lagi, dan siswa yang sebelumnya kesulitan dalam menjelaskan pendapat menjadi mulai belajar menyampaikan pendapat dengan jelas dengan berlatih.

Penelitian tersebut didukung oleh penelitian yang berjudul Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Self Esteem (Harga Diri) pada Siswa yang ditulis oleh Qomarul Hasanah tahun 2016. Yang menunjukkan bahwa konseling kelompok adalah suatu pemberian bantuan kepada klien untuk menyelesaikan permasalahan pribadi yang berhubungan dengan harga diri. Yaitu dengan mengajarkan konseli agar mampu merasa bangga terhadap diri sendiri, mengetahui kelemahan dan kelebihan pada diri. Dengan hal tersebut maka konseli akan dapat mencapai harga diri yang optimal.

Sejalan dengan penelitian diatas penelitian lain oleh Mutmainnah dengan judul efektifitas konseling kelompok teknik *assertive training* dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik siswa kelas Xi IPS SMA Negeri Palu. Hasil yang dilakukan dengan penerapan teknik *assertive training* memberikan pengaruh signifikan terhadap tingkat perilaku prokrastinasi akademik sesudah mengikuti layanan konseling kelompok teknik *assertive training* lebih rendah jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti layanan konseling kelompok teknik *assertive training*.

Berdasarkan penjelasan diatas membuktikan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII D di SMP Negeri 2 Secang Tahun Ajaran 2016/2017 dapat meningkatkan harga diri.

Proses pelaksanaan penelitian juga terdapat kendala atau hambatan yaitu pelaksanaan konseling kelompok tersedia pada jam pelajaran sedangkan untuk kegiatan konseling kelompok memerlukan waktu sekitar 80 menit,

tentunya konseling kelompok dilakukan pada jam lain yaitu sepulang sekolah. Waktu pada siang hari atau sepulang sekolah dirasa kurang efektif karena siswa tentunya mengalami lelah akibat kegiatan pembelajaran yang berlangsung dari pagi hari.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Simpulan teori

Harga diri adalah perasaan bangga terhadap diri sendiri tentang pengalaman yang telah kita kumpulkan mengenai diri kita selama hidup. Pengalaman yang kita miliki mengenai diri kita ini menambah perasaan positif mengenai kebermaknaan atau perasaan negatif berupa ketidakcukupan.

Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* adalah layanan yang bertujuan untuk membahas hal-hal yang dianggap penting oleh semua anggota dengan dinamika kelompok. Dalam hal ini diberikan teknik *assertive training* agar ada perubahan perilaku dari siswa yang mengalami harga diri rendah dengan cara memberikan permainan peran.

Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat berpengaruh terhadap harga diri.

2. Simpulan hasil penelitian

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* memiliki pengaruh secara positif terhadap peningkatan harga diri siswa kelas VII D SMP N 2 Secang Tahun Ajaran 2016/2017. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan rata-rata sebesar 12% setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi guru pembimbing

Ketika menemukan siswa yang memiliki kecenderungan harga diri rendah maka guru pembimbing dapat melakukan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* sebagai upaya untuk meningkatkan harga diri.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan jika tertarik dengan penelitian tentang harga diri siswa yang rendah melalui konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat melakukannya di tempat yang berbeda dan dengan subjek yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2008. *Psikologi Kepribadian*. Malang. UPT Penerbitan Universitas
- Baihaqi, MIF. 2008. *Psikologi Pertumbuhan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Sari, Citra Puspita. 2008. Harga Diri pada Remaja Putri yang Telah Melakukan Hubungan Seks Pranikah. *Jurnal Penelitian*. Universitas Gunadarma
- Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. 2009. Bandung: PT Refika Aditama
- Trisnaningtyas, Esti. 2009. Penerapan Latihan Asertif untuk Meningkatkan Ketrampilan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Diakses pada tanggal 21 Maret 2016. Hal: 1-18. FIP UNESA
- Ghufron dan Rini. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruzz Media
- Hartono dan Sudarmaji. 2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Haryanto dan Sukandarrumidi. 2007. *Dasar-Dasar Penulisan Proposal Penelitian* Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Khalsa, Sirinam. 2008. *Pengajaran Disiplin & Harga Diri*. Jakarta: Indeks
- Kurnanto, Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: CV Alfabeta
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling*. Malang. UMM Press
- . 2002. *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Pers
- Zengel, Mustafa. 2009. The Effectiveness of an Assertiveness Training Programme on Adolescents' Assertiveness Level. *Jurnal Penelitian*. Vol 8 No. Diakses pada tanggal 16 Februari 2016. Hal: 485-429.
- Mutmainnah, Munir, Bau Ratu. 2016. Efektifitas Konseling Kelompok Teknik Assertive Training dalam Mengurangi Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Penelitian*. Untad Bumu Tadulako Tondo

- Nasution. 2011. *Metode Research*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Widiastuti, Niken dan Widjaja, Theresia. 2004. Hubungan Antara Kualitas Relasi Ayah dengan Harga Diri Remaja Putra. *Jurnal Psikologi* Vol 2 No 1. Diakses pada tanggal 21 Maret 2016. Hal: 24-42. Universitas Tarumanegara
- Hasanah, Qomarul. 2016. Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Self Esteem pada Siswa. *Skripsi*(Tidak Diterbitkan).Universitas Lampung
- Rasiman. 2013. Tingkat Harga Diri Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Kelas IV dan V SD Negeri 1 Beji. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). FKIP UNY
- Sharyanti, Retno. 2003. Pengaruh Self Efficacy, Assertiveness, dan Self Esteem Terhadap Keinginan Auditor Berpindah Kerja dengan Mediasi Tekanan Kerja dan Kepuasan Kerja. *Thesis* (Tidak Diterbitkan. UNDIP
- Seniati, Yuliyanto, dan Setiadi. 2009. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: PT Indeks
- Syabibah, Siti. 2013. Pengembangan Program Bimbingan Pribadi-Sosial Berdasarkan Profil harga Diri Peserta Didik. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. FIP UPI
- Tohirin. 2007. Bimbingan dan Konseling di Sekolah Madrasah. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : Unnes Press
- Windaniati. 2013. Meningkatkan Self Esteem Siswa Melalui Teknik Assertive Training. *Jurnal Penelitian*. Vol 30 No.2. Diakses pada tanggal 21 Juli 2016
- Winkel, W.S. & M.M. Sri Hastuti. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi
- Hapsari, Yunita. 2014. Peningkatan Kemampuan Bermain Peran Menggunakan Teknik Jigsaw dan Media VCD Drama. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). UNS

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Penelitian



-UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Program Studi : Bimbingan & Konseling /Strata I
 (Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 0955/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2016)
 Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG - PAUD) /Strata I
 (Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 1114/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2016)
 Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) /Strata I
 (Terakreditasi "C" SK BAN-PT No: 403/SK/BAN-PT/Akred/S/X/2014)

Jl. Tidar No. 21 Magelang 56126 Telp. (0293) 362082 / 326945 psw 1301 Fax. (0293) 32555

Nomor : 407/FKIP/II.3.AU/F/2016
 Lampiran : 1 bendel
 Perihal : **IJIN PENELITIAN UNTUK SKRIPSI**

Kepada
 Yth. Kepala SMP Negeri 2 Secang Magelang
 Di

Kab. Magelang

Assalamu'alaikum wr wb

Disampaikan dengan hormat bahwa, guna penyelesaian studi program strata satu (sarjana) diperlukan penulisan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon ijin bagi mahasiswa berikut guna melaksanakan penelitian di instansi yang Bapak/ Ibu pimpin.

Nama Mahasiswa : Tika Hidayati
 N P M : 12.0301.0026
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* terhadap Peningkatan Harga Diri
 Lokasi / Obyek : SMP Negeri 2 Secang Magelang
 Waktu Pelaksanaan : 20 September 2016 – 20 Desember 2016

Sebagai bahan pertimbangan, berikut ini kami lampirkan proposal / rancangan skripsi. Demikian atas ijin dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr wb

Magelang, 9 September 2016
 Dekan,



Drs. Subiyanto, M.Pd.
 NIP. 19570807 198303 1 002



**PEMERINTAH KABUPATEN MAGELANG
DINAS PENDIDIKAN PEMUDA DAN OLAH RAGA**

SMP NEGERI 2 SECANG

Alamat : Pirikan Secang Magelang 56195 (0293) 5509050

SURAT KETERANGAN

Nomor : 800/214/20.49.SMP

Berdasarkan surat dari Universitas Muhammadiyah Magelang, Fakultas Keguru dan Ilmu Pendidikan Nomor: 407/FKIP/II.3.AU/F/2016, tanggal 14 Desember 2016, Perih ijin penelitian untuk skripsi, dengan ini Kepala SMP Negeri 2 Secang menerangkan bahwa:

Nama : Tika Hidayati
NPM : 12.0301.0026
Prodi : Bimbingan dan Konseling

Benar-benar telah melaksanakan penelitian untuk menyusun skripsi dengan judul "Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Terhadap Peningkatan Harga Diri Di Sekolah" pada tanggal 20 September sampai dengan 14 Desember 2016.

Demikian surat keterangan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 14 Desember 2016

Kepala SMP Negeri 2 Secang



DWI HARJONO, S. Pd
NIP. 19671005 199003 1 008

Lampiran 2

Kisi-Kisi Angket Harga Diri

Kisi-Kisi Angket Harga Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Item Valid	Jumlah
Harga Diri	5. Keberhasilan (<i>success</i>)	e. Adanya penerimaan dari orang lain	3, 4	2
		f. Adanya penerimaan diri	1, 2	2
		g. Mampu menyelesaikan tugas yang diberikan	5, 7, 9, 12, 15	5
		h. Mampu mengambil keputusan sendiri	6, 8, 10, 11, 13, 14	6
	6. Nilai (<i>value</i>)	c. Internalisasi norma sosial di sekolah	16, 19, 21, 23, 24	5
		d. Internalisasi norma sosial di keluarga	17, 18, 20, 22	4
	7. Aspirasi (<i>aspirations</i>)	c. Adanya harapan/cita-cita untuk masa depan	25, 28, 30, 31	4
		d. Mampu mengemukakan pendapat dengan jelas	26, 27, 29, 32	4
	8. Daya tahan (<i>defenses</i>)	c. Mampu mengurangi kecemasan	33, 34, 35, 37, 40	5
		d. Mampu mengatasi masalah	36, 38, 39, 42, 41	5
Total				42

Lampiran 3

Angket Harga Diri

IDENTITAS RESPONDEN	
Nama	:
Kelas	:

A. PETUNJUK MENGERJAKAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama. Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi empat pilihan jawaban : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

- Sangat Setuju (SS) Berarti pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan diri Anda.
- Setuju (S) Berarti pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan diri Anda
- Tidak Setuju (TS) Berarti pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan diri Anda
- Sangat Tidak Setuju (STS) Berarti pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan diri Anda.

B. PETUNJUK PENGISIAN

Berilah tanda centang (✓) pada kolom pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda. **CONTOH:**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya populer diantara teman-teman sepergaulan		✓		

Apabila Anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda silang (X) pada jawaban pertama, kemudian beri tanda centang pada jawaban kedua Anda dengan cara:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya populer diantara teman-teman sepergaulan		✓X	✓	

NO	Daftar Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya bangga dengan kemampuan diri sendiri				
2	Saya yakin pada diri sendiri				
3	Saya mempunyai banyak teman				
4	Selalu diberikan kesempatan untuk berpendapat di suatu forum				
5	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu				
6	Saya konsisten terhadap keputusan yang diambil				
7	Sering menunda-nunda pekerjaan				
8	Mudah terpengaruh oleh orang lain				
9	Mampu menyelesaikan tugas yang rumit				
10	Saya takut mengambil resiko dari suatu keputusan				
11	Mampu mengambil keputusan tanpa kesulitan				
12	Mampu mengerjakan tugas sampai selesai				
13	Selalu tepat dalam mengambil keputusan				
14	Membutuhkan waktu lama untuk mengambil keputusan				
15	Saya bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas				
16	Saya mematuhi peraturan sekolah				
17	Saya menghormati kedua orang tua				

18	Saya mematuhi aturan di keluarga				
19	Saya berkelahi dengan teman				
20	Menentang perintah orang tua				
21	Bersikap sopan dengan teman				
22	Mendengarkan nasehat orang tua				
23	Saya menghormati guru di sekolah				
24	Berperan aktif dalam organisasi sekolah				
25	Mempunyai rencana di masa depan				
26	Saya menyampaikan pendapat dengan sopan				
27	Mengemukakan pendapat dengan jelas				
28	Mudah menyerah dalam menggapai cita-cita				
29	Terbata-bata berbicara di depan umum				
30	Berusaha menggapai cita-cita				
31	Mempunyai target dalam mencapai suatu tujuan				
32	Bertanggung jawab terhadap pendapat yang saya kemukakan				
33	Berani tampil di depan umum				
34	Sulit berbicara di depan kelas				
35	Mampu beradaptasi di keadaan apapun				
36	Berusaha mencari solusi dari masalah yang sedang dihadapi				
37	Dibayang-bayangi rasa bersalah				
38	Berani mengakui kesalahan				
39	Frustasi dengan masalah yang dihadapi				

40	Dapat mengurangi rasa gugup				
41	Bersikap tenang dalam menghadapi suatu masalah				
42	Memandang masalah sebagai suatu beban hidup				

Lampiran 4

Hasil Tryout Angket Harga Diri

Lampiran 5

Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

Hasil Uji Validitas Instrumen

No. Item	r_{tabel}	r_{hitung}	Ket
1	0,344	0,315	Gugur
2	0,344	0,124	Gugur
3	0,344	0,515	Valid
4	0,344	0,287	Gugur
5	0,344	0,042	Gugur
6	0,344	0,316	Gugur
7	0,344	0,203	Gugur
8	0,344	0,283	Gugur
9	0,344	0,324	Gugur
10	0,344	0,204	Gugur
11	0,344	0,428	Valid
12	0,344	0,001	Gugur
13	0,344	0,111	Gugur
14	0,344	0,35	Valid
15	0,344	0,377	Valid
16	0,344	0,765	Valid
17	0,344	0,418	Valid
18	0,344	0,688	Valid
19	0,344	0,695	Valid
20	0,344	0,589	Valid
21	0,344	0,518	Valid
22	0,344	0,662	Valid
23	0,344	0,567	Valid
24	0,344	0,652	Valid
25	0,344	0,512	Valid
26	0,344	0,545	Valid
27	0,344	-0,109	Gugur
28	0,344	0,337	Gugur
29	0,344	0,587	Valid
30	0,344	0,349	Valid
31	0,344	0,092	Gugur
32	0,344	0,243	Gugur
33	0,344	0,441	Valid

No. Item	r_{tabel}	r_{hitung}	Ket
34	0,344	0,539	Valid
35	0,344	0,523	Valid
36	0,344	0,035	Gugur
37	0,344	0,464	Valid
38	0,344	0,307	Gugur
39	0,344	0,627	Valid
40	0,344	0,369	Valid
41	0,344	0,203	Gugur
42	0,344	0,695	Valid
43	0,344	0,15	Gugur
44	0,344	0,23	Gugur
45	0,344	0,405	Valid
46	0,344	0,43	Valid
47	0,344	0,538	Valid
48	0,344	0,385	Valid
49	0,344	0,29	Gugur
50	0,344	0,418	Valid
51	0,344	0,117	Gugur
52	0,344	0,399	Valid
53	0,344	0,335	Gugur
54	0,344	0,381	Valid
55	0,344	0,452	Valid
56	0,344	0,456	Valid
57	0,344	0,411	Valid
58	0,344	0,479	Valid
59	0,344	0,412	Valid
60	0,344	0,583	Valid
61	0,344	0,595	Valid
62	0,344	0,487	Valid
63	0,344	0,353	Valid
64	0,344	0,634	Valid
65	0,344	0,515	Valid

Reability

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.916	.916	65

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Item_1	3.3714	.59832	35
Item_2	3.5429	.50543	35
Item_3	3.4571	.56061	35
Item_4	3.1714	.56806	35
Item_5	2.7429	.65722	35
Item_6	3.1429	.42997	35
Item_7	2.8857	.47101	35
Item_8	3.7429	.44344	35
Item_9	2.5429	.65722	35
Item_10	3.6286	.54695	35
Item_11	3.7143	.45835	35
Item_12	2.9714	.38239	35
Item_13	3.1714	.74698	35
Item_14	3.8000	.40584	35
Item_15	3.2571	.44344	35
Item_16	3.2571	.70054	35
Item_17	3.1143	.58266	35
Item_18	3.3714	.64561	35
Item_19	3.0857	.56211	35
Item_20	2.7429	.56061	35
Item_21	2.9429	.68354	35
Item_22	2.8000	.63246	35
Item_23	3.2857	.71007	35
Item_24	2.8571	.73336	35
Item_25	2.6857	.58266	35
Item_26	3.5429	.50543	35
Item_27	3.3714	.49024	35
Item_28	3.6571	.48159	35
Item_29	3.5143	.61220	35
Item_30	3.9143	.28403	35

Item_31	3.6571	.68354	35
Item_32	2.4857	.74247	35
Item_33	3.4000	.49705	35
Item_34	3.2000	.90098	35
Item_35	3.3714	.77024	35
Item_36	3.1429	.42997	35
Item_37	3.3714	.64561	35
Item_38	3.8000	.40584	35
Item_39	3.7714	.42604	35
Item_40	3.8000	.40584	35
Item_41	3.2571	.50543	35
Item_42	2.9429	.48159	35
Item_43	3.8571	.35504	35
Item_44	3.7429	.44344	35
Item_45	3.4571	.50543	35
Item_46	3.3714	.54695	35
Item_47	3.0286	.51368	35
Item_48	3.6000	.65079	35
Item_49	3.1143	.90005	35
Item_50	3.0571	.68354	35
Item_51	3.3143	.47101	35
Item_52	3.8857	.32280	35
Item_53	3.0000	.59409	35
Item_54	3.2286	.54695	35
Item_55	3.2000	.53137	35
Item_56	2.8571	.49366	35
Item_57	2.9143	.50709	35
Item_58	3.1714	.56806	35
Item_59	3.2857	.51856	35
Item_60	2.9143	.85307	35
Item_61	3.2286	.54695	35
Item_62	2.6286	.84316	35
Item_63	2.7143	.78857	35

Item_64	3.1429	.64820	35
---------	--------	--------	----

Item_65	3.0571	.68354	35
---------	--------	--------	----

Correlation

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Item_1	3.3714	.59832	35
Item_2	3.5429	.50543	35
Item_3	3.4571	.56061	35
Item_4	3.1714	.56806	35
Item_5	2.7429	.65722	35
Item_6	3.1429	.42997	35
Item_7	2.8857	.47101	35
Item_8	3.7429	.44344	35
Item_9	2.5429	.65722	35
Item_10	3.6286	.54695	35
Item_11	3.7143	.45835	35
Item_12	2.9714	.38239	35
Item_13	3.1714	.74698	35
Item_14	3.8000	.40584	35
Item_15	3.2571	.44344	35
Item_16	3.2571	.70054	35
Item_17	3.1143	.58266	35
Item_18	3.3714	.64561	35
Item_19	3.0857	.56211	35
Item_20	2.7429	.56061	35
Item_21	2.9429	.68354	35
Item_22	2.8000	.63246	35
Item_23	3.2857	.71007	35
Item_24	2.8571	.73336	35
Item_25	2.6857	.58266	35
Item_26	3.5429	.50543	35
Item_27	3.3714	.49024	35

Item_28	3.6571	.48159	35
Item_29	3.5143	.61220	35
Item_30	3.9143	.28403	35
Item_31	3.6571	.68354	35
Item_32	2.4857	.74247	35
Item_33	3.4000	.49705	35
Item_34	3.2000	.90098	35
Item_35	3.3714	.77024	35
Item_36	3.1429	.42997	35
Item_37	3.3714	.64561	35
Item_38	3.8000	.40584	35
Item_39	3.7714	.42604	35
Item_40	3.8000	.40584	35
Item_41	3.2571	.50543	35
Item_42	2.9429	.48159	35
Item_43	3.8571	.35504	35
Item_44	3.7429	.44344	35
Item_45	3.4571	.50543	35
Item_46	3.3714	.54695	35
Item_47	3.0286	.51368	35
Item_48	3.6000	.65079	35
Item_49	3.1143	.90005	35
Item_50	3.0571	.68354	35
Item_51	3.3143	.47101	35
Item_52	3.8857	.32280	35
Item_53	3.0000	.59409	35
Item_54	3.2286	.54695	35
Item_55	3.2000	.53137	35
Item_56	2.8571	.49366	35

Item_57	2.9143	.50709	35
Item_58	3.1714	.56806	35
Item_59	3.2857	.51856	35
Item_60	2.9143	.85307	35
Item_61	3.2286	.54695	35
Item_62	2.6286	.84316	35
Item_63	2.7143	.78857	35
Item_64	3.1429	.64820	35
Item_65	3.0571	.68354	35

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	207.8857	222.045	.279	.	.915
Item_2	207.7143	225.739	.091	.	.917
Item_3	207.8000	218.988	.486	.	.914
Item_4	208.0857	222.787	.251	.	.916
Item_5	208.5143	226.963	-.001	.	.918
Item_6	208.1143	223.457	.290	.	.915
Item_7	208.3714	224.711	.173	.	.916
Item_8	207.5143	223.787	.256	.	.915
Item_9	208.7143	221.387	.284	.	.915
Item_10	207.6286	224.299	.169	.	.916
Item_11	207.5429	221.667	.403	.	.915
Item_12	208.2857	227.504	-.024	.	.917
Item_13	208.0857	225.434	.062	.	.918
Item_14	207.4571	223.255	.326	.	.915
Item_15	208.0000	222.529	.351	.	.915
Item_16	208.0000	211.706	.744	.	.911
Item_17	208.1429	220.361	.386	.	.915
Item_18	207.8857	214.398	.664	.	.912
Item_19	208.1714	215.911	.675	.	.912
Item_20	208.5143	217.728	.564	.	.913
Item_21	208.3143	217.163	.484	.	.914
Item_22	208.4571	215.138	.638	.	.912
Item_23	207.9714	215.734	.534	.	.913
Item_24	208.4000	213.482	.623	.	.912
Item_25	208.5714	218.723	.482	.	.914

Item_26	207.7143	219.328	.520	.	.914
Item_27	207.8857	229.222	-.141	.	.918
Item_28	207.6000	222.718	.308	.	.915
Item_29	207.7429	216.903	.560	.	.913
Item_30	207.3429	224.467	.332	.	.915
Item_31	207.6000	225.953	.046	.	.918
Item_32	208.7714	222.476	.196	.	.916
Item_33	207.8571	221.008	.414	.	.914
Item_34	208.0571	213.526	.495	.	.914
Item_35	207.8857	215.810	.485	.	.914
Item_36	208.1143	227.104	.006	.	.917
Item_37	207.8857	218.751	.430	.	.914
Item_38	207.4571	223.785	.282	.	.915
Item_39	207.4857	219.492	.610	.	.913
Item_40	207.4571	223.020	.346	.	.915
Item_41	208.0000	224.529	.171	.	.916
Item_42	208.3143	217.516	.678	.	.913
Item_43	207.4000	225.894	.127	.	.916
Item_44	207.5143	224.492	.202	.	.916
Item_45	207.8000	221.459	.376	.	.915
Item_46	207.8857	220.575	.400	.	.914
Item_47	208.2286	219.299	.513	.	.914
Item_48	207.6571	220.232	.348	.	.915
Item_49	208.1429	220.303	.234	.	.917
Item_50	208.2000	219.224	.380	.	.915
Item_51	207.9429	225.938	.086	.	.917
Item_52	207.3714	223.593	.381	.	.915
Item_53	208.2571	221.726	.299	.	.915
Item_54	208.0286	221.382	.350	.	.915
Item_55	208.0571	220.408	.424	.	.914
Item_56	208.4000	220.835	.429	.	.914
Item_57	208.3429	221.350	.382	.	.915
Item_58	208.0857	219.492	.449	.	.914

Item_59	207.9714	221.205	.382	.	.915
Item_60	208.3429	213.114	.543	.	.913
Item_61	208.0286	217.852	.571	.	.913
Item_62	208.6286	215.711	.442	.	.914
Item_63	208.5429	219.608	.306	.	.916
Item_64	208.1143	215.398	.607	.	.913
Item_65	208.2000	217.224	.481	.	.914

Lampiran 6

Data *Pre Test* Angket Harga Diri

Lampiran 7

Rencana Pelaksanaan Layanan, Laporan Pelaksanaan, dan Hasil Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

- A. Tema : Eksplorasi Masalah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri rendah dalam mencapai keberhasilan, nilai, aspirasi, dan daya tahan)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Mushola sekolah
- G. Tanggal penyelenggaraan : 11 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 45 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Confortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok
 - b. Berdo'a
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling

- d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih
 - e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat

: Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai kesuksesan.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan ditentukan guru pembimbing tetapi tetap ditentukan anggota kelompok

Magelang, 11 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

- A. Jenis Layanan : Konseling Kelompok (Eksplorasi Masalah)
- B. Hari/Tanggal : Selasa/11 Oktober 2016
- C. Topik : Harga diri dalam mencapai keberhasilan, nilai, aspirasi, dan daya tahan
- D. Anggota : 10 siswa kelas VII D
- E. Waktu : 45 menit
- F. Tempat : Laboratorium IPA

G. Masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok adalah:

1. ALYS : Menghindar dari
2. AMNA : Kesulitan dalam menyampaikan pendapat
3. DSWF : Dijauhi oleh teman
4. MFFD : Pendapat yang disampaikan kurang dipahami oleh orang lain
5. MDRS : Sulit bersosialisasi dengan teman
6. NKMA : Mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif
7. NSZL : Berkeringat dingin saat berbicara di depan orang banyak
8. STNA : Tidak mempunyai banyak teman
9. SFYN : Melanggar tata tertib sekolah
10. MHAR : Mengikuti ajakan teman untuk berbuat negatif

H. Topik yang dibahas :

Dari hasil eksplorasi masalah tersebut dapat diperoleh beberapa masalah yang akan di bahas saat pelaksanaan konseling kelompok.

1. Aspek keberhasilan
 - a. Permasalahan yang dialami oleh DSWF, MDRS, dan STNA hampir sama yang intinya adalah mengalami kesulitan dalam bersosialisasi dengan teman.
 - b. Permasalahan yang dialami oleh NKMA dan MHAR hampir sama yang intinya adalah kesulitan untuk mengatakan tidak saat diajak teman untuk berbuat hal negatif.
2. Aspek nilai

Permasalahan yang dialami oleh SFYN yaitu melanggar tata tertib sekolah.

3. Aspek aspirasi

Permasalahan yang dialami AMNA dan MFFD hampir sama yang intinya adalah kesulitan dalam menyampaikan pendapat.

4. Aspek daya tahan

a. Permasalahan yang dialami oleh ALYS adalah merasa kebingungan saat menghadapi suatu permasalahan.

b. Permasalahan yang dialami oleh NSZL adalah berkeringat dingin saat berbicara di depan orang banyak.

I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Layanan Koseling Kelompok 1

- A. Tema : Harga diri rendah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri dalam mencapai keberhasilan)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Mushola sekolah
- G. Tanggal penyelenggaraan : 14 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Comfortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok

- b. Berdo'a
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling
 - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih

e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat : Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai kesuksesan.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan
ditentukan guru pembimbing tetapi tetap
ditentukan anggota kelompok

Magelang, 14 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 1

- A. Jenis Layanan : Konseling Kelompok
- B. Hari/Tanggal : Jum'at/14 Oktober 2016
- C. Topik : Harga diri dalam mencapai keberhasilan
- D. Anggota : 10 siswa kelas VII D
- E. Waktu : 80 menit
- F. Tempat : Mushola SMP Negeri 2 Secang
- G. Masalah yang dialami anggota kelompok adalah:
 - 1. DSWF : Dijauhi oleh teman.
 - 2. MDRS : Sulit bersosialisasi dengan teman.
 - 3. STNA : Tidak mempunyai banyak teman.
- H. Topik yang dibahas : Dijauhi oleh teman.

1. Isi bahasan

Masalah yang dialami oleh DSWF hampir sama dengan permasalahan MDRS dan STNA yang sama-sama kesulitan dalam hal bersosialisasi dengan teman. Dalam konseling kali ini di fokuskan pada permasalahan DSWF yaitu dijauhi oleh teman.

DSWF tidak pernah mengetahui mengapa dia sering dijauhi oleh temannya dan terkadang dia bingung harus bersikap seperti apa. Hal tersebut terjadi sudah cukup lama, akan tetapi DSWF hanya diam dan merasa tidak nyaman dengan keadaan tersebut. DSWF tidak berani mencari tahu mengapa dia dijauhi oleh temannya.

2. Alternatif pemecahan masalah :

Setelah melakukan proses konseling kelompok dan saling menyampaikan pendapat, diperoleh beberapa alternatif pemecahan masalah dari anggota kelompok untuk DSWF yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. DSWF sebaiknya bertanya langsung dengan temannya mengapa selama ini dia dijauhi.
- b. DSWF harus berani bertanya dengan tegas.

Agar DSWF dapat melakukan alternatif pemecahan masalah seperti yang telah disebutkan diatas, maka DSWF melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing. Dalam permainan peran ini DSWF memerankan dirinya yang menanyakan secara langsung kepada temannya mengapa selama ini menjauhi dirinya. DSWF belajar untuk bersifat tegas dan berani bertanya.

3. Kesimpulan :

Dari hasil konseling kelompok tersebut DSWF harus menanyakan langsung dengan temannya mengapa selama ini dijauhi. Dan setelah melakukan permainan peran DSWF merasa yakin akan segera menanyakan hal tersebut kepada temannya. MDRS dan STNA yang memiliki permasalahan hampir sama dengan DSWF dapat melakukan hal yang sama dalam mengatasi permasalahannya tersebut.

I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif.

J. Komitmen :

Dari topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen

1. Mencari tahu mengapa dirinya dijauhi oleh teman.
2. Menjaga sikap agar orang lain nyaman dalam berteman.

K. Kesan dan pesan :

1. Kesan : Menyenangkan mengikuti kegiatan konseling kelompok
2. Pesan : Dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman.

L. Catatan khusus

Bagi individu yang merasa belum terentaskan masalahnya, dapat ditindak lanjuti dengan konseling individu.

HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 1

- A. Hari/Tanggal : Jum'at/14 Oktober 2016
- B. Waktu : 80 menit
- C. Tempat : Mushola SMP N 2 Secang
- D. Topik Masalah : Dijauhi oleh teman
- E. Hasil pelaksanaan :
1. Tahap pembentukan

PK : Assalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

PK : Terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anak-anak untuk mengikuti konseling kelompok ini. Marilah kita berdoa'a terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan ini.

Semua:)Berdo'a)

PK : Tahukah anak-anak kegiatan konseling kelompok itu ?

AK : Belum bu.

PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan asa-asa dalam konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu konseling kelompok) dilanjutkan permainan.
 2. Tahap peralihan

PK : Silahkan bila anak-anak mau mengungkapkan pendapatnya langsung bisa mengangkat tangan . bagaimana sudah siap ke tahap selanjutnya ?

AK : Siap, bu.
 3. Tahap kegiatan

PK : Baiklah, silahkan masing-masing anak mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan harga diri dalam mencapai keberhasilan.

AK : (Mengungkapkan permasalahannya dan memilih masalah siapa yang akan dibahas)

PK : Kita sepakati untuk masalah dari satu anak terlebih dahulu yang akan kita bahas. Silahkan kepada DSWF untuk mengungkapkan permasalahannya.

AK : Dijauhi oleh teman.

AK : Membahas topik permasalahan dijauhi oleh teman serta melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing.

PK : (Menyimpulkan permasalahan dan alternatif penyelesaian masalah yang dipilih).

4. Tahap pengakhiran

PK : (Menyampaikan kegiatan akan diakhiri dan menanyakan kesan dan pesan dalam mengikuti konseling kelompok).

AK : (Memberikan Pesan dan Kesan)

PK : (menyepakati kegiatan konseling selanjutnya)

AK : (Setuju)

PK : (Konseling kelompok diakhiri dan membuat kesepakatan pertemuan berikutnya) Terima kasih dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Saya akhiri Wassalamu'alaikum wr.wb.

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Layanan Koseling Kelompok 2

- A. Tema : Harga diri rendah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri dalam mencapai keberhasilan)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Mushola sekolah
- G. Tanggal penyelenggaraan : 15 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Comfortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok

- b. Berdo'a
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling
 - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih

e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat : Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai kesuksesan.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan ditentukan guru pembimbing tetapi tetap ditentukan anggota kelompok

Magelang, 15 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 2

- A. Jenis Layanan : Konseling Kelompok
- B. Hari/Tanggal : Sabtu/15 Oktober 2016
- C. Topik : Harga diri dalam mencapai keberhasilan
- D. Anggota : 10 siswa kelas VII D
- E. Waktu : 80 menit
- F. Tempat : Mushola SMP Negeri 2 Secang
- G. Masalah yang dialami anggota kelompok adalah:
 - 1. NKMA : Mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif
 - 2. MHAR : Mengikuti ajakan teman untuk berbuat hal negatif
- H. Topik yang dibahas : Mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif
 - 1. Isi bahasan

Masalah yang dialami oleh NKMA hampir sama dengan permasalahan MHAR yang inti dari permasalahan tersebut adalah sama-sama tidak berani mengambil keputusan sendiri, dapat dilihat dari NKMA yang mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif dan MHAR yang mengikuti ajakan teman untuk berbuat hal negatif.

NKMA dan MHAR adalah tipe anak yang tidak mampu mengambil keputusan sendiri dan terbukti NKMA dan MHAR mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif, misalnya membolos, tidak mengerjakan pr, dan lain-lain. NKMA dan MHAR mengetahui bahwa hal tersebut tidak baik akan tetapi tetap di lakukan karena merasa tidak enak dengan temannya dan takut dijauhi oleh temannya. NKMA dan MHAR ingin sekali bisa menolak ajakan temannya tersebut akan tetapi belum berani.

2. Alternatif pemecahan masalah :

Setelah melakukan proses konseling kelompok dan saling menyampaikan pendapat, diperoleh beberapa alternatif pemecahan masalah dari anggota kelompok untuk NKMA dan MHAR yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. NKMA dan MHAR harus berani menolak ajakan temannya tersebut.

- b. NKMA dan MHAR harus bersikap tegas dalam mengambil keputusan.

Dalam konseling ini NKMA dan MHAR melakukan permainan peran untuk melatih mereka agar berani dan tegas dalam mengambil keputusan. NKMA dan MHAR mempraktekkan secara langsung bagaimana cara mengambil keputusan dengan tegas sehingga mampu menolak ajakan teman untuk hal negatif dan tidak mudah terpengaruh oleh teman.

3. Kesimpulan :

Dari konseling tersebut NKMA dan MHAR harus berani dan tegas dalam mengambil keputusan agar tidak mudah terpengaruh oleh teman dan mampu menolak ajakan teman untuk hal negatif. Dengan permainan peran NKMA dan MHAR yakin bahwa mereka mampu menyelesaikan permasalahan tersebut.

- I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

- J. Komitmen :

Dari topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen

1. Berani menolakan ajakan teman untuk berbuat hal negatif.
2. Tegas dalam mengambil keputusan.

- K. Kesan dan pesan :

1. Kesan : Menyenangkan mengikuti kegiatan konseling kelompok
2. Pesan : Dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman.

- L. Catatan khusus

Bagi individu yang merasa belum terentaskan masalahnya, dapat ditindak lanjuti dengan konseling individu.

HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 2

- A. Hari/Tangga 1 : Sabtu/15 Oktober 2016
- B. Waktu : 80 menit
- C. Tempat : Mushola SMP N 2 Secang
- D. Topik Masalah : Mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif
- E. Hasil pelaksanaan :
1. Tahap pembentukan

PK : Assalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

PK : Terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anak-anak untuk mengikuti konseling kelompok ini. Marilah kita berdoa'a terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan ini.

Semua:)Berdo'a)

PK : Tahukah anak-anak kegiatan konseling kelompok itu ?

AK : Belum bu.

PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan asa-asa dalam konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu konseling kelompok) dilanjutkan permainan.
 2. Tahap peralihan

PK : Silahkan bila anak-anak mau mengungkapkan pendapatnya langsung bisa mengangkat tangan . bagaimana sudah siap ke tahap selanjutnya ?

AK : Siap, bu.
 3. Tahap kegiatan

PK : Baiklah, silahkan masing-masing anak mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan harga diri dalam mencapai keberhasilan.

AK : (Mengungkapkan permasalahannya dan memilih masalah siapa yang akan dibahas)

PK : Kita sepakati untuk masalah dari satu anak terlebih dahulu yang akan kita bahas. Silahkan kepada NKMA untuk mengungkapkan permasalahannya.

AK : Mudah terpengaruh oleh teman dalam hal negatif

AK : Membahas topik permasalahan di jauhi oleh teman dan melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing.

PK : (Menyimpulkan permasalahan dan alternatif penyelesaian masalah yang dipilih).

4. Tahap pengakhiran

PK : (Menyampaikan kegiatan akan diakhiri dan menanyakan kesan dan pesan dalam mengikuti konseling kelompok).

AK : (Memberikan Pesan dan Kesan)

PK : (menyepakati kegiatan konseling selanjutnya)

AK : (Setuju)

PK : (Konseling kelompok diakhiri dan membuat kesepakatan pertemuan berikutnya) Terima kasih dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Saya akhiri Wassalamu'alaikum wr.wb.

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Layanan Koseling Kelompok 3

- A. Tema : Harga diri rendah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri dalam mencapai nilai)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Laboratorium IPA
- G. Tanggal penyelenggaraan : 18 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Confortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 - Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok
 - b. Berdo'a

- c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling
 - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan pengenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih
 - e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat : Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai nilai.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan ditentukan guru pembimbing tetapi tetap ditentuka anggota kelompok

Magelang, 18 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 3

- A. Jenis Layanan : Konseling Kelompok
- B. Hari/Tanggal : Senin/18 Oktober 2016
- C. Topik : Harga diri dalam mencapai nilai
- D. Anggota : 10 siswa kelas VII D
- E. Waktu : 80 menit
- F. Tempat : Laboratorium IPA
- G. Masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok adalah:
 SFYN : Melanggar tata tertib di sekolah
- H. Topik yang dibahas : Melanggar tata tertib di sekolah

1. Isi bahasan

SFYN adalah anak yang bersifat acuh terhadap tata tertib di sekolah. Dia sering kali di panggil oleh Guru BK untuk mendapatkan arahan agar tidak melanggar tata tertib sekolah. Akan tetapi SFYN tetap saja masih melanggar tata tertib sekolah dan tidak menghiraukan arahan dari Guru BK. SFYN merupakan anak yang kurang bisa menghargai guru ketika SFYN di nasehati. Sudah beberapa kali dihukum akan tetapi tidak jera. Dalam proses konseling ini SFYN mengetahui dan memahami betul apa yang dilakukan SFYN selama ini adalah hal yang tidak baik. SFYN akan berusaha untuk tidak melanggar tata tertib sekolah dan menghargai guru ketika di beri nasehat.

2. Alternatif pemecahan masalah :

Setelah melakukan proses konseling kelompok dan saling menyampaikan pendapat, diperoleh beberapa alternatif pemecahan masalah dari anggota kelompok untuk SFYN yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Sebagai siswa yang baik SFYN harus mematuhi tata tertib sekolah.
- b. SFYN harus mampu menghargai guru, dan mendengarkan nasehat dari guru.

Dalam konseling ini SFYN melakukan permainan peran untuk melatih bagaimana cara menghargai guru dan mampu mematuhi tata tertib sekolah. SFYN berperan sesuai arahan dari pembimbing sehingga setelah melakukan konseling ini SFYN dapat mempraktekkan secara langsung apa yang harus dilakukan untuk menyelesaikan permasalahannya tersebut.

3. Kesimpulan :

Dari konseling tersebut SFYN harus mematuhi tata tertib sekolah dan menghargai guru ketika diberi nasehat. Setelah melakukan permainan peran SFYN merasa yakin bahwa dia mampu menyelesaikan permasalahannya tersebut.

I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

J. Komitmen :

Dari topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen

1. Tidak melanggar tata tertib sekolah.
2. Menghargai guru ketika diberi nasehat.

K. Kesan dan pesan :

1. Kesan : Menyenangkan mengikuti kegiatan konseling kelompok
2. Pesan : Dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman.

L. Catatan khusus

Bagi individu yang merasa belum terentaskan masalahnya, dapat ditindak lanjuti dengan konseling individu.

HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 3

- A. Hari/Tanggal : Senin/18 Oktober 2016
- B. Waktu : 80 menit
- C. Tempat : Laboratorium IPA
- D. Topik Masalah : Melanggar tata tertib sekolah
- E. Hasil pelaksanaan :
1. Tahap pembentukan

PK : Assalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

PK : Terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anak-anak untuk mengikuti konseling kelompok ini. Marilah kita berdoa'a terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan ini.

Semua:)Berdo'a)

PK : Tahukah anak-anak kegiatan konseling kelompok itu ?

AK : Belum bu.

PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan asa-asa dalam konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu konseling kelompok) dilanjutkan permainan.
 2. Tahap peralihan

PK : Silahkan bila anak-anak mau mengungkapkan pendapatnya langsung bisa mengangkat tangan . bagaimana sudah siap ke tahap selanjutnya ?

AK : Siap, bu.
 3. Tahap kegiatan

PK : Baiklah, silahkan masing-masing anak mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan harga diri dalam mencapai keberhasilan.

AK : (Mengungkapkan permasalahannya dan memilih masalah siapa yang akan dibahas)

PK : Kita sepakati untuk masalah dari satu anak terlebih dahulu yang akan kita bahas. Silahkan kepada SFYN untuk mengungkapkan permasalahannya.

AK : Melanggar tata tertib sekolah

AK : Membahas topik permasalahan di jauhi oleh teman dan melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing.

PK : (Menyimpulkan permasalahan dan alternatif penyelesaian masalah yang dipilih).

4. Tahap pengakhiran

PK : (Menyampaikan kegiatan akan diakhiri dan menanyakan kesan dan pesan dalam mengikuti konseling kelompok).

AK : (Memberikan Pesan dan Kesan)

PK : (menyepakati kegiatan konseling selanjutnya)

AK : (Setuju)

PK : (Konseling kelompok diakhiri dan membuat kesepakatan pertemuan berikutnya) Terima kasih dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Saya akhiri Wassalamu'alaikum wr.wb.

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Layanan Koseling Kelompok 4

- A. Tema : Harga diri rendah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri dalam mencapai aspirasi)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Laboratorium IPA
- G. Tanggal penyelenggaraan : 22 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Confortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 - Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok
 - b. Berdo'a

- c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling
 - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan pengenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih
 - e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat : Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai nilai.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan ditentukan guru pembimbing tetapi tetap ditentukan anggota kelompok

Magelang, 22 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 4

- A. Jenis Layanan : Konseling Kelompok
- B. Hari/Tanggal : Sabtu/22 Oktober 2016
- C. Topik : Harga diri dalam mencapai aspirasi (harapan)
- D. Anggota : 10 siswa kelas VII D
- E. Waktu : 80 menit
- F. Tempat : Laboratorium IPA
- G. Masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok adalah:
 - 1. AMNA : Kesulitan dalam menyampaikan pendapat
 - 2. MFFD : Pendapat yang di sampaikan kurang dimengerti orang lain
- H. Topik yang dibahas : Kesulitan dalam menjelaskan pendapat
 - 1. Isi bahasan

Permasalahan yang dialami oleh AMNA dan MFFD hampir sama yang intinya adalah kesulitan dalam menyampaikan pendapat. Dalam konseling kali ini di fokuskan pada permasalahan AMNA yaitu kesulitan dalam menyampaikan pendapat. AMNA sering kali kesulitan dalam menyampaikan pendapat dalam suatu forum seperti di organisasi dan di kelas, sering kali apa yang dia pikirkan berbeda dengan yang dia sampaikan. Banyak hal yang ingin di ungkapkan dalam pikirannya akan tetapi dia kesulitan dalam menyampaikan kepada orang lain. AMNA ingin sekali dapat menyampaikan pendapatnya tersebut secara jelas sehingga dapat dipahami dan dimengerti oleh orang lain.

2. Alternatif pemecahan masalah :

Setelah melakukan proses konseling kelompok dan saling menyampaikan pendapat, diperoleh beberapa alternatif pemecahan masalah dari anggota kelompok untuk AMNA yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. AMNA menulis poin-poin apa saja yang ingin di sampaikan agar tidak lupa.

- b. AMNA berusaha menjelaskan poin demi poin secara jelas dan pelan agar dimengerti oleh orang lain.

Dalam konseling ini AMNA melakukan permainan peran untuk melatih agar dia dapat menyampaikan pendapat secara jelas dan dimengerti oleh orang lain. AMNA berperan sesuai alternatif yang disarankan di atas dengan arahan pembimbing. Dengan hal tersebut maka AMNA dapat mempraktekkan secara langsung bagaimana cara menyampaikan pendapat dengan jelas.

3. Kesimpulan :

Dari konseling tersebut AMNA berusaha untuk bisa menyampaikan pendapat dengan jelas yaitu dengan cara melakukan permainan peran. Dengan mempraktekkan secara langsung maka AMNA mengetahui bagaimana cara menyampaikan pendapat dengan jelas. Selain itu MFFD yang memiliki permasalahan hampir sama dengan AMNA dapat melakukan hal yang sama.

I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

J. Komitmen :

Dari topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen

1. Berusaha mengingat apa saja yang ingin di sampaikan.
2. Menyampaikan pendapat dengan jelas dan pelan-pelan.

K. Kesan dan pesan :

1. Kesan : Menyenangkan mengikuti kegiatan konseling kelompok
2. Pesan : Dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman.

L. Catatan khusus

Bagi individu yang merasa belum terentaskan masalahnya, dapat ditindak lanjuti dengan konseling individu.

HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 4

- A. Hari/Tanggal : Sabtu/22 Oktober 2016
- B. Waktu : 80 menit
- C. Tempat : Laboratorium IPA
- D. Topik Masalah : Kesulitan dalam menyampaikan pendapat
- E. Hasil pelaksanaan :
1. Tahap pembentukan

PK : Assalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

PK : Terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anak-anak untuk mengikuti konseling kelompok ini. Marilah kita berdoa'a terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan ini.

Semua:)Berdo'a)

PK : Tahukah anak-anak kegiatan konseling kelompok itu ?

AK : Belum bu.

PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan asa-asa dalam konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu konseling kelompok) dilanjutkan permainan.
 2. Tahap peralihan

PK : Silahkan bila anak-anak mau mengungkapkan pendapatnya langsung bisa mengangkat tangan . bagaimana sudah siap ke tahap selanjutnya ?

AK : Siap, bu.
 3. Tahap kegiatan

PK : Baiklah, silahkan masing-masing anak mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan harga diri dalam mencapai keberhasilan.

AK : (Mengungkapkan permasalahannya dan memilih masalah siapa yang akan dibahas)

PK : Kita sepakati untuk masalah dari satu anak terlebih dahulu yang akan kita bahas. Silahkan kepada AMNA untuk mengungkapkan permasalahannya.

AK : Kesulitan dalam menyampaikan pendapat

AK : Membahas topik permasalahan dijaui oleh teman dan melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing.

PK : (Menyimpulkan permasalahan dan alternatif penyelesaian masalah yang dipilih).

4. Tahap pengakhiran

PK : (Menyampaikan kegiatan akan diakhiri dan menanyakan kesan dan pesan dalam mengikuti konseling kelompok).

AK : (Memberikan Pesan dan Kesan)

PK : (menyepakati kegiatan konseling selanjutnya)

AK : (Setuju)

PK : (Konseling kelompok diakhiri dan membuat kesepakatan pertemuan berikutnya) Terima kasih dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Saya akhiri Wassalamu'alaikum wr.wb.

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Layanan Koseling Kelompok 5

- A. Tema : Harga diri rendah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri dalam mencapai daya tahan)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Laboratorium IPA
- G. Tanggal penyelenggaraan : 25 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Confortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok

- b. Berdo'a
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling
 - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih

e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat : Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai nilai.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan ditentukan guru pembimbing tetapi tetap ditentukan anggota kelompok

Magelang, 25 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 5

- A. Jenis Layanan : Konseling Kelompok
- B. Hari/Tanggal : Selasa/25 Oktober 2016
- C. Topik : Harga diri dalam mencapai daya tahan
- D. Anggota : 10 siswa kelas VII D
- E. Waktu : 80 menit
- F. Tempat : Laboratorium IPA
- G. Masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok adalah:
 NSZL : Gugup saat berbicara di depan orang banyak
- H. Topik yang dibahas :

1. Isi bahasan

Permasalahan yang dialami oleh NSZL adalah berkeringat dingin saat berbicara di depan orang banyak. NSZL adalah tipe anak yang pendiam dan pemalu. Karena sifatnya yang pemalu dan pendiam itu sehingga NSZL kurang dalam berinteraksi dengan teman-temannya, dan sangat sedikit intensitas berbicaranya. Sehingga saat berbicara di depan orang banyak misalnya di depan kelas, dia terlihat gugup. NSZL ingin menghilangkan rasa gugup dan bisa lancar berbicara di depan orang banyak.

2. Alternatif pemecahan masalah :

Setelah melakukan proses konseling kelompok dan saling menyampaikan pendapat, diperoleh beberapa alternatif pemecahan masalah dari anggota kelompok untuk NSZL yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. NSZL berusaha tenang dan mengurangi rasa gugup sedikit demi sedikit.
- b. NSZL membiasakan diri untuk lebih sering berinteraksi dengan teman-temannya.

Dalam konseling ini NSZL melakukan permainan peran untuk melatih NSZL agar dapat menghilangkan rasa gugup saat berbicara di depan

orang banyak. NSZL memerankan secara langsung bagaimana cara bersikap tenang dan berusaha berbicara dengan jelas. Hal tersebut dilakukan dengan arahan pembimbing. Diharapkan NSZL setelah melakukan permainan peran tersebut dapat menghilangkan rasa gugup saat berbicara di depan orang banyak.

3. Kesimpulan :

Dari konseling tersebut NSZL berusaha untuk dapat menghilangkan rasa gugup saat berbicara di depan orang banyak. Dengan mempraktekkan secara langsung maka NSZL mengetahui bagaimana cara menghilangkan rasa gugup tersebut dan berusaha untuk berbicara dengan jelas.

I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

J. Komitmen :

Dari topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen

1. Berusaha menghilangkan rasa gugup saat berbicara di depan orang banyak.
2. Berinteraksi dengan teman-teman dan berusaha menjadi pribadi yang tidak pemalu.

K. Kesan dan pesan :

1. Kesan : Menyenangkan mengikuti kegiatan konseling kelompok
2. Pesan : Dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman.

L. Catatan khusus

Bagi individu yang merasa belum terentaskan masalahnya, dapat ditindak lanjuti dengan konseling individu.

HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 5

A. Hari/Tanggal : Selasa/25 Oktober 2016

B. Waktu : 80 menit

C. Tempat : Laboratorium IPA

D. Topik Masalah :

E. Hasil pelaksanaan :

1. Tahap pembentukan

PK : Assalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

PK : Terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anak-anak untuk mengikuti konseling kelompok ini. Marilah kita berdoa'a terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan ini.

Semua:)Berdo'a)

PK : Tahukah anak-anak kegiatan konseling kelompok itu ?

AK : Belum bu.

PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan asa-asa dalam konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu konseling kelompok) dilanjutkan permainan.

2. Tahap peralihan

PK : Silahkan bila anak-anak mau mengungkapkan pendapatnya langsung bisa mengangkat tangan . bagaimana sudah siap ke tahap selanjutnya ?

AK : Siap, bu.

3. Tahap kegiatan

PK : Baiklah, silahkan masing-masing anak mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan harga diri dalam mencapai keberhasilan.

AK : (Mengungkapkan permasalahannya dan memilih masalah siapa yang akan dibahas)

PK : Kita sepakati untuk masalah dari satu anak terlebih dahulu yang akan kita bahas. Silahkan kepada untuk mengungkapkan permasalahannya.

AK : Gugup saat berbicara di depan orang banyak

AK : Membahas topik permasalahan di jauhi oleh teman dan melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing.

PK : (Menyimpulkan permasalahan dan alternatif penyelesaian masalah yang dipilih).

4. Tahap pengakhiran

PK : (Menyampaikan kegiatan akan diakhiri dan menanyakan kesan dan pesan dalam mengikuti konseling kelompok).

AK : (Memberikan Pesan dan Kesan)

PK : (menyepakati kegiatan konseling selanjutnya)

AK : (Setuju)

PK : (Konseling kelompok diakhiri dan membuat kesepakatan pertemuan berikutnya) Terima kasih dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Saya akhiri Wassalamu'alaikum wr.wb.

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

RENCANA PEMBERIAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Layanan Koseling Kelompok 6

- A. Tema : Harga diri rendah
- B. Topik bahasan : Tugas (Harga diri dalam mencapai daya tahan)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan dan pengembangan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan SMP Negeri 2 Secang
- G. Tanggal penyelenggaraan : 29 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 45 menit
- I. Tujuan layanan :
 - 1. Understanding (pemahaman baru)
 - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
 - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya
 - 2. Comfortable (sikap positif)
 - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
 - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah
 - 3. Action (unjuk kerja/rencana kegiatan)

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah
- J. Materi : Terlampir
- K. Kegiatan layanan :
 - 1. Tahap 1 yaitu pembentukan:
 - a. Menerima secara terbuka dan mengucapkan terimakasih atas kehadiran dan kesediaan anggota kelompok

- b. Berdo'a
 - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling
 - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati dalam pelaksanaan konseling kelompok
 - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan permainan untuk menghidupkan suasana
2. Tahap 2 adalah peralihan:
- a. Menjelaskan secara singkat pelaksanaan konseling kelompok
 - b. Menanyakan dan memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
 - c. Mengenali keadaan fisik dan psikis anggota kelompok untuk mengetahui kesiapan mereka memasuki tahapan kegiatan selanjutnya
 - d. Menegaskan janji kerahasiaan anggota kelompok
3. Tahap 3 adalah kegiatan:
- a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahannya
 - b. Memilih topik yang akan dibahas
 - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas, memberikan gambaran sekilas mengenai topik
 - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
 - e. Setiap anggota kelompok aktif membahas topik
 - f. Anggota kelompok yang belum mengeluarkan pendapatnya diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan anggota kelompok
 - g. Menyimpulkan topik yang dibahas
4. Tahap pengakhiran
- a. Menyampaikan kepada anggota kelompok bahwa kegiatan akan segera diakhiri
 - b. Anggota kelompok menyampaikan pesan dan kesan
 - c. Membuat kesepakatan untuk kegiatan selanjutnya
 - d. Mengucapkan terimakasih

e. Doa sebagai penutup

L. Sumber/bahan dan alat : Buku dan alat tulis

M. Rencana penilaian :

1. Laiseg

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan harga diri rendah

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok dlaam kaitannya dengan harga diri rendah

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan harga diri dalam mencapai nilai.

N. Catatan khusus : keputusan hasil kegiatan bukan ditentukan guru pembimbing tetapi tetap ditentukan anggota kelompok

Magelang, 29 Oktober 2016

Peneliti

Tika Hidayati

Dalam konseling ini ALYS melakukan permainan peran untuk melatih agar dia dapat mengakui kesalahan dan bertanggung jawab terhadap perbuatannya. AMNA berperan sesuai alternatif yang disarankan di atas dengan arahan pembimbing. Dengan hal tersebut maka AMNA dapat mempraktekkan secara langsung bagaimana cara memberanikan diri untuk mengakui kesalahan.

3. Kesimpulan :

Dari konseling tersebut ALYS berusaha untuk bisa berani mengakui kesalahan yaitu dengan cara melakukan permainan peran. Dengan mempraktekkan secara langsung maka ALYS mengetahui bagaimana cara memberanikan diri untuk mengakui kesalahan yang telah diperbuat.

I. Suasana kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

J. Komitmen :
Dari topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen

1. Memberanikan diri untuk mengakui kesalahan.
2. Bertanggung jawab terhadap kesalahan yang telah diperbuat.

K. Kesan dan pesan :

1. Kesan : Menyenangkan mengikuti kegiatan konseling kelompok
2. Pesan : Dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman.

L. Catatan khusus

Bagi individu yang merasa belum terentaskan masalahnya, dapat ditindak lanjuti dengan konseling individu.

HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 6

A. Hari/Tanggal : Sabtu/29 Oktober 2016

B. Waktu : 80 menit

C. Tempat : Perpustakaan SMP N 2 Secang

D. Topik Masalah :

E. Hasil pelaksanaan :

1. Tahap pembentukan

PK : Assalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

PK : Terima kasih atas kehadiran dan kesediaan anak-anak untuk mengikuti konseling kelompok ini. Marilah kita berdoa'a terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan ini.

Semua:)Berdo'a)

PK : Tahukah anak-anak kegiatan konseling kelompok itu ?

AK : Belum bu.

PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan, manfaat dan asa-asa dalam konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu konseling kelompok) dilanjutkan permainan.

2. Tahap peralihan

PK : Silahkan bila anak-anak mau mengungkapkan pendapatnya langsung bisa mengangkat tangan . bagaimana sudah siap ke tahap selanjutnya ?

AK : Siap, bu.

3. Tahap kegiatan

PK : Baiklah, silahkan masing-masing anak mengungkapkan permasalahan yang berhubungan dengan harga diri dalam mencapai keberhasilan.

AK: (Mengungkapkan permasalahannya dan memilih masalah siapa yang akan dibahas)

PK : Kita sepakati untuk masalah dari satu anak terlebih dahulu yang akan kita bahas. Silahkan kepada untuk mengungkapkan permasalahannya.

AK : Tidak berani mengakui kesalahan yang telah diperbuat.

AK : Membahas topik permasalahan tidak berani mengakui kesalahan yang telah diperbuat dan melakukan permainan peran dengan arahan pembimbing.

PK : (Menyimpulkan permasalahan dan alternatif penyelesaian masalah yang dipilih).

4. Tahap pengakhiran

PK : (Menyampaikan kegiatan akan diakhiri dan menanyakan kesan dan pesan dalam mengikuti konseling kelompok).

AK : (Memberikan Pesan dan Kesan)

PK : (menyepakati kegiatan konseling selanjutnya)

AK : (Setuju)

PK : (Konseling kelompok diakhiri dan membuat kesepakatan pertemuan berikutnya) Terima kasih dapat berpartisipasi dalam kegiatan ini. Saya akhiri Wassalamu'alaikum wr.wb.

AK : Wa'alaikumsalam wr.wb

Lampiran 8

Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Trainig* terhadap Peningkatan Harga Diri

JADWAL PELAKSANAAN PENELITIAN

No	Waktu Pelaksanaan	Keterangan
1	20 September 2016	<i>Try out</i> kelas VII B
2	8 Oktober 2016	<i>Pre test</i> kelompok eksperimen kelas VII D
3	11 Oktober 2016	Eksplorasi masalah
3	14 Oktober 2016	Pelaksanaan konseling tahap 1
4	15 Oktober 2016	Pelaksanaan konseling tahap 2
5	18 Oktober 2016	Pelaksanaan konseling tahap 3
6	22 Oktober 2016	Pelaksanaan konseling tahap 4
7	25 Oktober 2016	Pelaksanaan konseling tahap 5
8	29 Oktober 2016	Pelaksanaan konseling tahap 6
9	31 Oktober	Evaluasi kegiatan konseling
9	5 November 2016	<i>Post test</i> kelompok eksperimen kelas VII D

Lampiran 9

Data *Post Test* Angket Harga Diri

NO	NAMA	ITEM	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	TOTAL	KRITERIA		
			3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	105	SEDANG
	1ALYS		3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	4	2	3	4	3	145	TINGGI	
	2AMNA		3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	120	SEDANG	
	3DSWF		4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	149	TINGGI	
	4MFFD		3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	117	SEDANG	
	5MDRS		4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	123	SEDANG		
	6NKMA		4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	133	SEDANG		
	7NSZL		4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	146	TINGGI	
	8STNA		4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	136	TINGGI		
	9SFYN		4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	133	SEDANG		
	10MHAR		3	4	4	3	2	3	3	4	3	2	2	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	133	SEDANG	

Lampiran 10

Hasil Analisis Nonparametrik

Descriptive

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	10	38	95	133	116.30	14.299
Posttest	10	44	105	149	130.70	14.275
Valid N (listwise)	10					

Npar Test

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	10	116.30	14.299	95	133
Posttest	10	130.70	14.275	105	149

Wicoxon Signed Rank Test

Ranks

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

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

Ranks

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

a. Posttest < Pretest

c. Posttest = Pretest

Test Statistics^b

	Posttest - Pretest
Z	-2.803 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Lampiran 11

Daftar Hadir Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training dan Blangko Evaluasi

Daftar Hadir Pre Test
Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training

Hari/Tanggal : Sabtu, 8 Oktober 2016

Tempat : Kelas VII D

Waktu : 09.00 WIB -09.45 WIB

No	Nama	Kelas	Tanda Tangan	
1	ALYS	VII D	1. <i>Pada</i>	
2	AMNA	VII D		2. <i>[Signature]</i>
3	DSWF	VII D	3. <i>[Signature]</i>	
4	MFFD	VII D		4. <i>[Signature]</i>
5	MDRS	VII D	5. <i>Day</i>	
6	NKMA	VII D		6. <i>[Signature]</i>
7	NSZL	VII D	7. <i>[Signature]</i>	
8	STNA	VII D		8. <i>[Signature]</i>
9	SFYN	VII D	9. <i>[Signature]</i>	
10	MHAR	VII D		10. <i>[Signature]</i>

DAFTAR HADIR KONSELING KELOMPOK
KELAS VII D SMP NEGERI 2 SECANG
TAHUN PELAJARAN 2016/2017

No	Nama	Kehadiran					
		14/11/16	15/11/16	18/11/16	22/11/16	25/11/16	29/11/16
1	ALYS	Pd.	Pd.	Pd.	Pd.	Pd.	Pd.
2	AMNA	Amna	Amna	Amna	Amna	Amna	Amna
3	DSWF	Atus	Atus	Atus	Atus	Atus	Atus
4	MFFD	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami
5	MDRS	Day	Day	Day	Day	Day	Day
6	NKMA	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami
7	NSZL	Nisa	Nisa	Nisa	Nisa	Nisa	Nisa
8	STNA	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami
9	SFYN	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami	Ami
10	MHAR	Pati	Pati	Pati	Pati	Pati	Pati

Daftar Hadir Post Test
Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training

Hari/Tanggal : Sabtu, 5 November 2016

Tempat : Kelas VII D

Waktu : 09.00 WIB -09.45 WIB

No	Nama	Kelas	Tanda Tangan	
1	ALYS	VII D	1. 	
2	AMNA	VII D		2. 
3	DSWF	VII D	3. 	
4	MFFD	VII D		4. 
5	MDRS	VII D	5. 	
6	NKMA	VII D		6. 
7	NSZL	VII D	7. 	
8	STNA	VII D	8. 	8. 
9	SFYN	VII D	9. 	
10	MHAR	VII D		10. 

Lampiran 12
Blangko Evaluasi

BLANKO EVALUASI

Namaku :

Bidang studi :

Materi/tema :

Tanggal ditulis :

Mohon didisi dengan kejujuran tingkat tinggi.

Pertama, apa saja yang sudah kudapat dan kumengerti tentang materi kemarin?

.....

Kedua, bagian-bagian mana saja yang sampai saat ini belum kupahami?

.....

Ketiga, dengan pikiran yang jernih, kira-kira bagaimana caraku untuk mampu memahaminya?

.....

Keempat, sebenarnya apa sih manfaat materi ini buatku?

.....

Kelima, seandainya materi ini nanti akan menjadi bekalku untuk hidup di

masyarakat, apa saja harapan-harapanku ke depan sehingga aku menjadi orang yang berguna.

Lampiran 13

Dokumentasi Kegiatan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*



Try Out Angket Harga Diri



Pre Test Angket Harga Diri





Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*



Teknik *assertive training* dengan permainan peran



Post Test Angket Harga Diri