



SKRIPSI

**PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DI SMP NEGERI 33
MAKASSAR**

NURHIKMAH

**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2019**



**PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan
Strata Satu Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Makassar

Oleh :

**NURHIKMAH
1544040010**

**JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2019**



PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan Judul “Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan Kepercayaan Diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar”

atas nama:

Nama : Nurhikmah
NIM : 1544040010
Jurusan/Prodi : Psikologi Pendidikan dan Bimbingan/BK
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Setelah diperiksa dan diteliti, naskah skripsi ini berdasar pada hasil ujian skripsi tanggal 26 Agustus 2019 telah memenuhi syarat untuk dinyatakan LULUS.

Makassar, Agustus 2019

Menyetujui,

Pembimbing I,

Dr. Abdul Saman M, Si., Kons
NIP.19720817200212 1 001

Pembimbing II,

Dr. Abdullah Sinring M.Pd
NIP.196320303 1988031003

Disahkan:

Ketua Jurusan PPB FIP UNM

Drs. Muhammad Anas, M.Si
NIP. 19601213 198703 1005



PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar, atas nama Nurhikmah, NIM 1544040010, telah diterima oleh Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar dengan SK Dekan Nomor 5690/UN.36.4/PP/2019 tanggal 26 Agustus 2019 untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan/Prodi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar pada hari Senin, 26 Agustus 2019.



Ditandatangani oleh
Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan UNM

Dr. Abdul Saman, M.Si.,Kons
NIP. 19720817 200212 1 001

Panitia Ujian:

- | | | |
|------------------|---------------------------------------|---------|
| 1. Ketua | : Dr. H. Ansar, M.Si | (.....) |
| 2. Sekretaris | : Drs. Muhammad Anas, M.Si | (.....) |
| 3. Pembimbing I | : Dr. Abdul Saman, S.Pd., M.Si., Kons | (.....) |
| 4. Pembimbing II | : Dr. H. Abdullah Siring, M.Pd | (.....) |
| 5. Penguji I | : Dr. Abdullah Pandang, M.Pd | (.....) |
| 6. Penguji II | : Dra. Dwiyatmi Sulasminah, M.Pd | (.....) |

MOTTO

“Kemenangan yang seindah-indahnya dan sesukar-sukarnya yang boleh direbut oleh manusia ialah menundukkan diri sendiri”.

(Nurhikmah)

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

Keluargaku tercinta teruntuk Alm. ayah, ibu,
dan Kakak-kakakku yang tiada henti-hentinya
memberikan dukungan dan doa kepadaku
dengan penuh keikhlasan

seluruh orang yang telah memberikan
semangat baik dalam akademis secara tulus
tanpa pamrih

Program bimbingan dan konseling

Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala
membalas kebaikan anda selama ini

Aamiin yaa Rabbal Aalamiin

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurhikmah

NIM : 1544040010

Jurusan/Prodi : PPB / Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlaku.

Makassar, Agustus 2019
Yang membuat Pernyataan

Nurhikmah
1544040010

ABSTRAK

Nurhikmah, 2019. Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 33 Makassar. Dibimbing oleh Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons. dan Dr. Abdullah Sinring, M.Pd., Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini menelaah penerapan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 33 Makassar. Masalah dalam penelitian ini adalah: (1) Bagaimanakah gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar? (2) Bagaimana gambaran pelaksanaan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar? (3) Apakah penerapan teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar?. Adapun tujuan penelitian (1) Untuk mengetahui gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar. (2) Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar. (3) Untuk mengetahui apakah penerapan teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis eksperimen (*Quasi Eksperiment Design*) dalam bentuk *Non Equaevalent Control Group Design*. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data melalui Skala dan Observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan 1. Kepercayaan diri pada kelompok eksperimen pada saat *pretest* berada pada kategori rendah dan pada saat *posttest* berada pada kategori tinggi. Sedangkan pada kelompok kontrol pada saat *pretest* berada pada kategori rendah dan pada saat *posttest* berada pada kategori rendah. 2. Pelaksanaan Teknik *Assertive Training* sesuai dengan prosedur yang sudah dirancang melalui 7 kali pertemuan yaitu melakukan analisis kebutuhan latihan keasertifan, mencantumkan bahan informasi, berlatih membangun harga diri, berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak, mengerjakan pekerjaan rumah, membahas hasil pekerjaan rumah dan mengakhiri pekerjaan terminasi. Penerapan Teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan di SMP Negeri 33 Makassar.

PRAKATA

Alhamdulillah Rabbil Alamin, Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang senantiasa penulis haturkan, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini berjudul “Penerapan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMP di Negeri 33 Makassar”. Penulisan skripsi ini dimaksudkan sebagai persyaratan dalam penyelesaian studi pada Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar.

Selama penyusunan skripsi ini, penulis menghadapi berbagai hambatan dan tantangan. Baik itu dalam proses pengumpulan bahan, pelaksanaan, maupun penyusunannya. Namun berkat bimbingan, motivasi, dan sumbangan pemikiran dari berbagai pihak, segala hambatan dan tantangan dapat teratasi. Oleh karena itu, maka sepantasnyalah dengan hormat penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons. dan Dr. Abdullah Siring, M.Pd, masing-masing selaku pembimbing I dan II, yang telah banyak meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan, petunjuk, dan motivasi kepada penulis mulai dari penyusunan usulan penelitian hingga selesainya skripsi ini.

Selanjutnya ucapan terimakasih pula penulis tujukan kepada:

1. Prof. Dr. Husain Syam, M.TP., Rektor Universitas Negeri Makassar yang telah memberi peluang untuk mengikuti proses perkuliahan pada program studi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan

2. Dr. Abdul Saman, M.Si., Kons., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar, Dr. Mustafa, M.Si, Wakil Dekan I Bidang Akademik; Dr. Pattaufi, M.Pd., Wakil Dekan II Bidang Administrasi & Keuangan; Dr. H. Ansar, M.Pd., Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan atas kebijakannya selama peneliti menuntut ilmu di FIP UNM.
3. Drs. Muhammad Anas, M.Si., dan Sahril Buchori, M.Pd., sebagai Ketua dan Sekretaris Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, yang penuh perhatian memberikan bimbingan dan memfasilitasi penulis selama proses perkuliahan,
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Pendidikan, khususnya Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan yang telah mendidik dan memberikan bekal ilmu pengetahuan kepada penulis.
5. Ibu Andi Mardiani Maddusila, S.Pd., M.Pd sebagai Kepala Sekolah SMP Negeri 33 Makassar atas izin mengadakan penelitian disekolah yang dipimpin beserta semua guru dan staf di SMP negeri 33 Makassar atas kesediaannya untuk memberikan informasi dan bantuan bila di perlukan.
6. Terkhusus Guru BK SMP Negeri 33 Makassar , Ibu Rahma, S.Pd selaku Guru Bk, pak Suriadi S.Pd yang selalu memberikan bantuan dan motivasi kepada peneliti.
7. Teristimewa dan spesial ku persembahkan untuk Kedua Orang Tuaku tercinta, Alm. Ayahanda Dakris dan Ibunda Kawik yang telah merawat, mendidik, dengan segala daya dan upaya tanpa pamrih sedikitpun diiringi dengan doa'a yang tiada henti-hentinya sehingga penulis dapat

menyelesaikan studinya. Semoga kelak kami sebagai anak mampu membalas kebaikan dan ketulusan yang telah diberikan.

8. Kakak-kakakku tercinta dan tersayang Eti, Sapril, Nuraisyah, Hasriani dan Hasriati yang selalu memberikan dukungan dan cinta kasih sehingga semua dapat berjalan dengan lancar dan selesai.
9. Teman-teman mahasiswa PPB FIP UNM terkhusus angkatan 2015 atas do'a dan dukungannya selama ini.
10. Sahabat-sahabat terbaikku, Wati, Nurasida, Salmi, NurHidayah, Nisma Musriadi. Dan seluruh teman-teman kelas B angkatan 15 BK yang tidak sempat saya tulis namanya, selama ini telah menjadi sahabat dan teman seperjuangan meskipun banyak kita lalui berbagai macam masalah kalian tidak pernah menyerah dan selalu bersatu menyelesaikan setiap masalah yang ada dan akan kusimpan sebagai kenangan untuk mengingat kalian.
11. Saudara dan saudariku terbaikku, Wati, Nurasida, Salmi, Nurhidayah, Nisma Musriadi, orang selama ini mulai dari semester 1 sampai sekarang yang telah membantu saya dan memberikan semangat sehingga saya bisa menyelesaikan penulisan skripsi ini.
12. Teman- teman KKN-PPL “ SMPN RAPPANG” Kabupaten Polman, St.Hartina Tahir, Andi Irma Suriani, Andi Indri Ayu lestari, Rahmawati, Yeyen Suarni, Mery andani, Syamsul Bahri dan Harun Yusuf serta seluruh keluarga SMPN Rappang yang memberikan kasih sayang, pengalaman serta canda tawa selama 3 bulan di kampung orang.

13. Kakanda kakanda senior PPB, turut memberikan dukungan sehingga skripsi ini bisa di selesaikan
14. Terima kasih buat siswa yang selaku subjek penelitian ini, yang sudah berpartisipasi dalam penelitian saya, semoga nantinya bisa sukses dan membanggakan orangtua
15. Kepada semua pihak yang tidak sempat saya sebutkan namanya, namun telah membantu penulis dalam penyelesaian studi

Kepada semua pihak yang tercantum diatas, semoga mendapat imbalan yang setimpal dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi bagi pembaca, dan semoga kebaikan dan keikhlasan serta bantuan dari semua pihak bernilai ibadah di sisi Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Aamiin

Makassar, Agustus 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|----------------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING | ii |
| MOTTO | iv |
| PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI | v |
| ABSTRAK | vi |
| PRAKATA | vii |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I. PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 8 |
| C. Tujuan Penelitian | 8 |
| D. Manfaat Penelitian | 9 |
| BAB II. KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS | 10 |
| A. Kajian Pustaka | 10 |
| 1. <i>Assertive Training</i> | 10 |
| a. Pengertian <i>Assertive Training</i> | 10 |
| b. Dasar teori <i>Assertive Training</i> | 12 |
| c. Manfaat <i>Assertive Training</i> | 13 |
| d. Tujuan <i>Assertive Training</i> | 14 |
| e. Prosedur <i>Assertive Training</i> | 16 |
| 2. Kepercayaan Diri | 24 |
| a. Pengertian Kepercayaan Diri | 24 |
| b. Aspek- aspek Kepercayaan Diri | 26 |
| c. Karakteristik Kepercayaan Diri | 27 |
| d. Pentingnya Kepercayaan Diri | 29 |
| e. Memupuk Kepercayaan Diri | 30 |
| B. Kerangka Pikir | 37 |
| C. Hipotesis | 38 |
| BAB III. METODE PENELITIAN | 39 |
| A. Pendekatan dan Jenis Penelitian | 39 |
| B. Variabel dan Desain Penelitian | 39 |
| C. Definisi Operasional Variabel | 40 |

| | |
|--|----|
| D. Populasi dan Sampel | 41 |
| E. Teknik Pengumpulan Data | 45 |
| F. Teknik analisis Data | 48 |
| BAB IV. HASIL PENELITIAN | 53 |
| A. Hasil Penelitian | 53 |
| 1. Gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar | 53 |
| 2. Pelaksanaan konseling kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> | 58 |
| 3. meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar Penerapan <i>Assertive Training</i> untuk | 69 |
| B. Pembahasan Hasil Penelitian | 71 |
| 1. Gambar kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar | 72 |
| 2. Pelaksanaa Teknik <i>Assertive Training</i> | 76 |
| 3. meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar Penerapan <i>Assertive Training</i> untuk | 83 |
| BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN | 91 |
| A. Kesimpulan | 91 |
| B. Saran | 91 |
| DAFTAR PUSTAKA | 93 |
| LAMPIRAN | |
| RIWAYAT HIDUP | |

DAFTAR TABEL

| Nomor | Nama Tabel | Halaman |
|-------|---|---------|
| 3.1 | Desain Penelitian | 40 |
| 3.2 | Penyebaran Populasi | 42 |
| 3.3 | Penyebaran Sampel | 44 |
| 3.4 | Penyebaran Kelompok Penelitian | 44 |
| 3.5 | Pembobotan Angket Penelitian | 45 |
| 3.6 | Tabel Uji Validitas | 46 |
| 3.7 | Uji Reliabilitas | 47 |
| 3.8 | Kriteria Penentuan Hasil Observasi | 48 |
| 3.9 | Uji Normalitas | 50 |
| 4.0 | Uji Homogenitas | 51 |
| 4.1 | Data Kepercayaan Diri di SMP Negeri 33 Makassar kelompok Eksperimen <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> | 54 |
| 4.2 | Peningkatan Umum Tingkat Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri 33 Makassar | 55 |
| 4.3 | Data Kepercayaan Diri di SMP Negeri 33 Makassar Kelompok Kontrol <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> | 56 |
| 4.4 | Kecenderungan Umum Rendahnya Kepercayaan Diri | 57 |
| 4.5 | Data tingkat partisipasi siswa mengikuti kegiatan Teknik <i>Assertive Training</i> | 69 |
| 4.6 | Uji Hipotesis menggunakan Uji t | 70 |

DAFTAR GAMBAR

| Nomor | Nama Gambar | Halaman |
|--------------|----------------------|----------------|
| 2.1 | Skema Kerangka Pikir | 37 |

DAFTAR LAMPIRAN

| No | Nama Lampiran | Halaman |
|----|---|---------|
| 1 | Tabulasi Pra Penelitian | 97 |
| 2 | Rekap Tabulasi Penelitian | 98 |
| 3 | Jadwal Kegiatan | 108 |
| 4 | Skenario Pelaksanaan | 110 |
| 5 | RPBK | 116 |
| 6 | Kisi-kisi Skala kepercayaan diri (Sebelum uji coba) | 135 |
| 7 | Skala sebelum Uji coba | 136 |
| 8 | Uji Validasi Ahli | 140 |
| 9 | Hasil Uji Lapangan | 142 |
| 10 | Hasil Uji Validitas | 143 |
| 11 | Hasil Uji Reliabilitas | 144 |
| 12 | Kisi- kisi Setelah Uji coba | 145 |
| 13 | Angket Setelah Uji coba | 146 |
| 14 | Data Pretest Eksperimen | 150 |
| 15 | Data Pretest Kontrol | 151 |
| 16 | Data Posttest Eksperimen | 152 |
| 17 | Data Posttest Kontrol | 153 |
| 18 | Gain Skor | 154 |
| 19 | Analisis Deskriptif Kelompok Eksperimen | 156 |
| 20 | Analisis Deskriptif Kelompok Kontrol | 161 |
| 21 | Uji Normalitas | 166 |
| 22 | Uji Homogen | 169 |
| 23 | Uji t | 170 |
| 24 | Pedoman Observasi | 171 |
| 25 | Analisis Data Observasi | 179 |
| 26 | Pedoman keasertifan | 180 |
| 27 | Pengusulan Judul | 191 |
| 28 | Surat Penunjukan Pembimbing | 192 |
| 29 | Surat Izin Penelitian dari UPT P2T BKPMMD SUL-SEL | 193 |
| 30 | Surat Izin Penelitian dari Walikota Makassar | 194 |
| 31 | Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Kota Makassar | 195 |
| 32 | Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian | 196 |
| 33 | Dokumentasi kegiatan | 197 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Siswa adalah individu yang sedang mengalami masa perkembangan, yaitu berkembang kearah kematangan dan kemandirian. Dalam masa inilah siswa membutuhkan banyak bimbingan dan memperluas pengetahuan dan wawasan tentang dirinya dan lingkungannya.

Pendidikan tidak hanya terbatas pada lembaga formal tetapi juga mencakup lembaga informal baik yang berlangsung dalam keluarga, pekerjaan dan dalam masyarakat. Kegiatan belajar mengajar merupakan fungsi pokok dan usaha yang paling strategis guna mewujudkan tujuan institusional yang diemban oleh suatu lembaga. Tohirin (2009) mengatakan bahwa guru sebagai jembatan pertama peserta didik untuk dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki peserta didik, selain guru mata pelajaran guru bimbingan dan konseling juga berperan penting untuk membantu peserta didik mengembangkan potensi dan mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.

Pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah sangat penting untuk membantu peserta didik mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya. Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen penting dalam dunia pendidikan. Layanan bimbingan dan konseling di sekolah, dilaksanakan bukan karena adanya landasan hukum, namun yang lebih penting adalah adanya

kesadaran dan komitmen untuk memfasilitasi siswa agar mampu mengembangkan potensi dirinya.

Hartono (2008) mengemukakan bahwa dalam dunia psikologi perkembangan, peserta didik yang berumur 12-15 tahun merupakan masa remaja awal. Umumnya individu mulai berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik, tidak tergantung pada orang tua, dan fokus pada penerimaan diri terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya. Pendapat senada dikemukakan oleh Agustiani (2009) yang mengatakan bahwa masa remaja dibagi menjadi tiga bagian yaitu : pembagian 12-15 tahun adalah masa remaja awal, 15-18 tahun adalah masa remaja pertengahan, 18-21 tahun adalah masa remaja akhir. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak menuju masa dewasa.

Menurut Ahmadi dan Sholeh (Santrock, 2003) tanda-tanda tersier dari masa ini antara lain biasanya diwujudkan dalam perubahan sikap dan perilaku, contoh adanya perubahan mimik saat berbicara, cara berpenampilan, bahasa yang diucapkan, aktingnya, dan lain-lain. Masa remaja merupakan masa transisi dimana seorang anak muda beranjak dari ketergantungan dan mulai menuju kemandirian serta kematangan baik fisik maupun mental pada masa remaja, kemampuan seseorang untuk lebih memahami orang lain mulai berkembang.

Hal ini memungkinkan seseorang untuk dapat memutuskan bagaimana cara untuk menjalin hubungan dengan orang lain. Geldard & Geldard (2011) remaja hendaknya memiliki kepercayaan diri yang baik, untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial.

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia khususnya remaja. Dengan kepercayaan diri, remaja akan mudah untuk menyesuaikan diri dan bersosialisasi dengan individu lain. Dengan itu tugas perkembangan untuk menciptakan hubungan baru dengan individu lain dapat tercapai. Kepercayaan diri juga merupakan syarat utama seorang individu untuk mencapai kesuksesan Al-Mighwar (2006: 17) mengatakan bahwa “semakin sering terlibat berbagai aktivitas sosial, maka kepercayaan diri remaja juga semakin meningkat”. Salah satu tugas perkembangan masa remaja dalam mencapai jati dirinya dapat dilakukan melalui pergaulan hidup baik dengan keluarga, guru, maupun teman sebaya.

Hampir sebagian besar waktu dalam kehidupan remaja digunakan untuk berinteraksi dengan orang lain. Interaksi sosial dengan teman sebaya merupakan salah satu unsur penting untuk memenuhi kebutuhan akan harga diri, aktualisasi diri di lingkungan mengadakan interaksi dengan lingkungan sebagai tujuannya.

Apabila hal tersebut tidak tercapai maka individu akan mengalami masalah dalam kesehariannya. Salah satu peran penting untuk peserta didik dapat hidup adalah tumbuhnya sikap rasa percaya diri. Rasa percaya diri akan membantu peserta didik dapat bersosialisasi dengan baik, baik terhadap teman sebaya ataupun warga sekolah.

Angelis (2002) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah sesuatu yang mampu menyalurkan apa yang seorang individu ketahui dan segala yang dikerjakan. Kepercayaan diri sejati bukan tumbuh dari tiadanya rasa takut dalam diri Seorang individu, namun tumbuh dari keyakinan untuk terus melakukan

walaupun ada ketakutan dalam diri. Dalam hubungannya dengan individu lain kepercayaan diri merupakan pendukung utama untuk dapat mengungkapkan pemikiran walaupun ada rasa takut yang mengganggu. Rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk menyesuaikan diri pada situasi tertentu.

Pentingnya memiliki rasa kepercayaan diri adalah agar siswa mampu mengaktualisasikan diri. Aktualisasi adalah kemampuan seseorang untuk menemukan dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Jika seseorang memiliki bekal kepercayaan diri yang baik, maka individu tersebut akan dapat mengembangkan potensinya namun, tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang cukup.

Menurut Hakim (2005) bahwa sikap seseorang yang menunjukkan dirinya tidak memiliki kepercayaan diri yaitu didalam berbuat sesuatu, terutama dalam melakukan suatu pekerjaan penting dan penuh tantangan selalu dihindangi rasa ragu-ragu, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindari, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil didepan orang banyak dan gejala kejiwaan lainnya yang menghambat untuk melakukan sesuatu. Perasaan minder, malu, sungkan, dan lain-lain menjadi hambatan bagi siswa. Rasa rendah diri menjadi penghalang bagi siswa-siswi karena takut ataupun malu yang selalu membuat mereka berpikiran negatif terhadap diri sendiri.

Berdasarkan survei awal yang telah peneliti lakukan pada tanggal 6 Maret 2019 melalui observasi terhadap siswa dan wawancara dengan guru pembimbing

serta beberapa guru mata pelajaran SMP Negeri 33 Makassar, maka diperoleh informasi bahwa terdapat siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah, seperti siswa takut berpendapat, selalu menyendiri, malu saat di suruh tampil di depan kelas, jika di berikan pertanyaan oleh guru siswa hanya diam saja dan tidak ada respon dan siswa merasa minder, selalu memandang kegagalan, cenderung menutup diri dan takut menghadapi penolakan dari orang lain. Guru pembimbing SMP Negeri 33 Makassar sudah melakukan upaya dengan melakukan konseling individual untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri siswa namun hasilnya tidak memuaskan dan tidak sesuai yang diharapkan. Keadaan seperti itu akan membuat siswa kehilangan rasa percaya diri sehingga akan menghambat siswa untuk lebih semangat dalam belajar karena mereka merasa rendah diri dan takut menghadapi tantangan yang baru karena selalu berpikiran bahwa dirinya tidak mampu menghadapi tantangan baru.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti menggunakan salah satu teknik yaitu *Assertive Training* untuk mengatasi masalah tersebut. Corey (2009) mengatakan bahwa *Assertive Training* sangat penting diketahui oleh siswa, agar mereka memahami cara untuk berperilaku tegas, mengekspresikan perasaan secara positif, dapat mendengarkan dengan baik, berani mengambil resiko, tahu bagaimana berkata “ tidak” tahu bagaimana memberi umpan balik yang positif, dan tahu apa yang diinginkan.

Wills (2004) mengemukakan latihan *assertive (Assertive Training)*, merupakan teknik dalam konseling Behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam

menyatakannya. Sementara itu, Gunarsa (2012) menjelaskan latihan *assertive* adalah “ suatu teknik yang memungkinkan seseorang belajar untuk menyatakan tingkah laku yang efektif dan pantas yang sebelumnya malu-malu, karena kegelisahan atau kesalahan dalam mempelajari sesuatu. Percaya diri pada dasarnya merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk dapat menanggapi segala sesuatu dengan baik sesuai dengan kemampuan diri yang dimiliki. Individu tidak dapat menjalani hidup dengan baik tanpa kepercayaan diri. Setiap individu membutuhkan kepercayaan diri setiap harinya dalam berbagai hal.

Tingkat kepercayaan diri yang baik memudahkan dalam pengambilan keputusan dan melancarkan jalan untuk membangun hubungan, mendapatkan teman, dan membantu individu mempertahankan kesuksesan. Mastuti (2013) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya.

Willis (2011) mengatakan bahwa Latihan asertif merupakan rangkuman yang sistematis dari ketrampilan, peraturan, konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri dan kejujuran sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Bruno (Putri, 2015) mengemukakan bahwa Latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu program belajar yang dirancang untuk mengembangkan kompetensi manusia dalam hubungannya dengan orang lain.

Alberti dan Emmons (Putri, 2015) mengatakan bahwa penekanan latihan asertif adalah pada “keterampilan” dan penggunaan keterampilan tersebut dalam tindakan. Latihan asertif direkomendasikan untuk individu yang mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain.

Putri (2015) mengatakan bahwa teknik *Assertive Training* bertujuan untuk mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya, meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif, sistematis dari keterampilan, peraturan, konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan dengan terus terang pikiran, perasaan, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Sedangkan Mousa (2011: 7) menjelaskan bahwa “ tujuan dari teknik *Assertive Training* adalah untuk mengajarkan kepada siswa agar bertindak atau berbuat sesuai kebutuhan dan keinginan mereka dengan tetap menghormati hak dan kepentingan orang lain”.

Teknik *Assertive Training* juga telah diteliti oleh beberapa peneliti diantaranya Kamil, Monica, dan Maghrobi (2018) yang menunjukkan bahwa “ konseling kelompok teknik latihan asertif (*Assertive Training*) efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik. Selanjutnya hasil penelitian dari Ratna Sari (2017) yang menunjukkan bahwa “ Teknik *Assertive Training*

efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik VIII Mts. Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis ingin membuktikannya secara langsung dengan melakukan penelitian dengan judul “ Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di Smp Negeri 33 Makassar’.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimanakah gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar?
2. Bagaimana gambaran pelaksanaan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar?
3. Apakah penerapan teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar?

C. Tujuan Penelitian

Secara rinci tujuan yang akan dicapai dari penelitian ini, adalah untuk mengetahui :

1. Gambaran tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar.
2. Gambaran pelaksanaan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar .
3. Penerapan teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dapat diperoleh dari hasil penelitian ini diantaranya adalah :

1. Manfaat teoritis, yaitu :
 - a. Bagi akademisi, sebagai bahan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi Pendidikan dan Bimbingan dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan.
 - b. Bagi peneliti, akan menjadi masukan dan acuan dalam mengembangkan penelitian dimasa mendatang, khususnya yang berkaitan dengan penerapan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.
2. Manfaat praktis, yaitu :
 - a. Bagi guru pembimbing sebagai masukan dalam menghadapi permasalahan siswa, terutama dalam mengubah perilaku kearah yang positif.
 - b. Bagi siswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan latihan untuk membantu dirinya dalam mengatasi masalah yang dihadapi.
 - c. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pelajaran atau rujukan kedepannya jika sudah terjun ke lapangan sebagai seorang pembimbing.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR, DAN HIPOTESIS

A. Tinjauan pustaka

1. *Assertive Training*

a. *Pengertian Assertive Training*

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

Menurut (Corey, 2003) bahwa asumsi dasar dari pelatihan asertif adalah setiap orang memiliki hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang.

Houston (Nursalim, 2005: 129) mengemukakan bahwa “latihan asertif merupakan suatu program belajar untuk mengajar manusia mengekspresikan perasaan dan pikirannya secara jujur dan tidak membuat orang lain menjadi terancam”. Latipun (2003) juga mengungkapkan hal serupa yaitu pelatihan asertif merupakan suatu proses membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan mengatakan tidak, kesulitan

mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Pendapat tersebut didukung oleh Corey (2009) yang mengungkapkan bahwa “pelatihan asertif adalah salah satu teknik yang digunakan dalam situasi intrapersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa apa yang dilakukan memang sudah selayaknya atau sudah benar”.

Latihan asertif menurut Corey (2009:215) bisa bermanfaat untuk dipergunakan dalam menghadapi mereka yang mengalami masalah:

- 1) Tidak bisa mengekspresikan kemarahan atau perasaannya yang tersinggung.
- 2) Mengalami kesulitan untuk mengatakan “tidak”.
- 3) Terlalu halus (sopan) yang membiarkan orang lain mengambil keuntungan dari keadaannya.
- 4) Mengalami kesulitan untuk mengekspresikan afeksi (perasaan yang kuat) dan respon-respon lain yang positif.
- 5) Merasa tidak memiliki hak untuk mengekspresikan pikiran, kepercayaan, dan perasaannya.

Corey juga menambahkan bahwa *Assertive Training* merupakan rangkuman yang sistematis dari keterampilan, peraturan dan konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan perasaan, pikiran, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri dan kejujuran sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. kesulitan mengatakan tidak dan kesulitan mengungkapkan perasaan atau ide pikiran sendiri.

Rahmawati (2008) mengatkan bahwa pelaksanaan pelatihan asertif memiliki tujuan untuk meningkatkan efektivitas perilaku sehari-hari klien atau untuk meningkatkan kualitas hidup klien agar lebih baik.

Indikator penting dalam keberhasilan pelatihan asertif adalah berkurangnya tingkat kecemasan klien serta meningkatnya kemampuan klien dalam mengekspresikan diri dengan berbagai situasi sosial Rahmawati (2008). Berdasarkan berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pelatihan asertif merupakan suatu proses untuk menolong seseorang agar dapat memahami tentang asertif untuk dapat mengembangkan diri sehingga mampu menyampaikan perasaan-perasaan dan keinginan yang akan disampaikan. Pelatihan asertif ini bertujuan untuk meningkatkan efektifitas kehidupan sosial dan untuk meningkatkan kemampuan mengekspresikan diri dalam berbagai situasi sosial yang ada.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat diketahui bahwa *Assertive Training* dapat membantu siswa untuk lebih percaya diri dalam komunikasi perorangan, dan kelompok serta mampu mandiri dalam bergaul dan tegas dalam mengambil keputusan, mengubah pola pikir yang negative, menyampaikan penolakan dan kritik serta cara membangun harga diri dan kepercayaan diri.

b. Dasar Teori *Assertive Training*

Assertive Training merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan behavior yang digunakan untuk mengembangkan sikap assertive pada klien. Corey (2009: 87) menyatakan bahwa “ asumsi dasar dari *Assertive Training* adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut”. *Assertive Training* merupakan rangkuman yang sistematis dari keterampilan, peraturan,

konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan dengan teras terang pikiran, perasaan, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya.

Joyce & Weil (Nursalim 2013 : 18) mengemukakan bahwa :

- 1) Latihan asertif menerapkan asumsi pendekatan perilaku yang di pelajari yang disubstitusikan ke dalam pola perilaku tertentu.
- 2) Bahwa tindakan yang dilakukan individu berfungsi sebagai konsep dari dirinya.
- 3) Latihan asertif menyatakan secara tidak langsung seperangkat prinsip umum, suatu filosofi hubungan antar manusia.

Menurut Alberti & Emmons (Putri, 2015), penekanan *Assertive Training* adalah pada “keterampilan” dan penggunaan ketrampilan tersebut dalam tindakan. Sedangkan Redd menyatakan bahwa *Assertive Training* direkomendasikan untuk individu yang mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. *Assertive Training* dalam perilaku berbahasa yang terkait dengan intonasi, kesantunan, cara mengungkapkan, pemilihan kalimat, dan keterampilan-keterampilan pragmatis lainnya sangat penting, sehingga harus diperhatikan dan dilatihkan, sedangkan secara teknis, pelatihan asertif disamping dapat dilakukan secara langsung, dapat pula dilakukan melalui teknik modelling ataupun bermain peran (*role playing*).

c. Manfaat *Assertive Training*

Assertive Training merupakan merupakan keterampilan sosial atau latihan berkomunikasi dan mengungkapkan perasaan kepada orang lain dapat

menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya. Latihan asertif diharapkan agar mampu membuat siswa bersikap tegas, dapat memahami perasaannya, serta siswa tidak perlu takut ataupun cemas lagi untuk berkomunikasi maupun berinteraksi dengan teman sepergaulannya.

Menurut Sudrajat (2013: 63) manfaat *Assertive Training* ini adalah sebagai berikut :

- 1) Meningkatkan kemampuan konseli dalam hal mengeksperisikan berbagai hal yang berkaitan dengan emosinya.
- 2) Membantu konseli dalam meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan diri.
- 3) Membantu konseli dalam memilih tingkah laku assertive yang cocok untuk diri konseli.
- 4) Meningkatkan kemampuan konseli dalam mengungkapkan hak-hak asasinya sendiri tanpa menolak ataupun mengganggu hak asasi orang lain.

Dengan teknik *Assertive Training* ini diharapkan individu mampu membangun serta meningkatkan kepercayaan diri yang tinggi, mau menerima dirinya apa adanya, termasuk menerima kelemahan dan kelebihan dalam diri individu, tidak memiliki kecemasan dalam menyatakan pikiran-pikiran, perasaan-perasaan dan keinginannya kepada orang lain.

d. Tujuan *Assertive Training*

Latihan asertif bertujuan untuk melatih serta membiasakan individu berperilaku asertif dalam berhubungan dengan orang lain. perilaku asertif merupakan perilaku dalam hubungan anatarpribadi yang menyangkut ekspresi emosi, perasaan, pikiran, serta keinginan dan kebutuhan secara terbuka, jujur, tanpa perasaan tegang dan cemas tanpa merugikan diri sendiri dan orang lain.

Lazarus (1961) mengemukakan bahwa tujuan *Assertive Training* adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respons-respons emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional. Serta dapat meningkatkan empat kemampuan interpersonal, yaitu :

- 1) menyatakan tidak;
- 2) membuat permintaan;
- 3) mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif; dan
- 4) membuka dan mengakhiri percakapan.

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

Assertive Training menurut Alberti (Gunarsa, 2011: 216) berpendapat bahwa :

prosedur latihan yang diberikan kepada individu kepada individu untuk melatih penyesuaian sosialnya dalam mengekspresikan sikap, perasaan, pendapat dan haknya. Pemberian *Assertive Training* ini bertujuan agar siswa mampu menjadi individu yang percaya diri secara pribadi dan sosial.

Tujuan dari teknik *Assertive Training* menurut Lutfi (2007) sebagai berikut :

- 1) Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain.

- 2) Meningkatkan keterampilan behavioralnya sehingga mereka bisa menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu berperilaku seperti apa yang diinginkan atau tidak.
- 3) Mengajarkan pada individu untuk mengungkapkan diri dengan cara sedemikian rupa sehingga terefleksi 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 .

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian *Assertive Training* dapat melatih ketrampilan dalam mengemukakan pendapat, melatih keberanian untuk tampil didepan orang banyak, ketrampilan komunikasi efektif dalam bergaul, cara menolak dengan baik dalam berkomunikasi, dan sebagainya.

e. Prosedur Pelaksanaan *Assertive Training*

Assertive Training merupakan penerapan tingkah laku untuk membantu individu atau kelompok dalam mengembangkan hubungan langsung dalam situasi-situasi interpersonal, seperti mengembangkan kemampuan individu dalam menyampaikan pikiran, perasaan, serta keinginan-keinginannya, dan meningkatkan kepercayaan diri individu. Perilaku asertif bukanlah suatu yang sudah ada sejak lahir, sehingga untuk membentuk dan membiasakan seseorang berperilaku asertif diperlukan pelatihan asertif yang bertahap dan sebaiknya dimulai sejak dini.

Corey (2003) mengemukakan bahwa pelatihan asertif menekankan pada proses mempelajari respon-respon asertif dalam berbagai situasi. Pada dasarnya pelatihan asertif merupakan penerapan tingkah laku pada kelompok dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara berhubungan lebih langsung dalam situasi-situasi intrapersonal. Pelatihan asertif lebih berfokus pada pelaksanaan, pelatihan secara kelompok. Pembentukan kelompok dilakukan dengan membagi peserta dimana dalam satu kelompok terdiri atas delapan sampai sepuluh anggota yang memiliki latar belakang yang sama.

Terapis bertindak sebagai penyelenggara dan pengarah permainan peran, pelatih, pemberi penguatan, dan sebagai model peran. Dalam diskusi-diskusi kelompok, terapis bertindak sebagai seorang ahli, memberi bimbingan dalam situasi-situasi permainan peran, dan memberikan umpan balik kepada para anggota. Mahmud (2014) menjelaskan prosedur pelaksanaan *Assertive Training* sebagai berikut:

- 1) Analisis kebutuhan latihan keasertifan

Analisis kebutuhan (*need assesment*) keasertifan berfungsi untuk mengukur tingkat keasertifan konseli. Analisis kebutuhan digunakan untuk mengetahui profil non asertif dan agresif siswa. Analisis kebutuhan menggunakan lembar profil keasertifan kemudian membimbing mereka mengadministrasikan kuis keasertifan (melakukan penyekoran, konversi, dan menentukan profil keasertifan diri sendiri).

- 2) Mencantumkan bahan informasi

Pada tahap ini konselor dapat mengungkapkan perilaku yang diinginkan konseli sehubungan dengan permasalahan yang dihadapi dan harapan-harapan yang diinginkannya. Pada tahap ini juga, konselor menentukan perilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan. Dengan kata lain, konselor dapat menentukan perilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga mengenali perilaku-perilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidakasertifannya.

3) Berlatih membangun harga diri

Pada tahap ini, konseli dilatih untuk membangun harga diri. Harga diri penting agar konseli memahami bahwa dirinya sebagai individu memiliki hak yang sama dengan yang lainnya. Konselor memberikan LKS “lembar harga diri” sebagai panduan dalam mengukur harga dirinya. Pada tahapan ini pula, konselor menjelaskan kepada konseli tentang apa yang seharusnya ia lakukan dan ia hindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya tersebut.

4) Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak

Pada tahap ini, konselor memberikan contoh-contoh yang dapat membantu konseli dalam melakukan penolakan dan berkata tidak. Selanjutnya, konselor memandu konseli untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan, menurut contoh yang diberikan konselor sebelumnya.

5) Mengerjakan pekerjaan rumah

Pada tahap ini, konselor memberikan tugas rumah (*homework assignment*) kepada konseli dengan menyertakan situasi-situasi yang memungkinkan

konseli untuk bertindak asertif. Konseli diminta untuk melakukan tugas terstruktur di luar kelompok konseling dengan tujuan agar konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya

6) Membahas hasil pekerjaan rumah

Membahas hasil PR dilakukan melalui *group focus discussion* (FGD). Pada pembahasan hasil PR, konselor meminta kepada konseli untuk menceritakan hasil yang diperoleh dari pengalaman yang telah dilaluinya. Konselor juga memberikan penguatan-penguatan kepada konseli. Penguatan dibutuhkan untuk meyakinkan bahwa konseli harus dapat bersikap tegas terhadap permintaan orang lain padanya, sehingga orang lain tidak memanfaatkan kita secara bebas.

7) *Assertive Training* Mengakhiri pekerjaan terminasi

Kegiatan ini merupakan penutup dari rangkaian seluruh kegiatan. Pada tahap ini dilakukan evaluasi diri sebagai bagian dari unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap asertifnya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa teknik dilakukan dengan melakukan analisis kebutuhan latihan keasertifan, mencantumkan bahan informasi, berlatih membangun harga diri, berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak, mengerjakan pekerjaan rumah, membahas hasil pekerjaan rumah dan mengakhiri pekerjaan terminasi.

Adapun Nursalim (2013) mengemukakan prosedur dasar dalam *Assertive Training* menyerupai beberapa pendekatan dalam konseling sebagai berikut ;

- 1) Menentukan tingkat perasaan harga diri konseli, dengan memberikan penilaian terhadap harga diri konseli.
- 2) Mengidentifikasi pengaruh harga diri konseli terhadap kepercayaan diri. Pada tahap ini peneliti mengungkapkan pengaruh dari harga diri konseli terhadap konseli.
- 3) Menentukan perilaku akhir yang diperlukan dan tidak diperlukan. Kemudian peneliti, dapat menentukan perilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga mengenai perilaku-perilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidak asertifannya.
- 4) Membantu konseli untuk membedakan perilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan masalahnya. Setelah peneliti menentukan perilaku yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, kemudian peneliti menjelaskan kepada konseli tentang apa yang seharusnya konseli lakukan dan yang harus di hindari dalam rangka menyelesaikan masalahnya.
- 5) Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap-sikap dan ketidakpahaman yang ada di pikiran konseli.
- 6) Menentukan respon-respon asertif atau sikap yang diperlukan untuk menyelesaikan permasalahannya melalui contoh-contoh.
- 7) Mengadakan pelatihan perilaku asertif dan mengulang-ulangnya. Peneliti memandu konseli untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan
- 8) Melanjutkan latihan perilaku asertif
- 9) Memberikan tugas kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan perilaku asertif yang dimaksud. Untuk kelancaran dan kesuksesan latihan. Konselor

kemudian memebrikan tugas kepada konselii untuk berlatih sendiri di rumah ataupun tempat-tempat lainnya.

- 10) Selanjutnya, memberikan penguatan terhadap tingkah laku yang diinginkan. Penguatan dibutuhkan untuk meyakinkan konseli agar dapat bersikap tegas, dapat mempertahankan ide-ide atau pendapat yang dimilikinya sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, sehingga konseli dapat menerapkan apa yang telah dilatihnya dalam situasi yang nyata.

Adapun Rahmawati (2008) menyatakan bahwa prosedur dalam pelaksanaan pelatihan asertif terdiri dari empat sesi, yaitu :

- 1) Mengajarkan mengenai perbedaan antara asertif, agresif, non asertif dan sopan. Disini terapis mencoba menjelaskan dan memberi pemahaman kepada klien mengenai makna asertif, agresif, non asertif dan sopan.
- 2) Membantu individu mengidentifikasi dan menerima hak-hak pribadi dirinya serta hak-hak orang lain.
- 3) Mengurangi hambatan yang menjadi masalah dalam aktualisasi perilaku asertif. Setelah klien memahami mengenai pemahaman asertif itu sendiri, maka dilanjutkan dengan mengembangkan keterampilan perilaku asertif secara langsung melalui praktek di dalam pelatihan.

Hetti (2008) menjelaskan bahwa dalam pelatihan asertif terdapat beberapa langkah-langkah yang perlu diperhatikan, yaitu:

- 1) Terapis dan klien menentukan beberapa situasi yang memang menjadi masalah klien. Masalah yang dipilih harus jelas dan detil, sehingga klien

dapat memerankan seperti apa yang sebenarnya terjadi dalam kehidupan nyata.

- 2) Klien memerankan masing-masing adegan melalui metode bermain peran dan terapis memberi komentar terhadap tingkah laku klien saat bermain peran. Terapis juga member masukan untuk kemajuan klien, khususnya dalam sikap tubuh, kontak mata, dan nada suara.
- 3) Terapis mencoba memberi arahan kepada klien untuk menerapkan apa yang sudah dilatih dalam kehidupan nyata dengan memberi target perilaku sebagai tolak ukur keberhasilan.
- 4) Dalam pertemuan berikutnya, diadakan diskusi mengenai hasil penerapan ketrampilan yang dilatih dalam kehidupan nyata.

Jadi, dalam teknik *Assertive Training* ini, konseli dibantu untuk memberikan pemahaman tentang hambatan yang menjadi masalah dalam aktualisasi perilaku asertif. dan memberikan pemahaman tentang perilaku asertif itu sendiri, dan dilanjutkan dengan mengembangkan keterampilan perilaku asertif secara langsung melalui praktek di dalam pelatihan. Serta membantu siswa dalam mengekspresikan perasaan dan menyampaikan ide-ide yang dimilikinya. Melalui teknik ini kepercayaan diri siswa yang sebelumnya rendah dapat ditingkatkan , sehingga siswa yang tadinya kurang percaya diri dapat meningkatkan kepercayaan diri baik secara pribadi maupun sosial.

Prosedur program *Assertive Training* didasarkan pada metode buatan dari Alberti dan Emmons dalam pedoman latihan ketegasan *Stand Up, Speak Out, Talk Back!* (Colhoun dan Acocella, 1990: 388), yaitu :

1) Pemantauan Diri (*Self Report*)

Menganalisis perilaku sendiri yang tidak asertif, alasan yang menyebabkan bersikap tidak tegas, serta situasi-situasi yang sengaja untuk dihindari.

2) Peneladanan (*Modelling*)

Modeling merupakan nilai khusus yang diajarkan dalam perilaku asertif karena bahasa nonverbal (seperti gerakan tubuh, intonasi) dapat diajarkan dengan menggunakan model. Modeling sendiri dapat dipelajari secara langsung dengan cara mengamati. *Modeling* digunakan sebagai contoh kepada klien bagaimana tindakan yang tepat ketika menghadapi situasi tertentu. Penggunaan *modeling* ini perlu didasari dengan keadaan klien, seperti contoh situasi seperti apa yang perlu ditunjukkan kepada klien.

3) Mengembangkan (*Imagination*)

Menggunakan imajinasi dalam mempraktekan perilaku asertif kepada orang yang dianggap sulit untuk bersikap asertif. Dan juga untuk mengatur kecemasan yang terjadi apabila bersikap asertif.

4) Bermain peran (*Role playing*)

Mempraktekan sikap tegas dengan bermain peran dengan memilih sikap tegas dan tidak terlalu sulit. Yang terpenting adalah *feedback* dari rekan/ terapis dalam bermain.

5) Suatu kenyataan (*simulation*)

Mempraktekan langsung dalam kehidupan sehari-hari, lalu mencatat hal-hal yang terjadi, sehingga ada pembelajaran yang bisa di perbaiki.

Pelaksanaan *Assertive Training* atau latihan ketegasan merupakan latihan yang dilakukan berdasar prosedur yang ada walaupun, hal tersebut tidak berlaku

secara konstan, agar pelaksanaannya dapat berguna dan berhasil serta bermanfaat bagi siswa.

2. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Lie (2003: 4) menjelaskan bahwa “kepercayaan diri merupakan salah satu faktor seseorang untuk dapat mempertimbangkan dan membuat keputusan tertentu sendiri”. Pendapat senada diungkapkan oleh Santrock (2003) mendefinisikan kepercayaan diri merupakan sebuah dimensi evaluatif yang menyeluruh dari diri seseorang sehingga seseorang dapat melihat gambaran positif dari diri mereka. Percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri. Hal ini diperkuat oleh Lie (2003: 4) yang menjelaskan bahwa “percaya diri adalah sikap yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah”.

Dengan kepercayaan diri, seseorang akan merasa lebih berharga dan mempunyai kemampuan untuk menjalani kehidupan. Peery (2005) menyatakan bahwa “kepercayaan diri adalah suatu kemampuan untuk memercayai kemampuan sendiri dan merasa positif tentang apa yang bisa dilakukan dan tidak mengkhawatirkan apa yang tidak bisa dilakukan”. Melihat dari segi perkembangan, rasa percaya diri dapat timbul timbul karena adanya pengakuan dari lingkungannya. Dimiyanti dan Muldjiono (2009) mengemukakan percaya diri merupakan aspek psikologis seseorang yang berpengaruh terhadap aktivitas fisik dan mental dalam proses pembelajaran.

Hakim (2002:6) mengemukakan bahwa “ kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan terhadap kelebihan yang dimiliki seseorang untuk mencapai suatu tujuan’’. Kepercayaan diri dapat tumbuh pada diri siswa saat aktif dalam mengikuti proses pembelajaran maupun dalam kehidupan sosial dengan teman sebayanya.

Lauster (2012: 4) menyatakan bahwa :

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal lebih kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Rasa percaya diri sebenarnya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu bahwa ia merasa memiliki kompetensi, yakin mampu percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Anurrahman (2009) mengatakan bahwa rasa percaya diri pada umumnya muncul ketika seseorang akan melakukan atau terlibat di dalam suatu aktivitas tertentu di mana pikirannya terarah untuk mencapai sesuatu hasil yang diinginkan. Dari dimensi perkembangan, rasa percaya diri dapat tumbuh dengan sehat bilamana ada pengakuan dari lingkungan.

Thantaway (2005) mengatakan “kepercayaan diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan’’. Orang yang memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Surya (2007) menjelaskan rasa percaya diri merupakan sikap mental optimisme dari kesanggupan anak terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan segala

sesuatu dan kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu aspek kepribadian yang dimiliki seseorang berupa keyakinan dan kemampuan diri, kemandirian dan mempunyai kekuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam hidupnya. Individu yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi akan mudah untuk masuk pada lingkungan tertentu sedangkan individu yang kurang memiliki rasa percaya diri akan sulit untuk masuk pada lingkungan pergaulan.

b. Aspek- aspek Kepercayaan Diri

Lauster (Ghufron dan Risnawita, 2011 : 35) berpendapat bahwa orang yang mempunyai kepercayaan yang tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, dan mempunyai toleransi yang baik, bersikap positif, tidak mudah orang lain dalam bertindak dan mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya.

Menurut Marwati (2001: 3) ada beberapa aspek kepercayaan diri yang dapat diungkapkan

- 1) Mandiri, adalah sikap tidak tergantung pada orang lain dan merasa tidak perlu dukungan orang lain dalam melakukan sesuatu.
- 2) Tidak mementingkan diri sendiri dan toleran, dapat mengerti kesukaran yang ada pada diri sendiri dan dapat menerima pandangan dari orang lain.

Beberapa pemaparan para ahli dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memiliki beberapa aspek yaitu yakin akan kemampuan diri sendiri, berani

mengungkapkan pendapat, mandiri, mampu bergaul secara fleksibel dan mampu mengambil langkah pasti dalam kehidupannya.

Rini (2002) menyebutkan beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri yang proporsional diantaranya :

- 1) Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri
- 2) Terdorong untuk menunjukkan sikap yang apa adanya
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain
- 4) Punya pengendalian diri yang baik
- 5) Selalu memandang keberhasilan dan kegagalan
- 6) Mempunyai cara pandang yang positif
- 7) Memiliki harapan yang realistik

c. Karakteristik individu yang kurang percaya diri

Percaya diri merupakan bagian yang tidak dipisahkan dari pengarahan diri karena orang harus bisa mempercayai dirinya sendiri sebelum dapat mengarahkan kehidupannya. Orang yang mencari konseling biasanya meragukan kemampuan, persepsi, motivasi ataupun penilaian. Kurang percaya diri, mungkin bisa terjadi karena mereka di perlakukan dengan *overprotective* (terlalu di kekang) sehingga mereka hanya memiliki kesempatan yang sedikit untuk menguji diri mereka sendiri dan memperkuat kepercayaan dirinya. Adapun beberapa permasalahan orang yang memiliki rasa kurang percaya diri yang rendah sebagai berikut :

- 1) Biasanya mereka tidak memiliki keyakinan pada diri sendiri atau meragukan sesuatu.
- 2) Sulit mengambil keputusan, karena mereka meragukan dirinya sendiri.
- 3) Mungkin reaksi mereka pada kegagalan kurang baik. Kegagalan menurut mereka merupakan penilaian bahwa mereka memang kurang.

Adapun karakteristik individu yang kurang percaya diri menurut

Widoyoko (2009:13) sebagai berikut :

- 1) Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
- 2) Menyimpan rasa takut atau kekhawatiran terhadap penolakan.
- 3) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri sendiri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri namun di pihak lain memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri.
- 4) Pesemis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negative.
- 5) Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus (karena *undervalue* diri sendiri).
- 6) Selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terkahir, karena menilai dirinya tidak mampu.
- 7) Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat bergantung pada keadaan dan pengakuan atau penerimaan serta bantuan dari orang lain).

Berikut ini merupakan ciri-ciri individu yang kurang percaya diri menurut

Iswidharmanjaya (2004: 12) adalah:

- 1) Tidak bisa menunjukkan kemampuannya.
- 2) Kurang berprestasi dalam studi
- 3) Tidak berani mengungkapkan ide-ide
- 4) Membuang-buang waktu dalam mengambil keputusan
- 5) Apabila gagal cenderung menyalahkan orang lain

Beberapa ciri atau karakteristik individu yang kurang percaya diri menurut Maslow (Iswidharmanjaya & Agung, 2004: 13) gambaran mengenai orang yang kurang percaya diri antara lain pesimis, ragu-ragu dan takut dalam menyampaikan gagasan, bimbang dalam menentukan pilihan dan membandingkan diri dengan orang lain.

Berdasarkan pemaparan mengenai individu yang kurang memiliki rasa percaya diri diatas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang kurang memiliki rasa percaya diri sering menilai diri tidak mampu, sulit untuk menerima diri sendiri, pesimis, tidak berani mengungkapkan ide-ide, membuang waktu dalam mengambil keputusan dan sering memposisikan diri sebagai terkahir sebagai imbas sering menyerah pada nasib. Seseorang yang kurang memiliki rasa percaya diri selalu memandang kekurangan yang ada dalam diri sendiri tanpa pernah menyadari kelebihan-kelebihan yang sebenarnya ada dalam dirinya.

d. Pentingnya Rasa Percaya Diri

Kepercayaan diri yang dimiliki siswa merupakan faktor pendukung dalam usaha belajar siswa dalam mencapai prestasi. Hal ini dikemukakan Indriati (1994: 23) yang mengutip hasil penelitian kumara yang membuktikan adanya hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar. Orang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan menghadapi setiap perubahan dengan bangga, karena dia akan merasa mampu untuk menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Seseorang yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi juga akan terus berusaha untuk berprestasi dengan terus mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya.

Secara singkat Angelis (2002:13), menyatakan bahwa “orang yang kurang percaya diri cenderung tidak menarik, kurang menunjukkan kemampuan dan jarang menduduki jabatan pemimpin”. Orang yang kurang percaya diri akan merasa tidak puas dengan apa yang ada pada dirinya, memiliki prestasi kerja yang rendah, dan cenderung malas dalam studi sehingga mengalami kegagalan.

Lauster (Ghufron & Risnawita, 2011 : 35) berpendapat bahwa “kepercayaan diri yang sangat berlebihan, bukanlah sifat yang positif”. Pada umumnya akan menjadikan orang tersebut kurang hati-hati dan cenderung seenaknya sendiri. Hal ini menjadi sebuah tingkah laku yang menyebabkan konflik dengan orang lain. Damon (Santrock, 2003: 339) juga menjelaskan bahwa “kurangnya percaya diri pada remaja akan menyebabkan rasa tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara” .

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri dapat membantu seseorang untuk dapat secara mudah menyesuaikan dirinya, memotivasi diri untuk dapat lebih berprestasi. Sedangkan akibat seseorang kurang percaya diri hanya akan membuatnya merasa kurang dari orang lain dan menarik pergaulan sehingga menghambat komunikasi dengan orang lain.

e. Memupuk Rasa Percaya Diri

Untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional, individu harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya dialah yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Adapun beberapa saran yang dapat digunakan ketika sedang mengalami rasa percaya diri yang rendah sebagai berikut:

1) Evaluasi diri secara obyektif

Belajar menilai diri secara obyektif dan jujur. Susunlah daftar kekayaan pribadi seperti prestasi yang pernah diraih, sifat-sifat positif, potensi diri, baik yang sudah aktualisasikan maupun yang belum, keahlian yang dimiliki, serta kesempatan sarana yang mendukung kemajuan diri. Sadari asset berharga anda dan temukan asset yang belum dikembangkan. Pelajari kendala yang selama ini menghalangi perkembangan diri anda, seperti : pola berpikir yang keliru, niat dan motivasi yang rendah, kurangnya disiplin diri, kurangnya ketekunan dan kesabaran, selalu bergantung pada orang lain.

2) Beri penghargaan yang jujur terhadap diri

Sadari dan hargailah sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang dimiliki. Ingatlah bahwa semua itu dapat melalui proses belajar, berevolusi dan transformasi diri sejak dahulu hingga kini. Mengabaikan atau meremehkan suatu prestasi yang pernah diraih, berarti mengabaikan atau menghilangkan satu jejak yang membantu individu menemukan jalan yang tepat menuju masa depan. Ketidakmampuan menghargai diri sendiri mendorong munculnya keinginan yang tidak realistis dan berlebihan.

3) *Positive Thinking*

Cobalah memerangi satu asumsi, prasangka, atau persepsi *negative*, yang muncul dalam benak individu. Katakan pada diri sendiri bahwa *nobody's perfect* dan *it's okay if I made a mistake*. Jangan biarkan pikiran *negative* berlarut-larut karena tanpa sadar, pikiran itu akan terus berakar,

bercabang,dan berdaun. Semakin besar dan menyebar,maka sulit dikendalikan dan di potong. Jangan biarkan pikiran negative menguasai pikiran dan perasaan individu. Hati-hatilah agar masa depan individu tidak rusak karena keputusan yang keliru yang dihasilkan oleh pikiran yang keliru. Jika pikiran itu muncul, maka cobalah menuliskannya dan *review* kembali seacara logis dan rasional.

4) Gunakan *Self- Affirmation*

Untuk memerangi *negative thinking* , gunakan *self-affirmation* yaitu berupa kata-kata yang membangkitkan rasa percaya diri, contohnya sebagai berikut :

- a) Saya pasti bisa !
- b) Saya adalah penentu hidup saya sendiri. Tidak ada orang yang boleh menentukan hidup saya !
- c) Saya bisa blajar dari kesalahan ini, kesalahan ini sungguh menjadi pelajaran yang berharga karena dapat membantu saya dalam memahami rintangan.
- d) Sayalah yang memegang kendali hidup ini.
- e) Saya bangga pada diri saya sendiri.

5) Berani mengambil risiko

Berdasarkan pemahaman diri yang obyektif, individu bisa memprediksi risiko setiap tantangan yang dihadapi. Dengan demikian, individu tidak perlu menghindari setiap risiko, melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah ataupun mengatasi risikonya,

seperti setiap individu tidak perlu menyenangkan orang lain untuk menghindari risiko ditolak. Jika individu ingin mengembangkan diri sendiri atau bukan diri seperti yang diharapkan orang lain, pasti ada risiko dan tantangannya. Namun, lebih buruk berdiam diri dan berbuat dan tidak bisa berbuat apa-apa daripada maju dengan mengambil risiko.

Selain itu adapun beberapa cara untuk membangun percaya diri pada peserta didik menurut Aunillah (2011 : 61):

- 1) Memberi pujian atas setiap pencapaian.
- 2) Mengajari anak untuk bertanggung jawab.
- 3) Mengajari anak agar bersikap ramah dan senang membantu orang lain.
- 4) Mengubah kesalahan menjadi “bahan baku “ demi kemajuan.
- 5) Jangan menegur di depan banyak teman.
- 6) Mendukung sesuatu yang menjadi minat anak.
- 7) Tidak memanjakan anak.

Salah satu aspek pribadi yang berpengaruh dalam membentuk kepribadian seseorang adalah aspek percaya diri. Setiap individu sangat memerlukan kepercayaan diri untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya. Percaya diri seseorang dipengaruhi oleh berbagai macam faktor.

Berdasarkan cara memupuk atau mengembangkan rasa percaya diri yang telah diuraikan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri adalah individu yang dapat menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, dapat mengendalikan diri dengan baik, tidak mudah putus asa dan selalu berpikir realistis.

B. Kerangka Pikir

Kepercayaan diri merupakan adanya sikap individu yang yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertingkah laku sesuai yang diharapkannya sebagai suatu perasaan yakin pada tindaknya dan tidak di pengaruhi orang lain. Apabila orang yang mempunyai kepercayaan yang tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, dan mempunyai toleransi yang baik, bersikap positif, tidak mudah orang lain dalam bertindak dan mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Sebagai seorang siswa hendaknya memiliki Kepercayaan diri agar siswa mampu mengembangkan kemampuan atau potensi yang ada pada dirinya, mandiri dalam mencapai tujuan yang diinginkan dalam hidupnya, serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya baik di lingkungan sekolah ataupun di masyarakat. Rendahnya kepercayaan diri yang dialami oleh siswa di SMP Negeri 33 Makassar seperti siswa takut berpendapat, selalu menyendiri, malu saat di suruh tampil di depan kelas, jika di berikan pertanyaan oleh guru siswa hanya diam saja dan tidak ada respon, siswa merasa minder, selalu memandang kegagalan, cenderung menutup diri dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Rendahnya kepercayaan diri pada diri individu siswa dapat merugikan siswa itu sendiri. Sebagai akibatnya siswa yang kurang percaya diri akan sulit mengungkapkan pendapatnya sendiri di muka umum, selalu merasa minder, sulit mengambil keputusan, pesimis, cenderung menutup diri, serta selalu merasa takut gagal untuk melakukan sesuatu karena meragukan kemampuannya sendiri. Jika hal ini terus-menerus dibiarkan tanpa adanya upaya penanganan dari pihak

sekolah, maka pada akhirnya hal ini akan menjadi penghambat bagi siswa untuk berkembang dan melakukan sesuatu dengan keyakinan dan kemampuan yang dimilikinya. Sebagai calon konselor yang tugasnya membantu siswa dalam mengembangkan rasa kepercayaan diri, maka penulis mencoba untuk memberikan bantuan berupa teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa tersebut. *Assertive Training* itu sendiri sebenarnya merupakan teknik untuk meningkatkan perilaku asertif, namun apabila di pahami lebih lanjut pelatihan asertif dapat juga digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

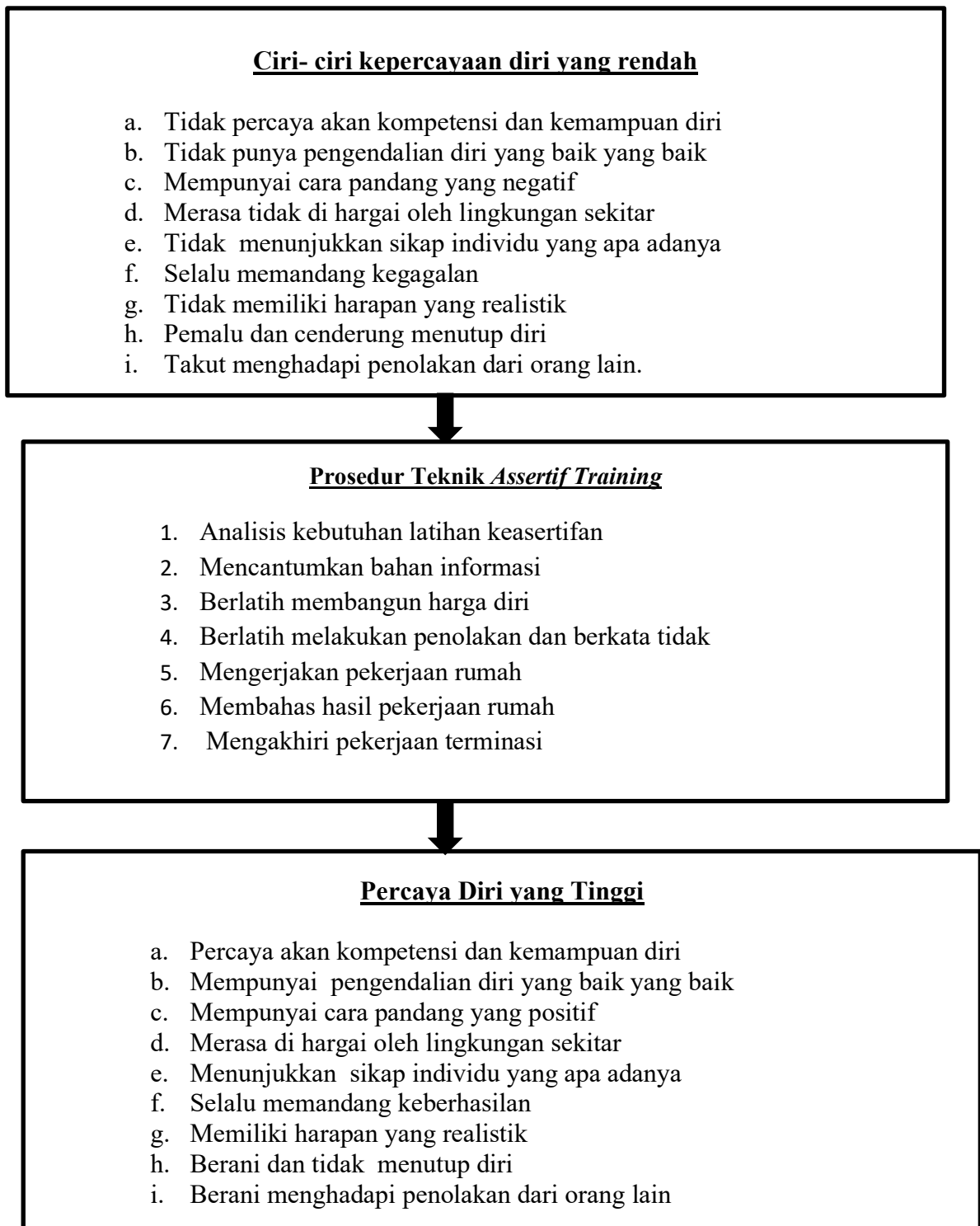
Adapun prosedur dalam *Assertive Training* yaitu : (1) analisis kebutuhan latihan keasertifan Analisis kebutuhan (*need assesment*) keasertifan berfungsi untuk mengukur tingkat keasertifan konseli, Analisis kebutuhan ini digunakan untuk mengetahui profil non asertif dan agresif siswa , (2) mencantumkan bahan informasi, pada tahap ini konselor dapat mengungkapkan perilaku yang diinginkan konseli sehubungan dengan permasalahan yang dihadapi dan harapan-harapan yang diinginkannya, (3) berlatih membangun harga diri pada tahap ini, konseli dilatih untuk membangun harga diri. Harga diri penting agar konseli memahami bahwa dirinya sebagai individu memiliki hak yang sama dengan yang lainnya (4) berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak pada tahap ini, konselor memberikan contoh-contoh yang dapat membantu konseli dalam melakukan penolakan dan berkata tidak Selanjutnya, konselor memandu konseli untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan, menurut contoh yang diberikan konselor sebelumnya. (5) mengerjakan pekerjaan rumah pada tahap ini, konselor memberikan tugas rumah (*homework assignment*) kepada konseli dengan

menyertakan situasi-situasi yang memungkinkan konseli untuk bertindak asertif. (5) membahas hasil pekerjaan rumah yaitu membahas hasil PR dilakukan melalui *group focus discussion* (FGD).

Pada pembahasan hasil PR, konselor meminta kepada konseli untuk menceritakan hasil yang diperoleh dari pengalaman yang telah dilaluinya. Dan (6) mengakhiri pekerjaan terminasi kegiatan ini merupakan penutup dari rangkaian seluruh kegiatan. Pada tahap ini dilakukan evaluasi diri sebagai bagian dari unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap asertifnya.

Teknik *Assertive Training* bertujuan untuk untuk mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya, meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif serta melatih individu untuk mengekspresikan sikap, perasaan, pendapat dan haknya agar siswa mampu menjadi individu yang percaya diri secara pribadi dan sosial.

Berdasarkan uraian diatas maka penelitian ini dilaksanakan menggunakan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Kerangka pikir dalam penelitian ini digambarkan dalam bentuk skema sebagai berikut



Gambar 2.1 skema kerangka pikir

C. Hipotesis

Berdasarkan teori yang telah dibahas dalam tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraikan, maka peneliti merumuskan hipotesis dalam penelitian yaitu Teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan disini adalah *quasi experimental design*. Peneliti memilih jenis penelitian *quasi experimental design*, karena peneliti akan mengkaji penggunaan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dengan membandingkan sebelum diberikan teknik *Assertive Training* dan sesudah diberikan teknik *Assertive Training* di SMP Negeri 33 Makassar.

B. Variabel dan Desain Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji dua variabel, yaitu “ Penerapan Teknik *Assertive Training* “ sebagai variabel bebas (X) atau yang memberikan pengaruh (independen), dan “ Kepercayaan diri” sebagai variabel yang terikat (Y) atau yang dipengaruhi (dependen). Sugiyono (2017) mengemukakan bahwa variabel bebas merupakan variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat, sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas .

Desain yang digunakan adalah *nonequivalent control group design* yang dapat digambarkan sebagai berikut:

Tabel 3.1 Desain Penelitian

| Kelompok Posttest | | Pretest | Perlakuan |
|------------------------------|-----------|----------------|------------------|
| Eksperimen (E) | O1 | X | O2 |
| Kontrol (K) | O3 | | O4 |

Sumber : Sugiyono (2017)

Dimana :

E = Kelompok eksperimen

K = Kelompok control

O1 = Pretest kelompok eksperimen

O2 = Posttest kelompok eksperimen

X = Treatment atau perlakuan (*Assertive Training*).

O3 = Pretest kelompok control

O4 = Posttest kelompok control

C. Definisi Operasional Variabel

Penelitian ini mengkaji dua peubah, yaitu : teknik *Assertive Training* sebagai peubah bebas atau mempengaruhi (independen), dan kepercayaan diri sebagai peubah terikat atau yang dipengaruhi (dependen). Definisi operasional merupakan batasan-batasan yang digunakan untuk menghindari perbedaan interpretasi terhadap peubah yang diteliti dan sekaligus menyamakan persepsi tentang peubah yang dikaji, maka dikemukakan definisi operasional peubah penelitian sebagai berikut :

1. Teknik *Assertive Training* merupakan latihan yang biasanya dilakukan untuk membantu siswa yang tidak mampu mempertahankan hak-haknya, tidak bisa mengungkapkan perasaan yang ada pada dirinya, serta melatih kemampuan individu untuk menyampaikan perasaan, pikiran, keinginan dan kebutuhannya

dengan penuh percaya diri serta kejujuran sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Adapun tahap – tahap dalam pelaksanaan *Assertive Training* yaitu : (1) Analisis kebutuhan latihan keasertifan ; (2) Mencantumkan bahan informasi ; (3) Berlatih membangun harga diri ; (4) Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak ; (5) Mengerjakan pekerjaan rumah ; (6) Membahas hasil pekerjaan rumah ; (7) Mengakhiri pekerjaan terminasi.

2. Kepercayaan diri adalah suatu aspek kepribadian yang dimiliki seseorang berupa keyakinan dan kemampuan diri, kemandirian dan mempunyai kekuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam hidupnya. adapun ciri-ciri orang yang percaya diri yaitu : percaya akan kompetensi dan kemampuan diri, mempunyai pengendalian diri yang baik, mempunyai cara pandang yang positif, merasa dihargai oleh lingkungan sekitar, menunjukkan sikap individu yang apa adanya, selalu memandang keberhasilan, memiliki harapan yang realistis, tidak menutup diri dan berani menghadapi penolakan dari orang lain.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono (2016: 117) mengemukakan bahwa yang dimaksud dengan populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi penelitian ini adalah kelas VIIa sampai VIIj di SMP Negeri 33 Makassar yang teridentifikasi mengalami kepercayaan diri

yang rendah. Pemilihan siswa yang teridentifikasi masalah kurangnya kepercayaan diri diperoleh dari hasil observasi dan wawancara dengan guru BK pada tanggal 6 maret 2019 bahwa siswa yang paling banyak teridentifikasi kurang kepercayaan diri adalah kelas VII yang tersebar di kelas VIIa sampai VIIj . Adapun indikator dari kurangnya kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar yaitu : siswa takut berpendapat, selalu menyendiri, malu saat di suruh tampil di depan kelas, jika di berikan pertanyaan oleh guru siswa hanya diam saja dan tidak ada respon dan siswa merasa minder, selalu memandang kegagalan, cenderung menutup diri dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Tabel 3. 2 Penyebaran siswa yang menjadi penelitian

| No | Kelas | Jumlah siswa | Populasi Penelitian |
|-------|-------|--------------|---------------------|
| 1 | VIIa | 32 | 5 |
| 2 | VIIb | 32 | 4 |
| 3 | VIIc | 31 | 4 |
| 4 | VIIId | 31 | 5 |
| 5 | VIIe | 31 | 5 |
| 6 | VIIIf | 31 | 4 |
| 7 | VIIg | 31 | 5 |
| 8 | VIIh | 31 | 4 |
| 9 | VIIi | 31 | 4 |
| 10 | VIIj | 31 | 5 |
| Total | | 310 | 45 |

Sumber : Guru BK SMP Negeri 33 Makassar

2. Sampel

Sugiyono (2016 : 118) mengemukakan bahwa’’ sampel adalah bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki populasi tersebut’’. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Apa yang dipelajari dari sampel itu,

kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul *representative* (mewakili). Roscoe (Sekaran, 2006) mengemukakan jumlah sampel minimum untuk penelitian eksperimental sederhana yakni 10-20 subjek. Namun dalam penelitian ini, peneliti juga mengacu pada ukuran jumlah anggota kelompok pada konseling kelompok karena dalam pelaksanaan *treatment* peneliti menggunakan sistem konseling kelompok. Sukardi (2010) menjelaskan bahwa ukuran kelompok yang ideal adalah sekitar 7-15 orang. Oleh karena itu Peneliti, menetapkan ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang pada setiap kelompok penelitian sehingga jumlah keseluruhan sampel pada penelitian berjumlah 20 sampel.

Teknik penarikan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *Proportional Random Sampling*, dimana pengambilan sampel dari jumlah populasi dilakukan secara proporsional dan berimbang terhadap kelas-kelas yang memiliki kurang percaya diri. Jumlah sampel penelitian diambil dari jumlah populasi sebanyak 45 siswa yang terdiri dari 10 kelas yaitu VIIa sampai VIIj dimana masing- masing kelas diambil secara acak siswa sehingga mencukupi jumlah sampel yang telah ditetapkan.

Adapun pembagian kelompok penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 3.3 Penyebaran Siswa yang menjadi Sampel Penelitian

| NO. | Kelas | Jumlah Populasi | Sampel |
|-------|-------|-----------------|------------------------|
| 1. | VIIa | 5 | $(5/45) \times 20 = 2$ |
| 2. | VIIb | 4 | $(4/45) \times 20 = 2$ |
| 3. | VIIc | 4 | $(4/45) \times 20 = 2$ |
| 4. | VIIId | 5 | $(5/45) \times 20 = 2$ |
| 5. | VIIe | 5 | $(5/45) \times 20 = 2$ |
| 6. | VIIIf | 4 | $(4/45) \times 20 = 2$ |
| 7. | VIIg | 5 | $(5/45) \times 20 = 2$ |
| 8. | VIIh | 4 | $(4/45) \times 20 = 2$ |
| 9. | VIIi | 4 | $(4/45) \times 20 = 2$ |
| 10. | VIIj | 5 | $(5/45) \times 20 = 2$ |
| Total | | 45 | 20 |

Sumber : teknik pengambilan sampel *Proportional Random Sampling*

Setelah menentukan jumlah sampel per kelas, maka selanjutnya yaitu dengan membagi sampel menjadi dua kelompok penelitian yaitu kelompok eksperimen yang akan diberikan *treatment* berupa *Assertive Training* dan kelompok control yang tidak diberikan *treatment*. Pembagian sampel pada kelompok penelitian dilakukan secara acak dengan menggunakan lot sehingga didapatkan masing-masing sampel sebanyak 20 dalam kedua kelompok. Kelompok eksperimen sebanyak 10 siswa dan kelompok control sebanyak 10 siswa.

Adapun pembagian kelompok penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3.4 Penyebaran Kelompok Penelitian

| No | Kelompok penelitian | Jumlah sampel |
|---------------|---------------------|---------------|
| 1 | Eksperimen | 10 |
| 2 | Kontrol | 10 |
| Jumlah | | 20 |

Sumber : Pembagian Kelompok Penelitian

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data sangat dibutuhkan dalam penelitian, sebab dapat menentukan keberhasilan suatu penelitian. Kualitas data ditentukan oleh kualitas alat pengumpulan data yang cukup valid. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Skala Kepercayaan Diri

Teknik pengumpulan dalam penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri. Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data kepercayaan diri siswa baik pada *pre-test maupun post-test*. Instrumen yang diberikan kepada responden peneliti dimana angket sifatnya tertutup, karena setiap item pernyataan telah dilengkapi dengan pilihan jawaban, dengan empat pilihan jawaban yaitu Sangat sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak sesuai (TS), Kurang sesuai (KS), dan Sangat tidak sesuai (STS). Untuk kepentingan analisis data, maka skala penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala Likert dengan rentang 1 sampai 5.

Tabel 3.5 Pembobotan Angket Penelitian

| Pilihan jawaban | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
|---------------------------|------------------|--------------------|
| Sangat Sesuai (SS) | 5 | 1 |
| Tidak Sesuai (TS) | 4 | 2 |
| Sesuai (S) | 3 | 3 |
| Kurang Sesuai (KS) | 2 | 4 |
| Sangat tidak sesuai (STS) | 1 | 5 |

Sumber : Sugiyono, (2017)

Sebelum skala digunakan dalam penelitian lapangan, skala terlebih dahulu diuji coba lapangan untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya.

a. Uji Validitas

Uji Validitas skala dilakukan dengan menggunakan pengolahan komputer program SPSS 22 *for windows*. Batas penerimaan syarat nilai r yang diperoleh < (lebih kecil atau kurang) dari 0,30. Seperti yang dikatakan oleh Sugiyono (2017 : 179) bahwa bila harga korelasi dibawah 0,30 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut tidak valid, sehingga harus diperbaiki atau dibuang.

Berdasarkan hasil pengujian dengan menggunakan SPSS 22,00 diperoleh item yang tidak valid sebanyak lima item. Adapun item-item yang tidak valid dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.6 Tabel Uji Validitas

| No. item | Nilai r | Nilai $(r_{11}(\alpha))$ | Keterangan |
|----------|-----------|--------------------------|-------------|
| 7 | 0,221 | 0,3 | Tidak Valid |
| 14 | 0,222 | 0,3 | Tidak Valid |
| 18 | 0,216 | 0,3 | Tidak Valid |
| 23 | 0,218 | 0,3 | Tidak Valid |
| 28 | 0,261 | 0,3 | Tidak Valid |

Sumber : SPSS 20,00 *From Windows*

Item-item yang tidak valid tersebut digugurkan sehingga jumlah dari total 35 item tersisa 30 item yang dijadikan sebagai butir kuesioner penelitian karena nilai yang diperoleh berada di bawah 0,3.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berarti dapat di percaya. Suatu tes dapat di percaya apabila yang diberikan menunjukkan hasil yang konstan atau tetap, hal ini berarti meskipun seorang responden diberikan tes lebih dari sekali tetap tidak menunjukkan adanya perubahan. (Siregar : 175) menjelaskan bahwa'' suatu instrument dinyatakan reliable bila koefisien realibilitas minimal 0,6''. Menurut

Sugiyono (2017) menunjukkan uji reliabilitas dengan menggunakan bantuan pengolahan komputer program SPSS 22,00. Jika diinterpretasikan nilai koefisien reliabilitas tes (r) menggunakan kategori sebagai berikut :

$0,80 < r \leq 1,00$: Reliabilitas Sangat Kuat

$0,60 < r \leq 0,799$: Reliabilitas Kuat

$0,40 < r \leq 0,599$: Reliabilitas Sedang

$0,20 < r \leq 0,399$: Reliabilitas Rendah

$r \leq 0,20$: Reliabilitas Sangat Rendah

Adapun nilai realibilitas *cronbach alpha* yang diperoleh mellaui SPSS 22,00 Dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 3.7 Tabel Uji Reliabilitas

| Cronbach's Alpha | Cronbach's Alpha Based on Standardized Items | N of Items |
|------------------|--|------------|
| .852 | .849 | 35 |

Sumber : SPSS 22,00 From Windows

Berdasarkan uji SPSS 22,00 diperoleh nilai Crombach alpha sebesar 0,852 yang jika diinterpretasikan berada pada rentang $< r \leq 1,00$. Hasil tersebut menunjukkan realibilitas sangat kuat.

1. Observasi

Sugiyono (2016:310) mengemukakan bahwa'' observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari berbagai proses biologis dan psikologis''. Teknik observasi ini digunakan untuk mencatat reaksi-reaksi dan perubahan selama mengikuti pelaksanaan *Assertive Training* melalui pengamatan secara langsung terhadap subjek penelitian. Adapun aspek-aspek

yang di observasi yaitu partisipasi, inisiatif, perhatian dan toleransi. Cara penggunaannya dengan memberikan tanda centang (√) pada setiap aspek yang muncul. Adapun kriterianya ditentukan oleh penerliti berdasarkan presentase kemunculan setiap aspek pada setiap kali pertemuan latihan dengan menggunakan rumus presentase sebagai berikut:

$$\text{Analisis Individual} = \frac{nm}{N} \times 100 \%$$

nm : Jumlah item yang tercetak pada satu siswa

N : Jumlah item dari seluruh aspek yang di observasi

P : jumlah siswa

(Abimanyu, 1983 : 26)

Kriteria untuk penentuan hasil observasi dibuat berdasarkan hasil analisis persentase individual dan kelompok yaitu nilai tertinggi 100% dan terendah 0 % sehingga diperoleh kriteria sebagai berikut :

Tabel 3.8 Kriteria Penentuan Hasil Observasi

| Persentase | Kategori |
|------------|---------------|
| 80%-100% | Sangat tinggi |
| 60%-79% | Tinggi |
| 40%-59% | Sedang |
| 20%-39% | Rendah |
| 0%-19% | Sangat rendah |

Sumber : Kadir (2016).

F. Teknik Analisis Data

Analisis data penelitian yang dimaksudkan untuk menganalisis data hasil tes penelitian berkaitan dengan tingkat kemampuan kepercayaan diri siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan

analisis statistik inferensial dengan *t-test* untuk pengujian hipotesis. Analisis data deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan kelompok penelitian. Siregar (2016) menjelaskan bahwa analisis statistik deskriptif dilakukan untuk pengujian hipotesis deskriptif. Hasilnya untuk melihat apakah hipotesis dapat digeneralisasikan atau tidak.

1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk menggambarkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar sebelum dan sesudah penerapan *Assertive Training*, atau hasil *pre-test* dan *post-test* dan juga kelompok kontrol dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan presentase dengan rumus presentase sebagai berikut :

$$B = \frac{F}{TFi} \times 100\% \quad (\text{Siregar, 2016: 14}).$$

Dimana :

B : Presentase

F : Frekuensi yang dicari presentasinya

i : Total Frekuensi (Jumlah subyek/sampel).

Guna untuk memperoleh gambaran umum mengenai kepercayaan diri siswa kelas VII SMP Negeri 33 Makassar sebelum dan sesudah perlakuan dengan Teknik *Assertive Training*, maka dengan keperluan tersebut, dilakukan perhitungan rata-rata skor variable dengan rumus :

$$ME = \sum \frac{Xi}{N} \quad (\text{Siregar, 2016 : 20})$$

Dimana :

Me : Mean (rata-rata)

X_i : Nilai X ke i sampai ke n

N : Banyaknya subyek .

2. Analisis Statistik Inferensial

Analisis Statistik Inferensial digunakan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Hipotesis yang telah diuji dengan statistik parametrik dengan menggunakan t-test. Penggunaan t-test mensyaratkan bahwa data setiap variable yang akan dianalisis harus berdistribusi normal dan homogen. Oleh karena itu dilakukan pengujian normalitas data dan pengujian homogenitas data.

a. Uji Normalitas Data

Untuk menguji normalitas data dilakukan pada *Uji One Sample kolmogorov Smirnov*. Sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut :

H₀: Data distribusi normal

H₁: Data tidak berdistribusi normal

Kriteria yang digunakan yaitu tolak H₀ apabila $\text{sig} > \text{tingkatan } \alpha$ yang telah ditentukan yaitu 0,05.

Tabel 3.9 Uji Normalitas

| Kelompok | Nilai al maksimum | D tabel (0,05) | Keterangan |
|-----------------|--------------------------|-----------------------|-------------------|
| Eksperimen | 0,4168 | | Normal |
| Kontrol | 0,3446 | 0,410 | Normal |

Sumber : Hasil Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan Kolmogorof-Smirnov diketahui nilai al maksimum untuk kelompok eksperimen sebesar 0,4168 yang nilainya lebih kecil dari nilai D tabel yaitu 0,410. Hasil tersebut

menjelaskan bahwa kelompok eksperimen memiliki data yang berdistribusi normal . pada kelompok kontrol nilai a_1 maksimum yang diperoleh 0,3446 yang nilainya lebih kecil dari nilai tabel yaitu 0,410. Hasil tersebut menjelaskan bahwa kelompok kontrol memiliki data yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas Data

Untuk menguji homogenitas data dilakukan *Uji Homogeneity Of Variance*.

Pengujian Homgenitas sebelumnya diajukan hipotesis sebagai berikut :

H_0 : Data Varian Homogen

H_1 : Data tidak Varian Homogen

Kriteria yang digunakan yaitu tolak H_0 apabila $\text{sig} \leq \alpha$ yang telah ditetapkan yaitu 5% atau 0,05 (Irianto,2014)

Tabel 4.0 Uji Homogenitas

| Kelompok | F (max) | F tabel (0,05) | Keterangan |
|------------|---------|----------------|------------|
| Eksperimen | | | |
| Kontrol | 1,1222 | 4,03 | Homogen |

Sumber : Hasil Uji Homogenitas

Berdasarkan hasil Uji Homogenitas data dengan menggunakan *Homogeneity Of Variance* diperoleh F hitung sebesar 1,1222 . Adapun nilai F tabel dengan df 9 yaitu 4,03. Adapun kesimpulannya yaitu menerima H_0 karena F (max) hitung \leq F (max) tabel yang berarti variansi kedua kelompok bersifat homogen.

c. Uji *t*-test

Uji hipotesis dimaksudkan untuk menguji hipotesis penelitian mengenai ada atau tidaknya perubahan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah dibeikan perlakuan dengan menggunakan teknik *Assertive Training* melalui gain skor (nilai selisih) pada kelompok penelitian.

Pengujian t-test menggunakan aplikasi *SPSS 22, 00 For Windows*. Adapun untuk mengetahui tingkat signifikan data penelitian digunakan nilai *Asymp. Sig* dari uji t yaitu tolak H_0 apabila nilai *Asymp. Sig* $< \alpha$ yang telah ditetapkan yaitu derajat kesalahan 5% atau 0,05.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dibahas mengenai hasil penelitian, serta memberikan pembahasan yang lebih mendalam tentang hasil penelitian yang berkaitan dengan teori-teori dan berbagai hasil penelitian yang telah ada. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 33 Makassar untuk mengetahui pengaruh teknik *Assertive Training* terhadap kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Penelitian ini dilakukan secara eksperimen untuk mengetahui sejauh mana tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar.

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Tingkat Kepercayaan diri Siswa di SMP Negeri 33 Makassar.

Gambaran tingkat kepercayaan diri Siswa di SMP Negeri 33 Makassar pada kelompok eksperimen dan kontrol digunakan dengan analisis statistik deskriptif dan inferensial menggunakan uji t. Data hasil penelitian diperoleh melalui pengisian skala kepercayaan diri. Adapaun hasil analisis deskripsi dapat digambarkan dibawah ini.

a. Kepercayaan diri yang rendah kelompok eksperimen

Tingkat kepercayaan diri pada kelompok eksperimen diperoleh berdasarkan hasil *pretest* yang dilaksanakan pada tanggal 17 Juni 2019 dan *posttest* 12 Juli 2019 terhadap 10 siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Berikut ini disajikan data tingkat kepercayaan diri di SMP Negeri 33 Makassar hasil *pretest*

dan *Posttest* yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan presentase dengan berdasarkan data penelitian pada daftar lampiran.

Tabel 4.1 Data Kepercayaan Diri di SMP Negeri 33 Makassar kelompok Eksperimen *pretest* dan *posttest*

| Kategori | Interval | kelompok penelitian | | | |
|---------------|----------|---------------------|-------------|-----------------|-------------|
| | | Eksperimen | | | |
| | | <i>Pretest</i> | | <i>posttest</i> | |
| | | f | % | f | % |
| Sangat tinggi | 126-150 | - | - | 1 | 10 |
| Tinggi | 102-125 | - | - | 7 | 70 |
| Sedang | 78-101 | 2 | 20 | 2 | 20 |
| Rendah | 54-77 | 6 | 60 | 0 | 0 |
| Sangat Rendah | 30-53 | 2 | 10 | 0 | 0 |
| Jumlah | | 10 | 100% | 10 | 100% |

Sumber : Hasil angket kelompok eksperimen

Data di atas menjelaskan bahwa gambaran umum tentang kepercayaan diri di SMP Negeri 33 Makassar untuk kelompok eksperimen. Pada saat *pretest*, tidak ada responden atau 0 persen siswa yang memiliki kepercayaan diri sangat tinggi atau berada pada interval 126-150, begitupun pada kategori tinggi atau berada pada interval 102-125, terdapat 2 (dua) responden atau 20 (dua puluh) pada kategori sedang atau berada pada interval 78-101. Terdapat 6 (enam) responden atau 60 (enam puluh) persen responden yang berada pada kategori rendah atau berada pada interval 54-77. Pada kategori sangat rendah atau berada pada interval 30-53 terdapat 2 (dua) responden atau 10 persen. Rendahnya kepercayaan diri pada siswa ditandai dengan selalu memandang rendah kemampuan dirinya, takut dalam berpendapat, selalu menyendiri, malu saat disuruh tampil di depan kelas, selalu memandang kegagalan, selalu menutup diri, dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Hasil berbeda di dapatkan setelah di berikan perlakuan berupa teknik *Assertive Training*, rendahnya kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan. Tidak ada responden yang berada pada kategori sangat rendah atau interval 30-53 dan kategori rendah atau interval 54-77. Terdapat 2 (dua) responden atau 20 (dua puluh) pada interval 78-101. Terdapat 7 (tujuh) responden atau 70 (tujuh puluh) pada interval 102-125. Sedangkan pada interval 1- 10 terdapat 1 (satu) responden atau 10 (sepuluh) persen. Data ini mengartikan bahwa responden dominan berada pada kategori sedang setelah diberikan perlakuan dengan teknik *Assertive Training*. Data tersebut menunjukkan peningkatan kepercayaan diri siswa seperti berani mengeluarkan pendapatnya sendiri, tidak malu saat ditunjuk tampil di depan kelas, tidak bergantung kepada orang lain, dan berani menghadapi penolakan dari orang lain. Hasil *pretest* dan *posttest* dari kelompok eksperimen dapat dilihat pada lampiran.

Tabel 4.2 Peningkatan Umum Tingkat Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri 33 Makassar.

| Jenis Data | Kelompok | Mean | Interval | Kategori |
|-------------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|
| <i>Pretest</i> | Eksperimen | 64,6 | 54-77 | Rendah |
| <i>Posttest</i> | Eksperimen | 114 | 102-125 | Tinggi |

Sumber: Hasil *pretest* dan *posttest*

Tabel di atas menunjukkan gambaran umum tentang tingkat kepercayaan diri untuk kelompok eksperimen berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* . Setelah melakukan perhitungan rata-rata skor variable diperoleh hasil *pretest* untuk kelompok eksperimen berada dalam kategori Rendah. Setelah pelaksanaan *pretest*, kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa teknik *Assertive Training* sebanyak 7 kali pertemuan dan dilakukan kembali perhitungan rata-rata skor variable diperoleh hasil *posttest* untuk kelompok eksperimen berada dalam

kategori tinggi. Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa penerapan Teknik *Assertive Training* menyebabkan terjadinya perubahan tingkat kepercayaan diri pada kelompok eksperimen sehingga *posttest* menunjukkan penurunan dari kategori rendah menjadi tinggi.

b. Kepercayaan diri yang rendah kelompok kontrol

Tingkat kepercayaan diri pada kelompok kontrol diperoleh berdasarkan hasil *pretest* yang dilaksanakan pada hari Senin tanggal 17 Juni 2019 terhadap 10 siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Berikut ini disajikan data tingkat kepercayaan diri di SMP Negeri 33 Makassar hasil *pretest* dan *posttest* yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan berdasarkan data penelitian pada lampiran.

Tabel 4.3 Data Kepercayaan Diri di SMP Negeri 33 Makassar Kelompok Kontrol *Pretest* dan *Posttest*.

| Kategori | Interval | kelompok penelitian | | | |
|---------------|----------|---------------------|-------------|-----------------|-------------|
| | | Kontrol | | | |
| | | <i>Pretest</i> | | <i>posttest</i> | |
| | | f | % | f | % |
| Sangat tinggi | 126-150 | - | 0 | - | 0 |
| Tinggi | 102-125 | - | 0 | - | 0 |
| Sedang | 78-101 | 2 | 20 | 2 | 20 |
| Rendah | 54-77 | 7 | 70 | 8 | 80 |
| Sangat Rendah | 30-53 | 1 | 10 | - | 0 |
| Jumlah | | 10 | 100% | 10 | 100% |

Sumber : Hasil angket kelompok Kontrol

Hasil penelitian di atas menjelaskan bahwa gambaran umum tingkat kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar untuk kelompok kontrol. Pada saat *pretest*, tidak ada responden atau 0 persen pada kategori sangat tinggi. Terdapat 0 (nol) responden atau 0,0 (nol koma nol) persen berada pada

kategori sangat tinggi atau berada pada interval 126-150. Kemudian, terdapat 2 (dua) responden atau 20 (dua puluh) persen berada pada kategori sedang atau berada pada interval 78-101.terdapat 8 (delapan) responden atau 80 (delapan puluh) persen berada pada kategori rendah pada interval 54-77.

Rendahnya kepercayaan diri pada siswa ditandai dengan selalu memandang rendah kemampuan dirinya, takut dalam berpendapat, selalu menilai dirinya tidak mampu, mudah menyerah pada nasib dan sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan atau penerimaan serta bantuan dari orang lain. Kondisi tersebut menunjukkan perubahan yang tidak berarti pada saat *posttest*. Tidak ada responden atau 0 persen pada kategori sangat tinggi. Terdapat 0 (nol) responden atau 0,0 (nol koma nol) persen berada pada kategori sangat tinggi atau berada pada interval 126-150. Kemudian, terdapat 2 (dua) responden atau 20 (dua puluh) persen berada pada kategori sedang atau berada pada interval 78-101.terdapat 8 (delapan) responden atau 80 (delapan puluh) persen berada pada kategori rendah pada interval 54-77. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang berarti pada rendahnya kepercayaan diri.

Hasil *pretest* dan *posttest* dari kelompok kontrol dapat dilihat pada daftar lampiran

Tabel 4.4 Kecenderungan Umum Rendahnya Kepercayaan Diri

| Jenis Data | Kelompok | Mean | Interval | Kategori |
|-------------------|-----------------|-------------|-----------------|-----------------|
| <i>Pretest</i> | Eksperimen | 67,5 | 54-77 | Rendah |
| <i>Posttest</i> | Eksperimen | 71,9 | 54-77 | Rendah |

Sumber: Hasil *pretest* dan *posttest*

Tabel di atas menunjukkan gambaran umum tingkat kepercayaan diri untuk kelompok kontrol berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*. Setelah pelaksanaan *pretest*, kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan berupa teknik *Assertive Training* melainkan diberikan layanan informasi dan dilakukan kembali perhitungan rata-rata skor variable diperoleh dari hasil *posttest* untuk kelompok kontrol tetap berada dalam kategori rendah.

2. Pelaksanaan konseling kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

Pelaksanaan pemberian teknik *Assertive Training* yang diberikan kepada kelompok eksperimen mulai dari *pretest* sampai pada *posttest* berlangsung selama 8 kali pertemuan (lihat daftar lampiran). Adapun rincian kegiatan sebagai berikut:

a. Persiapan (*planning*)

Adapun hasil yang diperoleh pada kegiatan tahap persiapan yaitu:

- 1) Tersedia lembar *pretest* dan *posttest*
- 2) Tersedia lembar kerja
- 3) Ruang yang digunakan adalah halaman VIIId yang disepakati oleh guru BK di SMP Negeri 33 Makassar.
- 4) Kegiatan dilakukan sesuai dengan waktu yang telah disepakati oleh guru BK SMP Negeri 33 Makassar, yang dimulai pada tanggal 17 Juni 2019 sampai pada tanggal 17 Juli 2019.
- 5) Melakukan pemberian *pretest*, kegiatan dilaksanakan pada tanggal 17 Juni 2019. Peneliti memulai tahap kegiatan dengan memperkenalkan diri dan membangun hubungan yang baik (*rapport*) dengan siswa yang menjadi subjek penelitian. Hal ini dimaksudkan agar siswa tidak bingung dan

mengerti maksud dari kedatangan peneliti. Selanjutnya peneliti menjelaskan dengan rinci maksud dan tujuan peneliti dalam melaksanakan penelitian. Peneliti juga meminta kesediaan siswa untuk mengikuti setiap tahap dalam penelitian ini. Setelah itu, peneliti menjelaskan prosedur pengisian angket dan membagikan angket yang berisi pernyataan yang berkaitan kepercayaan diri siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) kemudian siswa diarahkan untuk mengisi lembar angket sesuai dengan keadaan dirinya.

Hal ini bertujuan untuk mengetahui gambaran awal tingkat kecenderungan kepercayaan diri siswa kedua kelompok sampel yang akan diberikan perlakuan dan yang tidak diberikan perlakuan yang sama. Setelah siswa mengerjakan *pretest* peneliti membuat gulungan kertas sebanyak 20 gulungan, kemudian siswa diminta untuk maju mencabut satu gulungan kertas, kemudian bagi siswa yang mencabut angka ganjil, maka akan dibentuk menjadi kelompok eksperimen sedangkan yang mencabut angka genap maka akan menjadi kelompok kontrol. Sehingga kelompok eksperimen sebanyak 10 siswa dan kelompok kontrol sebanyak 10 siswa.

6) Menata setting untuk kegiatan *Assertive Training* .

- a) Tempat : Ruang Kelas VII D
- b) Perlengkapan :Meja, kursi, *white board*, spidol, bolpoin, penghapus, lembar kerja siswa, Laptop dan Colokan.

b. Pelaksanaan kegiatan

Penelitian ini berlangsung selama kurang lebih 1 bulan dimulai tanggal 17 Juni sampai tanggal 17 Juli 2019. Pada setiap pelaksanaan *Assertive Training* telah dijadwalkan sebelumnya pada pertemuan awal dengan siswa. Selama pelaksanaan teknik *Assertive Training* peneliti sebagai konselor bertindak sebagai fasilitator dalam konseling kelompok. Penelitian ini dilakukan dalam 8 kali pertemuan. Adapun proses penelitiannya dapat diuraikan sebagai berikut. pelaksanaan Setelah peneliti melakukan pertemuan pertama untuk membawa surat rekomendasi ke sekolah dan telah melakukan persiapan, selanjutnya guru wali kelas memperkenalkan peneliti kepada siswa, menjelaskan maksud dan tujuan kedatangan peneliti lalu guru wali kelas mempersilahkan peneliti untuk melaksanakan penelitian setelah melalui proses administrasi yang berlaku di sekolah.

1) Pertemuan Pertama : Tahap Pembentukan dan Peralihan Kelompok

Tahap Rasionalisasi Treatment

Kegiatan *Rasionalisasi Treatment* ini dilaksanakan pada hari Selasa Tanggal 18 Juni 2019. Diharapkan dalam kegiatan ini konseli mampu mengenali dan menganalisa kepercayaan diri rendah yang dialami oleh masing-masing responden.

Sesuai Kontrak dengan kelompok penelitian, kegiatan ini dilaksanakan pada pukul 11.30 WITA bertempat VIID. Kegiatan diawali dengan penyambutan (*attending*) para peserta di depan pintu dan mempersilahkan duduk pada tempat yang sudah disediakan. Konselor menanyakan kondisi para responden hari ini

dalam aktifitasnya sepanjang pagi hingga siang sehingga tercipta hubungan yang hangat.

Agar suasana lebih ceria dan lebih mengakrabkan hubungan, konselor mengajak konseli untuk melakukan *ice breaking*. Game yang diberikan adalah game “tak kenal maka tak sayang” dengan cara memberikan waktu 10 menit kepada anggota kelompok untuk saling memperkenalkan diri. Setelah itu peneliti menunjuk salah satu dari anggota kelompok untuk menyebutkan nama dan asal temannya secara acak. Siswa yang tidak dapat menjawab pertanyaan akan diberi hukuman untuk menghibur anggota kelompok yang lain. Tujuan dari pemberian *ice breaking* ini agar anggota kelompok saling mengenal satu sama lainnya.

Setelah *Ice Breaking* dilaksanakan, konselor menyampaikan tujuan dari pelaksanaan konseling kelompok. Mengingat bahwa setiap peserta memiliki sebuah pemahaman tentang kepercayaan diri yang rendah maka konseli perlu diberikan pemahaman yang jelas mengenai masalah yang sedang dihadapi. Harapannya adalah para responden memahami tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan.

Kegiatan dimulai dari diskusi tentang kepercayaan diri. Konselor meminta kepada masing-masing konseli untuk mengemukakan pendapatnya terkait dengan kepercayaan diri. Masing-masing konseli antusias menyatakan pendapatnya. Ada yang menjelaskan kepercayaan diri secara panjang lebar dan adapula konseli yang menjelaskan sambil malu-malu. Setelah pemahaman tentang kepercayaan diri, konselor kemudian mengemukakan faktor-faktor yang menyebabkan kepercayaan diri yang rendah dapat terjadi pada diri konseli.

Setelah konseli memiliki pemahaman tentang kepercayaan diri yang rendah dan dampaknya terhadap pribadi dan sosial konseli, konselor kemudian menjelaskan tentang upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Upaya yang dimaksud adalah dengan menggunakan teknik *Assertive Training*. Konselor secara singkat menjelaskan langkah-langkah dan prosedur singkat dari pelaksanaan *Assertive Training*.

Selanjutnya, konselor melakukan refleksi dengan memberikan tugas rumah kepada konseli untuk lebih memahami tentang dirinya. Konselor kemudian menyampaikan pada responden jadwal pertemuan selanjutnya, dan kegiatan ini ditutup dengan bersalaman sebagai ucapan terimakasih atas partisipasi dari responden.

Hasil yang diperoleh dari 10 responden pada kelompok penelitian, secara umum mengungkapkan bahwa masalah yang dihadapi yaitu rendahnya kepercayaan diri yang ditandai dengan siswa takut berpendapat, selalu menyendiri, malu saat di suruh tampil di depan kelas, selalu memandang rendah dirinya, dan siswa takut menghadapi penolakan dari orang.

2) Pertemuan Kedua : Tahap Kegiatan

Tahap analisis kebutuhan latihan keasertifan

Kegiatan analisis kebutuhan latihan keasertifan dilaksanakan pada Hari Kamis tanggal 20 Juni 2019. Pada tahap ini, peneliti membuka pertemuan dengan mengucapkan salam, kemudian melaksanakan *ice breaking* tebar hadiah raihlah (THR) untuk mencairkan suasana sebelum kegiatan dilaksanakan. Peneliti kemudian membagikan lembar kuis keasertifan dan terlebih dahulu

peneliti memberikan intruksi kepada siswa untuk mengisi format bioadata terlebih dahulu, kemudian mempersilahkan siswa untuk mengisi kuis keasertifan. Siswa diberikan waktu untuk menjawab selama 5 menit Setelah siswa selesai mengerjakan kuis keasertifan. Peneliti kemudian mengumpulkan kuis keasertifan yang telah diisi.

Hasil yang diperoleh pada tahap pertama yaitu konseli dapat memahami tentang hal-hal perilaku yang berkaitan dengan tingkat keasertifan konseli. Selain itu, konseli juga mengetahui mengenai tingkat sikap agresi dan non asertif.

Tahap mencantumkan bahan informasi

Pada tahap ini, peneliti kembali mengulang kembali pertemuan sebelumnya tentang kuis keasertifan yang telah diisi kemudian mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan yang telah di isi.

Kemudian memberikan informasi kepada setiap siswa hasil dari kuis keasertifan yang telah diisinya. Peneliti juga dapat mengungkapkan perilaku yang diinginkan konseli sehubungan dengan permasalahan yang dihadapi dan harapan-harapan apa saja yang diinginkannya. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi konseli, pada tahap ini peneliti dapat menentukan dan memberitahukan kepada konseli perilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga pada tahap ini konseli sudah mengenali perilaku-perilaku yang tidak menjadi pendukung ketidakasertifannya. Kemudian peneliti menentukan perilaku yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, peneliti

menjelaskan kepada konseli tentang apa yang seharusnya konseli lakukan dan apa yang harus konseli hindari untuk menyelesaikan permasalahannya.

Pada sesi akhir, peneliti memberikan *ice breaking* agar suasana konseling kelompok tidak terlalu tegang yaitu permainan angka-angka. Selanjutnya, peneliti meminta konseli menceritakan pengalamannya mengikuti kegiatan ini. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kesulitan konseli yang menjadi penyebab dari kurangnya kepercayaan diri siswa. Kemudian, peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir peneliti mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya sesuai kesepakatan bersama. Namun, peneliti akan tetap mengawasi siswa dengan cara berkunjung ke sekolah untuk mengetahui proses yang dilakukan siswa.

Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini yaitu konseli dapat mengetahui perilaku apa saja yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga pada tahap ini konseli sudah mengenali perilaku-perilaku yang tidak menjadi pendukung ketidaksertifikannya

Tahap berlatih membangun harga diri

Pada tahap ini, terlebih dahulu peneliti memberikan *ice breaking* “Mata angin duduk” untuk mencairkan suasana sebelum memulai kegiatan. Kemudian pada tahap ini, siswa dilatih untuk membangun harga diri. Harga diri penting agar siswa memahami bahwa dirinya sebagai individu memiliki hak yang sama dengan yang lainnya. Kemudian peneliti membagikan ‘LKS’ Lembar harga diri ‘ sebagai panduan dalam mengukur harga dirinya. Setelah membagikan lembar kerja pada konseli, peneliti menjelaskan tujuan dan petunjuk dari kegiatan yang

akan dilakukan. Pada tahap ini pula, konselor menjelaskan tentang apa yang seharusnya ia lakukan dan ia hindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya tersebut.

Hasil yang diperoleh dari pada kegiatan ini yaitu konseli mampu mengukur sejauh mana harga dirinya dan mampu menganalisis perilaku rendahnya kepercayaan diri.

Tahap berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak

Pada tahap ini peneliti memberikan contoh-contoh yang dapat membantu konseli dalam melakukan penolakan dan berkata tidak. Selanjutnya, peneliti memandu siswa untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan, menurut contoh yang telah diberikan oleh peneliti pada lembar kerja yang telah dibagikan oleh peneliti. Selanjutnya peneliti meminta kepada konseli untuk melakukan sendiri pelatihan asertif secara terus menerus berupa latihan penolakan dan berkata tidak agar apa yang diharapkan dapat tercapai. Selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir peneliti mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya.

Hasil yang diperoleh pada pertemuan ini yaitu konseli mampu mempraktikkan dengan sendiri perilaku asertif dan mampu melakukan penolakan dan berkata tidak.

Tahap Mengerjakan pekerjaan rumah

Pada tahap ini, pertama-tama peneliti memberikan tugas rumah (*Homework Assignment*) kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan perilaku asertif yang dimaksud. Untuk kelancaran dan kesuksesan latihan,

peneliti memberikan tugas kepada konseli untuk berlatih sendiri di rumah ataupun tempat-tempat lain. dan konseli diminta untuk melakukan tugas terstruktur di luar kelompok konseling dengan tujuan agar konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya.

Selanjutnya peneliti meminta konseli menceritakan pengalamannya selama mengikuti kegiatan, hal ini bertujuan untuk mengetahui perasaan konseli setelah mengikuti mengikuti treatment *Assertive Training*. Selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya seperti mampu berkata tidak dan menolak permintaan orang lain.

Tahap membahas hasil pekerjaan rumah

Pada tahap ini, peneliti pertama-tama membangun *rapport* dengan siswa kemudian mengajak siswa untuk membahas hasil PR yang dilakukan melalui *group focus discussion* (FGD) . Selanjutnya, peneliti meminta kepada siswa untuk menceritakan kembali hasil yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya. Konselor juga memberikan penguatan-penguatan kepada konseli seperti memberikan pujian kepada konseli seperti “ sudah bagus terus tingkatkan” atau dengan memberikan hadiah kepada konseli. Penguatan dibutuhkan untuk meyakinkan bahwa konseli harus dapat bersikap tegas terhadap permintaan orang lain padanya, sehingga orang lain tidak memanfaatkan kita secara bebas.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli mampu bersikap tegas terhadap permintaan orang lain, sehingga orang lain tidak memanfaatkan dirinya secara bebas.

Tahap Mengakhiri pekerjaan terminasi

Sebelum memulai kegiatan peneliti membuka pertemuan dengan mengucapkan salam pembuka dan membangun rapport. Kegiatan ini, merupakan penutup dari rangkaian seluruh kegiatan. Peneliti mengajak siswa merefleksikan pengalaman-pengalaman siswa selama mengikuti proses konseling. Pada tahap ini dilakukan evaluasi diri sebagai unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap aseertifnya. Selanjutnya peneliti menutup kegiatan dengan mengucapkan terima kasih atas partisipasi konseli selama mengikuti kegiatan.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli sudah mampu mengimplementasikan sikap asertifnya dalam kehidupan sehari-harinya sehingga konseli dengan mudah melakukan penolakan terhadap permintaan orang lain dalam kehidupan sehari-hari.

3) Pertemuan Ketiga: Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2019 Peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu mengetahui perkembangan kepercayaan diri dan melakukan penyegaran kembali mengenai kegiatan sebelumnya.

Selanjutnya, konselor melakukan kegiatan dengan melakukan diskusi kelompok dengan prosedur: (1) meminta peserta aktif untuk mengambil tempat

duduk di depan tempat duduk kelompok pendengar, dengan formasi tempat duduk yang melingkar, (2) mengajukan pertanyaan berantai (*snow bowl*) kepada setiap peserta diskusi kelompok dengan mengenai perkembangan kepercayaan diri dalam pergaulan sehari-hari. Lima menit menjelang batas waktu (60 menit) diskusi kelompok berakhir, konselor melakukan terminasi dengan cara: (1) mengemukakan rangkuman pengamatan terhadap kegiatan diskusi kelompok (2) mengajak semua konseli untuk mengikuti kegiatan terminasi *Assertive Training*, yang diadakan sesudah kegiatan terminasi diskusi kelompok.

Pada pertemuan ini, hasil yang diperoleh yaitu konseli mampu menguraikan dengan rinci bentuk perubahan tingkah laku yang telah dialaminya. Perubahan tersebut berkaitan dengan meningkatnya kepercayaan diri yang ditunjukkan oleh konseli dalam kehidupan sehari-harinya. Hasil yang diperoleh tersebut berasal dari keaktifan konseli dalam melaksanakan diskusi.

c. Terminasi

Pada tahap ini dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 12 Juli 2019. Pada pertemuan ini peneliti membagikan angket (*posttest*) yang berisi pernyataan indikator kepercayaan diri. Pada pertemuan ini terlebih dahulu peneliti menjelaskan petunjuk pengisian skala kepercayaan diri sebagaimana pada pertemuan pertama, dan mempersilahkan siswa untuk mengisinya. Setelah diisi oleh responden, peneliti mengumpulkan skala kepercayaan diri. Setelah itu, peneliti berterima kasih kepada siswa atas partisipasi dan kesungguhannya dalam mengisi skala dan mengajak siswa untuk menyampaikan kesan dan pesan selama ikut berpartisipasi dalam melaksanakan kegiatan *Assertive*

Training dengan penuh semangat dan bersungguh-sungguh selama 7 kali pertemuan.

Kegiatan selanjutnya peneliti meminta maaf apabila selama pelaksanaan kegiatan dilaksanakan ada kata-kata atau perbuatan peneliti yang tidak berkenan di hati siswa sekaligus mengucapkan banyak terima kasih karena telah bersedia mengikuti semua rangkaian kegiatan. Selanjutnya hasil observasi yang dilaksanakan pada saat pelaksanaan *Assertive Training* sebanyak tujuh kali pertemuan diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 4.5 Data tingkat partisipasi siswa mengikuti kegiatan Teknik *Assertive Training*

| Persentase | Kriteria | Pertemuan | | | | | | |
|---------------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | I | II | III | IV | V | VI | VII |
| 80%-100% | Sangat Tinggi | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 60%-79% | Tinggi | - | - | - | - | - | - | - |
| 40%-59% | Sedang | - | - | - | - | - | - | - |
| 20%-39% | Rendah | - | - | - | - | - | - | - |
| 0%-39% | Sangat Rendah | - | - | - | - | - | - | - |
| Jumlah | | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 10 | | | | | | | | |

Sumber: Hasil Observasi

Berdasarkan Hasil observasi yang dilakukan selama tujuh kali pertemuan dapat disimpulkan bahwa tingkat partisipasi siswa selama mengikuti kegiatan pelaksanaan teknik *Assertive Training* berada pada kategori sangat tinggi.

3. Penerapan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di SMP Negeri 33 Makassar.

Penerapan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar dilakukan dengan pengujian hipotesis melalui uji t. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dimaksudkan untuk

menguji hipotesis penelitian yaitu teknik *Assertive Training* meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Sebelum mengetahui pengaruh tersebut maka harus diubah hipotesisnya menjadi nihil (H_0) yaitu : “ Teknik *Assertive Training* tidak dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar”. Adapun kriteria pengujiannya adalah tolak H_0 jika nilai $\text{sig} \leq 0,05$.

Berikut disajikan data singkat kepercayaan diri pada saat *pretest* dan *posttest* sebagai berikut :

Tabel 4.6 Uji Hipotesis Menggunakan Uji t

| Kelompok Penelitian | Rata- rata (<i>Mean</i>) | | | t | Sig | Keterangan |
|---------------------|----------------------------|-----------------|-------------------|-------|------|------------|
| | <i>Pretest</i> | <i>posttest</i> | <i>Gain Score</i> | | | |
| E | 64,6 | 11,4 | 49,4 | 6,225 | ,000 | Ho ditolak |
| K | 67,5 | 71,9 | 4,4 | | | |

Sumber: Hasil Pengolahan SPSS 22 *for windows*

Nilai gain score pada kelompok kontrol diperoleh nilai rata-rata sebesar 71,9 dan nilai gain score pada kelompok eksperimen sebesar 11,4 . Pengelolaan data dengan menggunakan SPSS 22,00 For Windows (Uji t-test) diperoleh nilai Sig (2-Tailed)=0,000 dengan taraf signifikan sebesar 5% atau 0,05..

Berdasarkan data hasil analisis t-test seperti yang tertulis pada tabel 4.6 uji hipotesis menggunakan uji t diperoleh nilai signifikan (0,000) yang berarti $< \alpha$ (0,05) sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian berarti hipotesis yang menyatakan tidak ada perbedaan gain skor kelompok kontrol dan eksperimen dinyatakan ditolak. Oleh karena perbedaan tersebut menunjukkan bahwa skor kepercayaan diri kelompok eksperimen lebih tinggi dari kepercayaan diri pada

kelompok kontrol. Dengan demikian, menunjukkan bahwa teknik *Assertive Training* signifikan meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar secara signifikan. Artinya, jika diberikan perlakuan berupa teknik *Assertive Training* maka rendahnya kepercayaan diri akan meningkat.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Hakim (2005) mengatakan bahwa orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Adapun Lauster (2012) mengatakan bahwa Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal lebih kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Memiliki percaya diri yang tinggi dalam diri siswa dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar lebih baik lagi. Dengan begitu akan terjadi proses perubahan dalam diri siswa bukan hanya pada hasil belajar tetapi juga pada perilaku dan sikap siswa, yaitu keberanian, keaktifan, dan aktualisasi diri siswa saat proses belajar mengajar. Orang yang memiliki kepercayaan diri yang

bagus, mereka memiliki perasaan positif terhadap dirinya, punya keyakinan kuat ada dirinya dan punya pengetahuan akurat terhadap kemampuan yang dimiliki. Orang yang punya kepercayaan diri yang bagus bukanlah orang yang hanya merasa mampu (tetapi sebetulnya tidak mampu) melainkan adalah orang mengetahui bahwa dirinya mampu berdasarkan pengalaman dan perhitungannya.

Gejala kurang percaya diri tersebut muncul ketika dia berbicara memulai pembicaraan dengan orang yang baru dia kenal, mudah cemas dan sering salah ucap ketika berbicara. Sikap siswa yang menunjukkan rasa kurang percaya diri antara lain, selalu dihindangi dengan rasa keragu-raguan, mudah cemas, cenderung menyendiri, tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki, tidak berani tampil di muka umum, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat dan gejala kejiwaan lainnya yang menghambat siswa untuk melakukan perbuatan.

Bagian ini memaparkan hasil penelitian berdasarkan deskripsi variable, dan pengujian hipotesis. Pembahasan hasil penelitian ini dikembangkan dari temuan-temuan penelitian yang selanjutnya dihubungkan dengan pokok yang dituangkan dalam latar belakang masalah disertai dengan landasan teori yang relevan.

1. Gambaran kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar

Setiap individu memiliki cara masing-masing dalam proses menyesuaikan diri di lingkungan baru. Akan tetapi, ada juga individu yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Individu yang tidak dapat menyesuaikan diri salah satunya diakibatkan oleh kurangnya kepercayaan diri. Hal ini dilihat saat mereka berada pada suatu kondisi dan situasi tertentu. Salah

satu contoh apabila seorang remaja dihadapkan pada komunitas baru(masuk pada lingkungan baru). Gejala kurang percaya diri tersebut muncul ketika dia berbicara atau memulai pembicaraan dengan orang yang baru dia kenal, mudah cemas dan sering salah ucap ketika berbicara.

Sikap siswa yang menunjukkan rasa kurang percaya diri antara lain, selalu dihindangi dengan rasa keragu-raguan, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif mudah patah semangat, dan tidak berani tampil di depan orang banyak dan gejala kejiwaan lainnya yang nantinya akan menghambat siswa untuk berbuat sesuatu. Upaya peningkatan kepercayaan diri pada siswa didasarkan pada asumsi bahwa siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah memiliki perasaan negative terhadap dirinya, memiliki keyakinan lemah terhadap kemampuan dirinya dan pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya.

Ketika ini dikaitkan dengan praktek hidup sehari-hari, orang yang memiliki kepercayaan rendah atau telah kehilangan kepercayaan cenderung merasa atau bersikap sebagai berikut, yaitu tidak memiliki suatu (keinginan, tujuan,target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh tidak memiliki keputusan melangkah dengan pasti, mudah frustrasi atau menyerah ketika menghadapi masalah atau kesulitan, kurang termotivasi untuk maju , malas-malasan atau setengah-setengah, sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal).

Canggung dalam menghadapi orang, tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan, sering

memiliki harapan yang tidak realistis, tidak perfeksionis, terlalu sensitif (perasa).Oleh karena itu, perlu diperlukan suatu solusi penanganan dengan menyadarkan individu untuk menemukan makna hidupnya sebagai makhluk yang butuh proses interaksi dilingkungannya. Siswa perlu menunjukkan rasa percaya diri, jadi orang yang periang, bersosialisasi dengan baik, dan mampu berkomunikasi dengan baik.

Hasil *pretest* di SMP Negeri 33 Makassar menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada kategori rendah. Rendahnya kepercayaan diri siswa ditandai seperti siswa takut berpendapat, selalu menyendiri, malu saat di suruh tampil di depan kelas, jika di berikan pertanyaan oleh guru siswa hanya diam saja dan tidak ada respon dan siswa merasa minder, selalu memandang kegagalan, cenderung menutup diri dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Hasil *pretest* tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakim (2005) yang menunjukkan dirinya tidak memiliki kepercayaan diri yaitu didalam berbuat sesuatu, terutama dalam melakukan suatu pekerjaan penting dan penuh tantangan selalu dihindangi rasa ragu-ragu, mudah cemas, tidak yakin, cenderung menghindari, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, tidak berani tampil didepan orang banyak dan gejala kejiwaan lainnya yang menghambat untuk melakukan sesuatu. Perasaan minder, malu, sungkan, dan lain-lain menjadi hambatan bagi siswa. Rasa rendah diri menjadi penghalang bagi siswa-siswi karena takut ataupun malu yang selalu membuat mereka berpikiran negatif terhadap diri sendiri.

Setelah penerapan Teknik *Assertive Training* dilaksanakan , peneliti melakukan *posttest* . Hasil yang diperoleh pada kelompok eksperimen yaitu kepercayaan diri yang tadinya rendah berubah ke tinggi. Peningkatan ini disebabkan karena *Assertive Training* telah mengajarkan individu atau memberikan keterampilan baru dalam berbicara dengan orang lain atau berkomunikasi dengan orang lain, agar mereka memahami cara untuk berperilaku tegas, mengekspresikan perasaan secara positif, dapat mendengarkan dengan baik, berani mengambil resiko, tahu bagaimana berkata ‘’ tidak’’ tahu bagaimana memberi umpan balik yang positif dan tahu apa yang diinginkan.

Gunarsa (2012) *Assertive Training* memfokuskan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya”. Latihan *assertive* adalah “ suatu teknik yang memungkinkan seseorang belajar untuk menyatakan tingkah laku yang efektif dan pantas yang sebelumnya malu-malu, karena kegelisahan atau kesalahan dalam mempelajari sesuatu. Bertambahnya jumlah responden pada kategori rendah pada saat *posttest* dikarenakan menurunnya jumlah responden sebelum perlakuan (*pretest*) yang umumnya berada pada kategori tinggi.

Hasil yang berbeda terjadi pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan yaitu teknik *Assertive Training*. Pada saat *pretest* tingkat kepercayaan diri berada pada kategori rendah yang ditandai dengan tidak percaya akan kemampuan dirinya sendiri, ragu-ragu dalam mengambil keputusan, mudah cemas, tidak yakin dengan pendapatnya, cenderung menghindar, tidak punya inisiatif, mudah patah semangat, dan tidak berani tampil didepan orang banyak.

Pada saat *posttest*, tidak menunjukkan perubahan atau penurunan yang berarti, walaupun terdapat sebagian kecil responden yang mengalami perubahan nilai berdasarkan hasil kuesioner yang diberikan. Konseli tetap berada pada kategori rendah.

Analisis data peneliti pada kelompok kontrol ditemukan bahwa perubahan hasil kuesioner ini terjadi karena beberapa faktor. Faktor pertama adalah peneliti kurang menyadari pentingnya menjaga ketaatan penelitian selama dalam proses perlakuan. Interaksi dan komunikasi antara anggota kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diluar waktu perlakuan membuka ruang untuk saling berbagi informasi dan pengalaman. Faktor kedua adalah ada responden kelompok kontrol yang dalam masa perlakuan *Assertive Training* dan telah mempengaruhi hasil *posttest*.

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri siswa SMP Negeri 33 pada kelompok eksperimen sebelum diberi perlakuan (*pretest*) berada pada kategori rendah, tetapi setelah diberikan perlakuan (*posttest*) berupa teknik *Assertive Training* meningkat ke kategori tinggi. Sedangkan pada kelompok kontrol, pada saat *pretest* berada pada kategori rendah dan pada saat *posttest* tetap berada pada kategori rendah.

2. Pelaksanaan Teknik *Assertive Training*

Setelah diadakan pengukuran awal mengenai kepercayaan diri siswa, peneliti memberikan *treatment* atau metode yang dianggap mampu mengurangi rendahnya kepercayaan diri siswa kelas VII di SMP Negeri 33 Makassar. Siswa yang rendah kepercayaan dirinya.

Assertive Training merupakan rangkuman yang sistematis dari keterampilan, peraturan dan konsep atau sikap yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan perasaan, pikiran, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh percaya diri dan kejujuran sehingga dapat berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. *Assertive Training* merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan behavior yang digunakan untuk mengembangkan sikap assertive pada klien Corey (2009: 87) menyatakan bahwa “ asumsi dasar dari *Assertive Training* adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut”.

Prosedur pelaksanaan Teknik *Assertive Training* yang diterapkan di SMP Negeri 33 Makassar dilakukan dalam 7 tahapan yang tetap merujuk pada tahapan pelaksanaan *Assertive Training* Mahmud (2014) Adapun kegiatan itu yaitu analisis kebutuhan latihan keasertifan, mencantumkan bahan informasi, berlatih membangun harga diri, berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak, mengerjakan pekerjaan rumah, membahas hasil pekerjaan rumah dan mengakhiri pekerjaan terminasi.

Kegiatan yang pertama yaitu analisis kebutuhan latihan keasertifan dilaksanakan pada Hari Kamis tanggal 20 Juni 2019. Pada tahap ini, peneliti membuka pertemuan dengan mengucapkan salam , kemudian melaksanakan *ice breaking* tebar hadiah raihlah (THR) untuk mencairkan suasana sebelum kegiatan dilaksanakan. Peneliti kemudian membagikan lembar kuis keasertifan dan

terlebih dahulu peneliti memberikan intruksi kepada siswa untuk mengisi format bioadata terlebih dahulu, kemudian mempersilahkan siswa untuk mengisi kuis keasertifan. Siswa diberikan waktu untuk menjawab selama 5 menit Setelah siswa selesai mengerjakan kuis keasertifan. Peneliti kemudian mengumpulkan kuis keasertifan yang telah diisi.

Hasil yang diperoleh pada tahap pertama yaitu konseli dapat memahami tentang hal-hal perilaku yang berkaitan dengan tingkat keasertifan konseli. Selain itu, konseli juga mengetahui mengenai tingkat sikap agresi dan non asertif.

Kegiatan kedua yaitu mencantumkan bahan informasi. Pada tahap ini, peneliti kembali mengulang kembali pertemuan sebelumnya tentang kuis keasertifan yang telah diisi kemudian mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan yang telah di isi.

Kemudian memberikan informasi kepada setiap siswa hasil dari kuis keasertifan yang telah diisinya. Peneliti juga dapat mengungkapkan perilaku yang diinginkan konseli sehubungan dengan permasalahan yang dihadapi dan harapan-harapan apa saja yang diinginkannya. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi konseli, pada tahap ini peneliti dapat menentukan dan memberitahukan kepada konseli perilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga pada tahap ini konseli sudah mengenali perilaku-perilaku yang tidak menjadi pendukung ketidakasertifannya.

Kemudian peneliti menentukan perilaku yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, peneliti menjelaskan kepada konseli tentang apa yang seharusnya konseli lakukan dan apa yang harus konseli hindari untuk menyelesaikan

permasalahannya. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini yaitu konseli dapat mengetahui perilaku apa saja yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga pada tahap ini konseli sudah mengenali perilaku-perilaku yang tidak menjadi pendukung ketidaksertifannya

Kegiatan selanjutnya yaitu tahap berlatih membangun harga diri. Pada tahap ini, siswa dilatih untuk membangun harga diri. Harga diri penting agar siswa memahami bahwa dirinya sebagai individu memiliki hak yang sama dengan yang lainnya. Kemudian peneliti membagikan 'LKS' Lembar harga diri " sebagai panduan dalam mengukur harga dirinya. Setelah membagikan lembar kerja pada konseli, peneliti menjelaskan tujuan dan petunjuk dari kegiatan yang akan dilakukan. Pada tahap ini pula, konselor menjelaskan tentang apa yang seharusnya ia lakukan dan ia hindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya tersebut.

Hasil yang diperoleh dari pada kegiatan ini yaitu konseli mampu mengukur sejauh mana harga dirinya dan mampu menganalisis perilaku rendahnya kepercayaan diri.

Kegiatan selanjutnya yaitu Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak. Pada tahap ini peneliti memberikan contoh-contoh yang dapat membantu konseli dalam melakukan penolakan dan berkata tidak. Selanjutnya, peneliti memandu siswa untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan, menurut contoh yang telah diberikan oleh peneliti pada lembar kerja yang telah dibagikan oleh peneliti. Selanjutnya peneliti meminta kepada konseli untuk melakukan sendiri pelatihan asertif secara terus menerus berupa latihan

penolakan dan berkata tidak agar apa yang diharapkan dapat tercapai. Selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir peneliti mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya.

Hasil yang diperoleh pada pertemuan ini yaitu konseli mampu mempraktikkan dengan sendiri perilaku asertif dan mampu melakukan penolakan dan berkata tidak.

Pada tahap selanjutnya yaitu Mengerjakan pekerjaan rumah. Pada tahap ini, pertama-tama peneliti memberikan tugas rumah (*Homework Assignment*) kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan perilaku asertif yang dimaksud. Untuk kelancaran dan kesuksesan latihan, peneliti memberikan tugas kepada konseli untuk berlatih sendiri di rumah ataupun tempat-tempat lain. dan konseli diminta untuk melakukan tugas terstruktur di luar kelompok konseling dengan tujuan agar konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya.

Selanjutnya peneliti meminta konseli menceritakan pengalamannya selama mengikuti kegiatan, hal ini bertujuan untuk mengetahui perasaan konseli setelah mengikuti mengikuti treatment *Assertive Training*. Selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya seperti mampu berkata tidak dan menolak permintaan orang lain.

Tahap ke enam yaitu membahas hasil pekerjaan rumah. Pada tahap ini, peneliti mengajak siswa untuk membahas hasil PR yang dilakukan melalui *group focus discussion* (FGD). Pada tahap ini peneliti meminta kepada siswa untuk menceritakan kembali hasil yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya. Konselor juga memberikan penguatan-penguatan kepada konseli seperti memberikan pujian kepada konseli seperti “ sudah bagus terus tingkatkan” atau dengan memberikan hadiah kepada konseli. Penguatan dibutuhkan untuk meyakinkan bahwa konseli harus dapat bersikap tegas terhadap permintaan orang lain spadanya, sehingga orang lain tidak memanfaatkan kita secara bebas.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli mampu bersikap tegas terhadap permintaan orang lain, sehingga orang lain tidak memanfaatkan dirinya secara bebas.

Tahapan yang terakhir yaitu Mengakhiri pekerjaan terminasi. Kegiatan ini, merupakan penutup dari rangkaian seluruh kegiatan. Peneliti mengajak siswa merefleksikan pengalaman-pengalaman siswa selama mengikuti proses konseling. Pada tahap ini dilakukan evaluasi diri sebagai unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap aseertifnya. Selanjutnya peneliti menutup kegiatan dengan mengucapkan terima kasih atas partisipasi konseli selama mengikuti kegiatan.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli sudah mampu mengimplementasikan sikap asertifnya dalam kehidupan sehari-harinya

sehingga konseli dengan mudah melakukan penolakan terhadap permintaan orang lain dalam kehidupan sehari-hari.

Kemudian dalam penerapan teknik *Assertive Training* ini, peneliti dibantu oleh guru pembimbing untuk mengobservasi setiap siswa yang telah memperoleh latihan/perlakuan teknik *Assertive Training*, kemudian mencatat atau memberi tanda cek pada pedoman observasi aspek-aspek yang muncul pada setiap siswa dalam proses pelaksanaan teknik *Assertive Training*. Berdasarkan penelesuran data yang diperoleh melalui observasi, setelah diberikan teknik *Assertive Training* terjadi peningkatan kepercayaan diri. Hal ini dilihat pada hasil analisis persentase individual dari 10 responden pada kelompok penelitian yang mengikuti kegiatan teknik *Assertive Training*. Pada pertemuan pertama, kedua, ketiga, keempat, kelima, keenam, ketujuh dan kedelapan secara umum partisipasi siswa berada pada kategori sangat tinggi. Perilaku-perilaku yang ditampakkan oleh siswa yang teramati dari delapan kali pertemuan menunjukkan bahwa siswa terlihat secara aktif dalam proses penerapan teknik *Assertive Training*.

Sementara itu, pada kelompok kontrol, responden tidak diberikan treatment berupa teknik *Assertive Training*. Namun, dalam prosesnya, kelompok kontrol diajak untuk berdiskusi pada awal pertemuan mengenai kepercayaan diri yang dimilikinya. Diskusi tersebut bermaterikan tentang cara menumbuhkan percaya diri. Pada kelompok kontrol, diskusi tersebut hanya dilakukan sebanyak satu kali sehingga kelompok yang tidak diberikan perlakuan dengan teknik *Assertive Training* tidak menunjukkan perubahan atau peningkatan yang berarti,

walaupun terdapat sebagian kecil responden yang mengalami perubahan berdasarkan hasil kuesioner.

3. Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri 33 Makassar

Analisis data menunjukkan adanya penurunan kategori pada kelompok yang diberikan perlakuan yaitu kelompok eksperimen dari kategori rendah ke kategori tinggi. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan kategori atau dalam artian tetap.

Hakim (2005) rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Jadi orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Kepercayaan diri sangat perlu dimiliki oleh semua siswa di sekolah, karena rendahnya kepercayaan diri yang dimiliki akan dapat menyebabkan hubungan siswa dengan sesamanya dan para guru dan personil sekolah tidak berjalan dengan optimal. Di samping itu, Menurut Lauster (2012: 4) menyatakan bahwa :

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal lebih kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Pada pengukuran awal (*pretest*) mengenai kepercayaan diri siswa SMP Negeri 33 Makassar menunjukkan hasil yang sama pada setiap kelompok yaitu berada pada kategori rendah. Rendahnya kepercayaan diri pada kelompok

penelitian ditunjukkan dengan perilaku seperti siswa takut berpendapat, selalu menyendiri, malu saat di suruh tampil di depan kelas, jika di berikan pertanyaan oleh guru siswa hanya diam saja dan tidak ada respon dan siswa merasa minder, selalu memandangi kegagalan, cenderung menutup diri dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Rendahnya kepercayaan diri siswa sejalan dengan pendapat Lauster (Munawir,2017) yang menyatakan bahwa setiap manusia memiliki kepercayaan diri yang berbeda-beda serta dengan ciri yang berbeda pula. Lauster menjelaskan adanya tiga tingkatan kepercayaan diri, yaitu tingkatan rendah, sedang dan tinggi. Yaitu kepercayaan diri rendah, individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah cenderung merasa tidak bebas tidak enak,cemas, dan tidak nyaman, bila mengatasi problema dalam hidupnya, individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tergolong sedang akan cenderung ragu-ragu,khawatir tentang kesan yang timbul pada diri orang lain dan memiliki rasa rendah diri, dan individu yang mempunyai kepercayaan diri tinggi dengan bekerja efektif, mampu melaksanakan tugas-tugas dengan baik, bertanggung jawab dan merencanakan masa depannya sendiri. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah memiliki perasaan negative terhadap dirinya, memiliki keyakinan yang lemah terhadap kemampuan dirinya dan pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya.

Ketika ini dikaitkan dengan praktek hidup sehari-hari, orang yang memiliki kepercayaan rendah atau telah kehilangan kepercayaan cenderung merasa atau bersikap sebagai berikut, yaitu tidak memiliki suatu (keinginan,

tujuan,target) yang diperjuangkan secara sungguh-sungguh tidak memiliki keputusan melangkah dengan pasti,mudah frustrasi atau menyerah ketika menghadapi masalah atau kesulitan, kurang termotivasi untuk maju,malas-malasan atau setengah-setengah,sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal), canggung dalam menghadapi orang, tidak bisa mendemonstrasikan kemandirian berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan, sering memiliki harapan yang tidak realistis, terlalu perfeksionis, terlalu sensitif (perasa).

Oleh karena itu, diperlukan solusi penanganan dengan menyadarkan individu untuk menemukan makna hidupnya sebagai makhluk yang butuh proses interaksi di lingkungannya. Siswa perlu menunjukkan rasa percaya diri, jadi orang periang, bersosialisasi dengan baik, dan mampu berkomunikasi dengan baik.

Assertive Training merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan behavior yang digunakan untuk mengembangkan sikap assertive pada klien Corey (2009: 87) menyatakan bahwa “ asumsi dasar dari *Assertive Training* adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaannya,pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut”.

Latihan asertif diharapkan agar mampu membuat siswa bersikap tegas, dapat memahami perasaannya, serta siswa tidak perlu takut ataupun cemas lagi untuk berkomunikasi maupun berinteraksi dengan teman sepergaulannya. Dengan teknik *Assertive Training* ini diharapkan individu mampu membangun

serta meningkatkan kepercayaan diri yang tinggi, mau menerima dirinya apa adanya, termasuk menerima kelemahan dan kelebihan dalam diri individu, tidak memiliki kecemasan dalam menyatakan pikiran-pikiran, perasaan-perasaan dan keinginannya kepada orang lain.

Latihan asertif bertujuan untuk melatih serta membiasakan individu berperilaku asertif dalam berhubungan dengan orang lain. perilaku asertif merupakan perilaku dalam hubungan anatarpribadi yang menyangkut ekspresi emosi, perasaan, pikiran, serta keinginan dan kebutuhan secara terbuka, jujur, tanpa perasaan tegang dan cemas tanpa merugikan diri sendiri dan orang lain.

Hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamil, Monica, dan maghrobi (2018) yang menunjukkan bahwa “ konseling kelompok teknik latihan asertif (*Assertive Training*) efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri pada peserta didik. Selanjutnya hasil penelitian dari Ratna Sari (2017) yang menunjukkan bahwa “ Teknik *Assertive Training* efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik VIII Mts. Muhammadiyah Sukarame Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017.

Hasil yang berbeda terjadi pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan teknik *Assertive Training*. Pada saat *pretest* tingkat kepercayaan diri berada pada kategori rendah yang ditandai dengan tidak dapat mengungkapkan pendapatnya sendiri di muka umum, mudah menyerah dalam mengerjakan sesuatu selalu merasa minder. Siswa yang rendah kepercayaan dirinya tersebut terhambatnya akademis siswa dan kurangnya sosialisasi siswa. Sementara itu, dalam kontak sosial siswa cenderung menghindari berada pada tempat yang

ramai, menghindari jika di minta untuk tampil depan teman-temannya, tidak mampu mengerjakan apa yang di suruhkan oleh guru, dan suka menyendiri. Pada saat *posttest*, tidak menunjukkan perubahan atau penurunan yang berarti, walaupun terdapat sebagian kecil responden yang mengalami perubahan nilai berdasarkan kuesioner yang diberikan. Konseli tetap berada pada kategori rendah.

Analisis data peneliti ditemukan bahwa perubahan hasil kuesioner ini terjadi karena beberapa faktor. Faktor pertama adalah peneliti kurang menyadari pentingnya menjaga ketaatan penelitian selama dalam proses perlakuan. Interaksi dan komunikasi antar anggota kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di luar waktu perlakuan membuka ruang untuk saling berbagai informasi dan pengalaman. Faktor kedua adalah salah satu responden kelompok kontrol yang dalam masa pelakuan belajar mengelolah kepercayaan diri dan telah memperngaruhi hasil *posttest*.

Rasa percaya diri sebenarnya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu bahwa ia merasa memiliki kompetensi, yakin mampu percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri. Anurrahman (2009) mengatakan bahwa rasa percaya diri pada umumnya muncul ketika seseorang akan melakukan atau terlibat di dalam suatu aktivitas tertentu di mana pikirannya terarah untuk mencapai sesuatu hasil yang diinginkan. Dari dimensi perkembangan, rasa percaya diri dapat timbul dengan sehat bilamana ada pengakuan dari lingkungan.

Selanjutnya, kondisi ini tergambar dengan jelas pada hasil uji hipotesis yang menunjukkan bahwa penerapan teknik *Assertive Training* berpengaruh positif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar. Indikator keberhasilan perlakuan ini juga terlihat dari lembar kerja yang dibagikan kepada siswa. Siswa belajar memahami mengenai potensi yang dimiliki serta bagaimana untuk memaksimalkan potensi yang ada dalam dirinya. Keberhasilan perlakuan juga ditentukan pada keaktifan siswa selama mengikuti proses teknik *Assertive Training*.

Uji t menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara siswa yang mendapatkan perlakuan teknik *Assertive Training* dan yang tidak. Hipotesis nihil (H_0) dinyatakan ditolak dan menerima hipotesis kerja (H_1). Hasil ini mengarahkan pada kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara siswa yang menerima perlakuan teknik *Assertive Training* dan yang tidak menerima perlakuan dengan teknik *Assertive Training* terhadap kepercayaan diri siswa. Pengaruh positif ini dapat diketahui dengan melihat perbedaan mean score kedua kedua kelompok. Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata nilai kelompok eksperimen memperoleh nilai rendah kemudian menurun ke kategori tinggi, yang diartikan sebagai perubahan berarti terhadap kepercayaan diri siswa.

Hal yang berbeda dengan kelompok yang tidak mendapat perlakuan dengan teknik *Assertive Training* atau kelompok kontrol. Hasil analisisnya menunjukkan bahwa nilainya tetap rendah. Nilai rendah ini diartikan tidak ada perubahan berarti terhadap kepercayaan diri. Perbedaan tersebut akan semakin

Nampak dengan seringnya diberikan teknik *Assertive Training* sehingga membuat siswa semakin baik dalam mengatasi rendahnya kepercayaan diri.

Berdasarkan uraian proses ini, maka dapat dikatakan bahwa pelaksanaan teknik *Assertive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam hal tersebut menjadi sebuah pengetahuan baru bagi layanan bimbingan konseling di sekolah untuk membantu mengatasi rendahnya kepercayaan diri siswa.

4. Keterbatasan Penelitian

Proses pelaksanaan teknik *Assertive Training* yang dilaksanakan oleh peneliti tidak terlepas dari keterbatasan-keterbatasan yang dihadapi oleh peneliti selama memberikan treatment kepada konseli. Keterbatasan tersebut tersebut menjadi kendala dalam memberikan treatment yang optimal. Salah satu keterbatasan peneliti adalah sarana dan prasarana untuk melakukan konseling kelompok. Pada pelaksanaannya, suasana kelas kurang kondusif karena ada beberapa siswa yang bukan responden masuk dalam kelas sehingga mengganggu konsentrasi konseli dalam melaksanakan treatment.

Keterbatasan yang kedua adalah waktu penelitian yang terbatas. Peneliti diberikan kesempatan selama satu bulan untuk melakukan penelitian. Waktu tersebutlah sangatlah kurang mengingat proses konseling seharusnya dilaksanakan dengan waktu yang tidak sedikit. Selain itu, keterbukaan siswa dalam mengemukakan masalah sangat sedikit. Sehingga peneliti sangat kesulitan menentukan masalah dan sumber masalah yang dihadapi oleh siswa.

Keterbatasan ketiga adalah masih terbatasnya kemampuan dan kompetensi peneliti yang bertindak sebagai konselor. Peneliti belum memahami sepenuhnya

teknik *Assertive Training* dan pada proses pelaksanaannya hanya mengikuti skenario yang disusun.

Namun, dari sekian banyak keterbatasan yang peneliti dapatkan selama proses pelaksanaan, tidak menyurutkan antusiasme sampel setelah mereka mengetahui manfaat dari penelitian ini. Sehingga proses pelaksanaan kegiatan di hari-hari berikutnya dapat berlangsung dengan lancar dan sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan peneliti.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian mengenai penerapan Teknik *Assetive Training* untuk mengatasi kepercayaan diri Siswa SMP Negeri 33 Makassar, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Kepercayaan diri pada kelompok eksperimen pada saat *pretest* berada pada kategori rendah dan pada dan pada saat *posttest* berada pada kategori tinggi. Sedangkan kelompok control pada saat *pretest* berada pada kategori rendah dan pada saat *posttest* berada pada kategori rendah.
2. Pelaksanaan Teknik *Assetive Training* sesuai dengan prosedur yang sudah dirancang melalui tujuh pertemuan yaitu melakukan analisis kebutuhan latihan keasertifan, mencantumkan bahan informasi, berlatih membangun harga diri, berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak, mengerjakan pekerjaan rumah, membahas hasil pekerjaan rumah dan mengakhiri pekerjaan terminasi..
3. Penerapan Teknik *Assetive Training* dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan di SMP Negeri 33 Makassar.

B. Saran

Sehubungan kesimpulan penelitian di atas, maka diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi konselor .

Konselor dapat mempergunakan teknik *Assetive Training* sebagai teknik layanan untuk meningkatkan kepercayaan diri. Teknik *Assetive Training*

dapat dikembangkan menjadi penelitian tindakan bimbingan dan konseling dengan menerapkannya pada permasalahan yang berbeda.

2. Bagi sekolah .

Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan bahan pertimbangan bagi pihak sekolah sebagai model bimbingan pribadi sosial dalam menyelesaikan setiap masalah yang timbul di SMP Negeri 33 Makassar khususnya meningkatkan kepercayaan diri.

3. Bagi peneliti selanjutnya.

Teknik *Assetive Training* dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengaitkan variable terikat lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Hartono, Sunarto. 2018. *Perkembangan Peserta didik* . Jakarta : Rinaka cipta.
- Agustiani,H.2009.*Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep diri dan Penyesuain diri pada Remaja*. Bandung : Refika Aditama.
- Alberti, R.E & Emmons, M.L. 2001. *Your Perfect Right : Assertiveness and Equality In your life and Relationships ed. Atascadero, CA : Impact Publishers*.
- Al-Mighwar, M. 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung : Pustaka
- Alwisiol, 2008. *Psikologi Kepribadian*. Malang.UMM Press.
- Anandi, A. 2004. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Bineka Cipta.
- Angels, Barbara. 2005. *Confidence (Percaya diri)*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Anita Lie. 2003. 101 Cara menumbuhkan Percaya Diri Anak. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Aunurrahman. 2009. *Belajar dan pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Corey, Gerald.2003. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung : PT Refika Aditama
- Corey. 2009.*Teori dan Praktek : Konseling & Psikoterapi*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Gerldard,Kathryn & Geldard, David.2011.*Konseling Remaja*.Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Gunarsa,S.D.2012.*Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : Penerbit Libri.
- Hakim, T. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Hetti Rahmawati . 2008. *Modifikasi perilaku*. Malang : LP3 Universitas Negeri Malang.
- Jacinta F. Rini. 2002. *Memupuk Rasa Percaya Diri*. [http:// www.e-psikologi.com/dewasa](http://www.e-psikologi.com/dewasa)
- Lauster, P. 2012. *Test Kepribadian (terjemahan Cecilia, G. Sumekto)*.

- Lazarus,A.A.1961.*Perilaku Asertif*. www.asertifitas.com. (Diakses tanggal 20 Maret 2019)
- Lutfi. F. 2007. *Assertive Training: Pengembangan Pribadi Asertif dan Transaksi Sosial*. Depdiknas: UPT BK UNM.
- M Nur Ghufron & Rini Risnawati S. 2011. *Teori- teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar- Ruz Media.
- Mahmud,Alimuddin.2014. *Pedoman Pelaksanaan Pelatihan asertif.Modul Penelitian*. Jurusan Bimbingan dan Konseling. FIP UNM Makassar.
- Mamat, S. 2013. *Kiat Percaya diri*. Jakarta : Bimbingan dan Konseling. UNNES.
- Mastuti. 2003 . *Kiat Percaya diri*. Jakarta : Bimbingan Konseling.UNNES.
- Maulian Putri, I. 2015 . *Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi-Sosial dengan menggunakan metode latihan Assertive Training untuk mengatasi siswa terisolir*. *Jurnal Skripsi Program Strata 1 IAIN Raden Intan Lampung*. 32.
- Mousa, dkk. 2012. *The Effect Of An Assertiveness Training Program On Assertiveness Skills and Social Interaction Anxiety Of Individuals With Schizophrenia*. *Jurnal Of American Science*. 2011 : 7 (12).
- Munawir, 2017. *Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Round Technique Untuk Meningkatkan kepercayaan Diri Siswa pada SMP Negeri 2 Bulocci*.*Skripsi*, Makassar,Program Pasca Sarjana, Universitas Negeri Makassar.
- Nursalim, M. 2015. *Strategi Konseling Surabaya* : Unesa University Press.
- Nursalim. M. 2013. *Strategi Intervensi dan Konseling* . Jakarta : Akademia Permata.
- Santrock , J. W. 2003. *Adolescence : Perkembangan Remaja (edisi keenam)*. Jakarta : Erlangga.
- Sekaran, U. 2006. *Metode Penelitian Bisnis*. Jakarta: Salemba Empat
- Sinring,A.,Saman,A.,Pattaufi., dan Amir,R. 2016 *Panduan Penulisan Skripsi(Proposal Skripsi,Skripsi, dan Karya Ilmia) Fakultas Ilmu Pendidikan UNM.Makassar.FIP UNM*.
- Siregar,S.2016.*Statistik Deskriptif untuk penelitian*, yakarta : PT raa Grafindo Persada.

- Sudrajat. A. 2013. Teknik Konseling Behavioral. Online. Tersedia pada [http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23 Pendekatan-Konseling-Behavioral](http://akhmadsudrajat.wordpress.com/2008/01/23/Pendekatan-Konseling-Behavioral) (Diakses pada tanggal 27 Februari 2019).
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono.2014.*Metode Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kualitatif,Kuantitatif,dan R&D*. Bandung.Alvabeta.
- Sugiyono.2017.*Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kualitatif,kuantitatif, dan R&D)*.Bandung.Alvabeta.
- Surya. M.2007. *Teori-teori konseling*. Bandung: CV. Pustaka Baniquraisy.
- Thursan Hakim.2005. *Mengatasi Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Tohirin. 2009. *Bimbingan dan Konseling di sekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Wills, S. 2004. *Praktek Konseling*. Bandung : Alfabeta.
- Wills, S. 2011. *Konseling Keluarga*. Bandung : CV Alfabeta.
- Yogyakarta: Kansius

LAMPIRAN

REKAP TABULASI

| Kategorisasi | Interval | VIIa | VIIb | VIIc | VIIId | VIIe | VIIIf | VIIg | VIIh | VIIi | VIIj | Jlh |
|---------------|----------|------|------|------|-------|------|-------|------|------|------|------|-----|
| Sangat tinggi | 119-140 | 16 | 7 | 15 | 6 | 10 | 11 | 11 | 13 | 16 | 10 | 115 |
| Tinggi | 98-118 | 5 | 17 | 8 | 15 | 6 | 8 | 5 | 13 | 5 | 8 | 90 |
| Sedang | 77-97 | 6 | 4 | 3 | 5 | 10 | 8 | 10 | 2 | 6 | 8 | 62 |
| Rendah | 56-76 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 28 |
| Sangat rendah | 35-55 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 17 |
| Jumlah | | 32 | 32 | 30 | 31 | 31 | 31 | 31 | 31 | 31 | 31 | 312 |

Persentase *Assertive training* Prapenelitian

| Kategorisasi | Interval | Populasi | |
|---------------|----------|----------|--------|
| | | f | % |
| Sangat Tinggi | 119-140 | 115 | 36,85% |
| Tinggi | 98-118 | 90 | 28,84% |
| Sedang | 77-97 | 62 | 19,87% |
| Rendah | 56-76 | 28 | 8,97 |
| Sangat Rendah | 35-55 | 17 | 5,44 |
| Jumlah | | 312 | 100% |

Keterangan :

Kategorisasi yang dijadikan sebagai populasi penelitian adalah siswa yang berada pada kategori sangat tinggi dan tinggi dengan jumlah 45 orang siswa atau 8,97 yang berarti sebagian besar siswa kelas VII memiliki tingkat *Kepercayaan diri* yang rendah.

VIII B

| Resp | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | Keterangan | | | | | | |
|------|------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|------------|----|----|----|---------------|--------|--------|
| | 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 | | | |
| 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | | |
| 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 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 | 120 | |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 72 | Rendah |
| 5 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | | |
| 6 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 7 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 122 | | |
| 8 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 9 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | | |
| 10 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 73 | Rendah | | |
| 11 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 75 | Rendah | |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 102 | | |
| 13 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 99 | | |
| 14 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 54 | Sangat Rendah | | |
| 15 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 110 | | |
| 16 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | | |
| 17 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 101 | | |
| 18 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 100 | | |
| 19 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 116 | | |
| 20 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 100 | | |
| 21 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 1 | 4 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 102 | | |
| 22 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 117 | | |
| 23 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 102 | | |
| 24 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 80 | |
| 25 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 118 | | |
| 26 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 100 | | |
| 27 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 84 | | |
| 28 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 78 | | |
| 29 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 80 | | |
| 30 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 80 | | | |
| 31 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 83 | | | |
| 32 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 78 | | |

VHC

| Resp | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | Keterangan | | | | | | | |
|------|------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|------------|----|----|----|-----|-----|---------------|---------------|
| | 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 | | |
| 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | | |
| 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 78 | Rendah | |
| 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 112 | | | |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | | |
| 5 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 70 | Rendah |
| 6 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 121 | | |
| 7 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 5 | 5 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 125 | | |
| 8 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 9 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 54 | Sangat Rendah |
| 10 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 115 | | |
| 11 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 50 | Sangat Rendah | |
| 13 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 14 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 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 | 96 | | |
| 15 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 99 | | |
| 16 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 94 | | |
| 17 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 81 | | |
| 18 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 80 | | |
| 19 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 104 | | |
| 20 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 87 | | |
| 21 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 78 | | |
| 22 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 83 | | |
| 23 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 83 | | |
| 24 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 120 | | |
| 25 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 82 | | |
| 26 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 116 | | |
| 27 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 72 | | |
| 28 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 85 | | |
| 29 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 97 | | |
| 30 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 82 | | |

VIII

| Resp | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | Keterangan | | |
|------|------|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|---------------|--------|--|
| | 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 | |
| 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 | | | | |
| 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | | |
| 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 121 | | |
| 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 5 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 124 | | |
| 6 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 102 | | |
| 7 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 105 | | |
| 8 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 99 | |
| 9 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 100 | | |
| 10 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 113 | | |
| 11 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 105 | | |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 100 | |
| 13 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 103 | | |
| 14 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 100 | | |
| 15 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 108 | | |
| 16 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 99 | | |
| 17 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 100 | | |
| 18 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 81 | | |
| 19 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 81 | | |
| 20 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 82 | | |
| 21 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 91 | | |
| 22 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 100 | | |
| 23 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 67 | Rendah | |
| 24 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 64 | Rendah | | |
| 25 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 87 | | |
| 26 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 75 | Rendah | |
| 27 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 54 | Sangat Rendah | | |
| 28 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 83 | | |
| 29 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 71 | Rendah | |
| 30 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 103 | | |
| 31 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 103 | | |

VIII

| Item | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | Keterangan | | | | | | | |
|------|------|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|------------|----|----|----|-----|---------------|--------|--------|
| | 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 | | | |
| 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 | | | | | | |
| 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | | |
| 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | | |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | | |
| 5 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | | |
| 6 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 125 | | | |
| 7 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 114 | | | |
| 8 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 123 | | |
| 9 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 10 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 122 | | |
| 11 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | | |
| 12 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 74 | Rendah |
| 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 102 | | |
| 13 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 76 | Rendah | |
| 14 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 99 | |
| 15 | 1 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 54 | Sangat Rendah | | |
| 16 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 98 | |
| 17 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 53 | Sangat Rendah | | |
| 18 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 98 | | |
| 19 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 101 | | |
| 20 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 101 | | |
| 21 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 102 | | |
| 22 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 99 | | |
| 23 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 94 | |
| 24 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 92 | | |
| 25 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 81 | | |
| 26 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 91 | | |
| 27 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 96 | | |
| 28 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 97 | |
| 29 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 96 | |
| 30 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 107 | | |
| 31 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 105 | | |

VHG

| | | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | | | | | Keterangan | | |
|----|---|------|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|----|----|----|-----|---------------|-----|---------------|
| | | 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 | | | |
| 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 | | | | | |
| 2 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 122 | |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 57 | Sangat Rendah |
| 4 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 5 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 120 | | |
| 6 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 126 | | |
| 7 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 8 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 50 | Sangat Rendah | | |
| 9 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 122 | | | |
| 10 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 85 | Sangat Rendah | | |
| 11 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 12 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 13 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 120 | | |
| 14 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 99 | | |
| 15 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 123 | | |
| 16 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 101 | | | |
| 17 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 102 | | | |
| 18 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 99 | | | |
| 19 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 71 | Rendah | | |
| 20 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 95 | | | |
| 21 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 77 | | |
| 22 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 97 | | |
| 23 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 76 | Rendah | | |
| 24 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 88 | | | |
| 25 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 1 | 97 | | |
| 26 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 99 | | |
| 27 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 96 | | |
| 28 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 96 | | |
| 29 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 95 | | |
| 30 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 97 | | | |
| 31 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 95 | | |

VIII

| | | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Keterangan | | | | | | |
|----|---|--------|---|----|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------------|---|---|-----|---------------|---------------|--|
| | | Jumlah | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | 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 | | | | | | |
| 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 76 | Rendah | |
| 3 | 4 | 4 | 2 | 44 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 140 | |
| 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | | |
| 5 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 119 | | | |
| 6 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 54 | Sangat Rendah | |
| 7 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 8 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 124 | | |
| 9 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 10 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 121 | | |
| 11 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 54 | Sangat Rendah | |
| 12 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 120 | | |
| 13 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 113 | | |
| 14 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 99 | | | |
| 15 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 123 | | | |
| 16 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 53 | Sangat Rendah | | |
| 17 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 3 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 98 | | |
| 18 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | | |
| 19 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 2 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 113 | | |
| 20 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 101 | | |
| 21 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 102 | | |
| 22 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 99 | | |
| 23 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 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 | 3 | 3 | 106 | | |
| 24 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 129 | | |
| 25 | 2 | 3 | 2 | 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 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 108 | | | |
| 26 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 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 | 3 | 3 | 3 | 111 | | | |
| 27 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 91 | | |
| 28 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 97 | | |
| 29 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 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 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 125 | | |
| 30 | 1 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 107 | | |
| 31 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 105 | |

JADWAL KEGIATAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DI SMP NEGERI 33 MAKASSAR

| Pertemuan | Topik Pertemuan | Kegiatan | Tujuan | Waktu |
|------------------|---|--|--|--------------|
| I | Menganalisis kebutuhan latihan keasertifan | Peneliti membagikan profil keasertifan kemudian membimbing siswa mengadministrasikan kuis keasertifan (melakukan penyekoran, konversi, dan menentukan profil keasertifan diri sendiri) | Agar siswa mengetahui dan Mampu untuk mengikuti prosedur yang akan dilaksanakan. | 20 menit |
| II | Mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan diri yang telah diisi | Peneliti kemudian menentukan perilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan | Siswa dapat menyelesaikan masalahnya dan juga mengenali perilaku-perilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidakeasertifannya. | 25 menit |
| III | Berlatih membangun harga diri | Peneliti membagikan LKS “lembar harga diri” sebagai panduan dalam mengukur harga dirinya. | Agar siswa dapat membangun harga dirinya | 20 menit |
| IV | Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak | Peneliti memberikan conto-contoh yang dapat membantu siswa dalam melakukan penolakan dan berkata tidak. Kemudian peneliti memandu siswa mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan. Menurut contoh yang di berikan sebelumnya. | Siswa dapat mempraktikkan perilaku asertif dan siswa dapat melakukan penolakan dan berkata tidak. | 35 menit |
| V | Mengerjakan pekerjaan | Konselor memberikan tugas rumah (Homework Assignment) kepada konseli | Siswa dapat mengaplikasikan perilaku asertif yang telah | 10 menit |

| | | | | |
|-----|--------------------------|---|--|----------|
| | rumah | dengan menyertakan situasi yang memungkinkan konseli untuk bertindak asertif | dipelajari di kehidupan sehari-hari. | |
| VI | Membahas pekerjaan rumah | Peneliti meminta kepada siswa untuk menceritakan hasil yang diperoleh dari pengalaman yang telah dilaluinya, kemudian memberikan penguatan – penguatan kepada siswa untuk meyakinkan bahwa siswa harus dapat bersikap tegas terhadap permintaan orang lain kepadanya, sehingga orang lain tidak memanfaatkannya secara bebas. | Siswa mampu bersikap tegas terhadap permintaan orang lain kepadanya dan tidak memanfaatkannya secara bebas | 30 menit |
| VII | Terminasi | -Peneliti mengajak siswa merefleksikan pengalaman siswa selama proses konseling. - Peneliti mengevaluasi diri sebagai bagian dari unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap asertifnya. | Siswa dapat melakukan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan dengan baik. | 60 menit |

Skenario Pelaksanaan Penelitian
Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan
kepercayaan diri siswa SMP Negeri 33 makassar

A. Tujuan

Tujuan *Assertive Training* yaitu dapat melatih ketrampilan dalam mengemukakan pendapat, melatih keberanian untuk tampil didepan orang banyak, ketrampilan komunikasi efektif dalam bergaul, cara menolak dengan baik dalam berkomunikasi, dan sebagainya

B. Persiapan

Pada tahap ini peneliti memfasilitasi kegiatan-kegiatan yang akan dilaksanakan antara lain :

1. Menyediakan media penunjang seerti :
 - a. Bahan informasi
 - b. Panduan pelaksanaan *Assertive Training*
2. Menata setting pertemuan
 - a. Tempat
Pelaksaanna kegiatan dilakukan di aula/ ruang kelas
 - b. Perlengkapan
Perlengkapan yang di pakai seperti : meja, kursi, alat tulis menulis, *white board*, spidol, dan penghapus.

C. Pelaksanaan

Penerapan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa SMP Negeri 33 Makassar terdiri dari beberapa tahapan pertemuan. Adapun kegiatan tersebut sebagai berikut :

Pertemuan ke 1 pengenalan dan *Pre-test*

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membangun rapport

- Peneliti memperkenalkan diri kepada siswa
- Ice breaking
- Peneliti menjelaskan tujuan berada di sekolah
- Peneliti menjelaskan dan manfaat diadakannya pemberian angket (*pre-test*) tentang kepercayaan diri .
- Peneliti membagikan angket dan meminta siswa untuk mengisi biodata yang tercantum dilembaran di angket tersebut
- Peneliti menjelaskan petunjuk cara mengerjakannya.
- Peneliti mengawasi siswa selama mengerjakan angket
- Peneliti mengumpulkan angket yang telah diisi
- Kemudian menghitung kembali angket yang telah diberikan
- Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada siswa atas partisipasinya dan kesungguhannya dalam mengisi angket yang telah diberikan.
- Peneliti mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji untuk pertemuan yang dibuat dan menutup pertemuan.

Pertemuan ke 2

Tahap ke 2 rasionalisasi treatment .

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka.
- Peneliti membangun rapport
- Peneliti membahas tentang pertemuan minggu lalu
- Peneliti menjelaskan tujuan dari tahap kedua ini
- Peneliti memberikan informasi tentang kepercayaan diri kepada siswa
- Peneliti menjelaskan tahapan pelaksanaan *Assertif Training*
- Peneliti meminta konseli untuk menanggapi.
- Peneliti mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji untuk pertemuan yang dibuat dan menutup pertemuan.

Pertemuan ke 3

Tahap ke 3 pemberian teknik *Assertive Training*

Sesi 1: Analisis kebutuhan latihan keasertifan

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka.
- Ice breaking
- Peneliti menjelaskan tujuan dari kegiatan tahap ke tiga ini
- Peneliti menjelaskan kegiatan apa yang dilakukan pada tahap ini
- Peneliti menayakan persiapan siswa sebelum dimulai.
- Peneliti membagikan lembar kuis keasertifan
- Peneliti sebelumnya memberikan instruksi kepada konseli untuk mengisi format bioadata terlebih dahulu. Kemudian mempersilahkan konseli untuk mengerjakan kuis keasertifan.
- Peneliti mengumpulkan kembali kuis keasertifan yang telah diisi oleh siswa.
- Peneliti mengucapkan banyak terima kasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan.

Pertemuan ke 4

Tahap 4 melanjutkan pelaksanaan *Assertif Training*

Sesi ke 2 : Mencantumkan bahan informasi

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka
- Peneliti membangun rapport
- Peneliti menjelaskan tujuan dari tahap ke empat
- Peneliti kemudian menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini
- Peneliti menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan .
- Peneliti mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan yang telah diisi
- Peneliti menentukan perilaku yang diperlukan dan yang tidak diperlukan konseli.

Pertemuan ke 5 melanjutkan *Assertive Training*

Sesi ke 3 : membangun harga diri

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka
- Peneliti membangun rapport
- Peneliti menjelaskan tujuan dari tahap kelima
- Peneliti kemudian menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini
- Peneliti menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan .
- Peneliti membagikan LKS “ Lembar Harga diri”
- Peneliti menjelaskan petunjuk cara mengerjakannya.
- Peneliti mengawasi siswa selama mengerjakan LKS
- Peneliti mengumpulkan LKS yang telah diisi
- Kemudian menghitung kembali LKS yang telah diberikan
- Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada siswa atas partisipanya dan kesungguhannya dalam mengisi LKS yang telah diberikan.
- Peneliti mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji untuk pertemuan yang dibuat dan menutup pertemuan.

Pertemuan ke 6 melanjutkan *Assertive Training*

Sesi ke 4 : berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka
- Peneliti membangun rapport
- Peneliti kemudian menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini
- Peneliti menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan
- Peneliti memberikan contoh-contoh yang dapat membantu siswa dalam melakukan penolakan dan berkata tidak
- Peneliti meminta siswa untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan.

Pertemuan ke 7 melanjutkan *Assertive Training*

Sesi ke 5: mengerjakan pekerjaan rumah

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka
- Peneliti membangun rapport
- Peneliti kemudian menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini
- Peneliti menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan
- Peneliti memberikan tugas rumah (homework assignment) kepada konseli .
- Peneliti meminta Konseli untuk melakukan tugas terstruktur di di luar kelompok konseling agar konseli mampu menunjukkan sikap assertif yang telah dipelajarinya

Pertemuan ke 8 melanjutkan *Assertive Training*

Sesi ke 6 : Membahas hasil pekerjaan rumah

Pelaksanaan kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka
- Peneliti membangun rapport
- Peneliti kemudian menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini
- Peneliti menanyakan kesiapan siswa mengikuti kegiatan
- Peneliti meminta kepada konseli untuk menceritakan hasil yang diperoleh dari pengalaman yang telah dilaluinya.
- Peneliti juga memberikan penguatan-penguatan kepada konseli

Pertemuan ke 9 melanjutkan *Assertive Training*

Sesi ke 7 : mengakhiri pekerjaan terminasi

Tahap kegiatan :

- Peneliti membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka

- Peneliti membangun rapport
- Peneliti kemudian menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan pada tahap ini
- Peneliti mengajak siswa merefleksikan pengalaman siswa selama mengikuti proses konseling
- Peneliti mengevaluasi diri sebagai bagian dari keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap assertifnya

Pertemuan ke 10 : membagikan *Post-test*

Sesi ke 8 : membagikan *Post-test*

Tahap kegiatan :

- -Peneliti membangun rapport
- Ice breaking
- Peneliti menjelaskan dan manfaat diadakannya pemberian angket (post-test) tentang kepercayaan diri .
- Peneliti membagikan angket dan meminta siswa untuk mengisi biodata yang tercantum dilembaran di angket tersebut
- Peneliti menjelaskan petunjuk cara mengerjakannya.
- Peneliti mengawasi siswa selama mengerjakan angket
- Peneliti mengumpulkan angket yang telah diisi
- Kemudian menghitung kembali angket yang telah diberikan
- Peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada siswa atas partisipanya dan kesungguhannya dalam mengisi angket yang telah diberikan.

Peneliti mengucapkan terima kasih dan menutup pertemuan.

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

(Pertemuan 1)

- Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar
- Alokasi waktu : 2 X 45 menit
- Topik : Pembentukan kelompok
- Bidang Bimbingan : Pribadi
- Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman
- Jenis Layanan : Layanan Informasi
- I. Standart Kompetensi : Memiliki pengetahuan tentang teknik/ posisi kelompok
- II. Kompetensi Dasar : Penerapan teknik *Assertive Training* terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa

III. Indikator

Produk

1. Mengetahui tentang bentuk/prosedur konseling kelompok

Proses

1. Memberikan informasi kepada siswa

IV. Tujuan

Produk :

1. Siswa dapat saling mengenal satu sama lain

Proses :

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------------|---|--|
| | | Konselor | Konseli |
| 1 | Tahap Pembentukan | Konselor membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka. | Konseli menjawab salam konselor |
| | | Konselor meminta salah satu konseli untuk memimpin doa | Konseli berdoa |
| | | Konselor menyampaikan makna doa | Konseli menyimak penyampaian konselor |
| | | Konselor mempersilahkan anggota kelompok untuk saling memperkenalkan diri. | Konseli memperkenalkan diri |
| | | Konselor membeikan <i>Ice breaking</i> . Berupa “bermain tepuk “ untuk mencairkan suasana | Konseli mengikuti ice breaking dengan aktif |
| | | Konselor menjelaskan pelaksanaan <i>Ice Breaking</i> | Konseli menyimak dan memperhatikan penjelasan konselor |
| 2. | Tahap Peralihan | Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk memulai kegiatan | Konseli menjawab “ya” |
| | | Konselor menjelaskan tujuan pelaksanaan <i>Assertive Training</i> | Konseli memperhatikan penjelasan konselor |
| | | Peneliti memaparkan pentingnya asas kerahasiaan dalam kegiatan konseling kelompok. | Konseli menyimak dan memahami apa yang disampaikan konselor |
| 3. | Tahap Kegiatan | Konselor dan siswa menetapkan struktur peran, yaitu fasilitator, ketua kelompok, dan kegiatan dalam bimbingan kelompok. | Konseli mengikuti instruksi konselor |
| | | Konselor menjelaskan mekanisme kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik <i>Assertive Training</i> | Konseli memperhatikan pemaparan yang disampaikan konselor |
| | | Konselor memberikan kesempatan kepada konseli untuk bertanya tentang penjelasan yang telah disampaikan dan hal-hal yang belum dimengerti. | Konseli bertanya tentang apa yang belum dimengerti dari kegiatan hari ini. |
| 4. | Tahap pengakhiran | Konselor menanyakan kepada konseli untuk melangkah ketahap selanjutnya. | Konseli menyetujui |
| | | Konselor dan konseli membuat kontrak waktu dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan konseling kelompok selanjutnya. | Konseli menyepakati kontrak waktu yang ditentukan konselor. |

| | | |
|--|--|---------------------------------|
| | Konselor menutup pertemuan dengan mengucapkan salam. | Konseli menjawab salam konselor |
|--|--|---------------------------------|

- V. **Metode** : Tanya jawab, diskusi, dan prestase
VI. **Tempat Pelaksanaan** : Ruang Kelas/Aula
VII. **Evaluasi** : Pengamatan
VIII. **Bahan informasi/Materi** : Terlampir

Penutup

Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti,

Nurhikmah

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan II

| | |
|--------------------|---|
| Sekolah | : SMP Negeri 33 Makassar |
| Alokasi waktu | : 2 X 45 menit |
| Topik/ materi | : Pelaksanaan Rasionalisasi Treatment |
| Tugas perkembangan | : Konseli memahami prosedur dan langkah-langkah pelaksanaan <i>Assertive Training</i> dan konseli memahami tentang kepercayaan diri |
| Bidang Bimbingan | :Bimbingan Pribadi |
| Fungsi Layanan | :Fungsi pemahaman |
| Jenis Layanan | :Layanan informasi |

I. Standart Kompetensi :

- a. Memiliki pemahaman tentang kepercayaan diri
- b. Memiliki pemahaman tentang prosedur dan langkah-langkah pelaksanaan *Assertive Training*

II. Kompetensi Dasar :

- a. Mampu mengetahui tentang kepercayaan diri
- b. Mampu mengetahui tentang prosedur dan langkah-langkah pelaksanaan *Assertive Training*

III. Indikator

Produk :

1. Konseli Mengetahui tentang kepercayaan diri.
2. Mengetahui tahapan teknik *Assertive Training* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Proses :

1. Memberikan informasi tentang kepercayaan diri.
2. Memberitahukan prosedur pelaksanaan *Assertive Training* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

III. Tujuan

Produk :

1. Siswa mengetahui berbagai hal tentang kepercayaan diri
2. Siswa mengetahui prosedur *Assertive Training*

Proses :

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------------|--|--|
| | | Konselor | Konseli |
| 1. | Tahap Pembentukan | Konselor membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka. | Konseli menjawab ssalam konselor |
| | | Konselor meminta salah satu dari siswa untuk memimpin doa | Konseli berdoa |
| | | Konselor menyampaikan makna dari do'a | Konseli menyimak dan memperhatikan |
| | | Konselor membangun rapport | Siswa memperhatikan dan mencermati konselor |
| | | Peneliti membahas sedikit tentang pertemuan minggu lalu tentang pembentukan kelompok | Konseli mengemukakan argumen serta memperhatikan dan menyimak konselor |
| | | <i>Ice breaking</i> berupa “ Lempar spidol” untuk membangun rapport | Konseli mengikuti <i>ice breaking</i> dengan aktif |
| | | Konselor menjelaskan tujuan dari kegiatan pada tahap kedua ini. | Konselor memperhatikan penjelasan konselor. |
| 2 | Tahap Peralihan | Konselor memberikan informasi (terlampir) tentang kepercayaan diri kepada siswa. | Konseli memperhatikan dan menyimak apa yang disampaikan konselor |
| | | Konselor menanyakan ke konseli apakah konseli suda siap mengikuti kegiatan hari ini (rasionalisasi treatmen) | Konseli merespon konselor “ya” kami sudah siap |
| 3 | Tahap kegiatan | Konselor menjelaskan tahapan pelaksanaan <i>Assertive Training</i> yaitu : <ul style="list-style-type: none"> - Analisis kebutuhan latihan keasertifan - Mencantumkan bahan informasi - Berlatih membangun harga diri - Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak - Mengerjakan pekerjaan rumah - Membahas hasil pekerjaan rumah - Mengakhiri pekerjaan terminasi | Konseli meperhatikan penjelasan konselor tentang langkah-langkah pelaksanaan bimbingan kelompok dan prosedur pelaksanaan <i>Assertive Training</i> |
| | | Konselor meminta konseli untuk menanggapi. | Konseli menanggapi dan mengemukakan argumennya |

| | | | |
|---|-------------------|---|---|
| | | Konselor melakukan diskusi mengenai kepercayaan diri, dengan meminta konseli menceritakan pengalaman mereka tentang kepercayaan diri. | Konseli tampil didepan teman- temannya menceritakan pengalamannya |
| | | Kemudian konseli yang lain menanggapi pengalaman temannya tersebut. | Konseli menanggapi cerita dari temannya |
| | | Konselor meminta salah satu siswa untuk menyimpulkan hasil diskusi yang dilakukan. | Siswa yang ditunjuk menyimpulkan hasil diskusi. |
| 4 | Tahap Pengakhiran | konselor merangkum hasil pertemuan. | Konseli memperhatikan hasil rangkuman konselor |
| | | Konseor mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir. | Konseli bersiap- siap untuk mengakhiri pertwmaan hari ini |
| | | Konselor menanyakan kepada anggota kelompok mengenai kesiapan mereka untuk melangkah ketahap berikutnya. | Konseli menjawab “ya” siap |

- IV. Metode** : Tanya jawab, diskusi dan prestase
V. Media : papan tulis da laptop
VI. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas/Aula
VII. Evaluasi : Pengamatan

Penutup

Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti

Nurhikmah

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan III

Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar

Alokasi waktu : 1x 45 menit

Topik : Analisis kebutuhan keasertifan (*need Assesment*) .

Tugas perkembangan : Konseli mengisi kuis keasertifan

Bidang bimbingan : Pribadi dan Sosial

Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman dan pengembangan

Jenis layanan : Layanan infomasi

I. Standar Kompetensi :

- Mengetahui tingkat keaseertifan konseli

II. Kompetensi dasar :

- Mengetahui tingkat keasertifan konseli.

III. Indikator :

Produk

- Konselor dan konseli membangun keakraban
- Pengisian lembar kuis keasertifan oleh konseli

IV. Tujuan

- Konseli tidak canggung dengan keberadaan peneliti.
- Konselor mengetahui tingkat keasertifan dari setiap konseli

V. Proses

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------------|--|---|
| | | Konselor | Konseli |
| 1. | Tahap Pembentukan | Konselor membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka. | Konseli menjawab salam konselor |
| | | Konselor meminta salah satu siswa untuk memimpin doa | Konseli berdoa |
| | | Konselor menjelaskan makna dari doa | Konseli menyimak dan memperhatikan |
| | | Konselor memberikan <i>Ice Breaking</i> .berupa “THR (tebar hadiah raihlah)” untuk membangun rapport | Konseli mngikuti <i>ice breaking</i> dengan aktif |
| 2. | Tahap Peralihan | Konselor menjelaskan tujuan dari Analisis kebutuhan keasertifan (<i>need Assesment</i>) | Konseli memperhatikan penjelasn konselor |
| | | Konselor menjelaskan kegiatan apa yang akan dilakukan pada tahap | Konseli memperhatikan dan |

| | | | |
|----|-------------------|--|---|
| | | Analisis kebutuhan keasertifan (<i>need Assesment</i> | menyimak |
| | | Konselor menanyakan kesiapan untuk mengikuti kegiatan | Konseli menjawab dan mengemukakan argumentnya |
| 3. | Tahap Kegiatan | Konselor membagikan lembar kuis keasertifan kepada konseli dan meminta konseli menuliskan namanya dan membaca petunjuk sebelum menjawab. | Konseli menuliskan nama masing-masing dan membaca petunjuk yang tersedia. |
| | | Konselor kemudian membimbing konseli untuk melakukan penyekoran, konversi, dan menentukan profil keasertifan diri sendiri dari konseli | Konseli fokus memperhatikan konselor dalam melakukan penyekoran dan dapat mandiri dalam melakukan penyekoran keasertifan sendiri. |
| 4. | Tahap pengakhiran | Konselor merefleksi hasil kegiatan hari ini. | Konseli memperhatikan dan menyimak |
| | | Konselor menanyakan kepada anggota kelompok mengenai kesiapan mereka untuk melangkah ketahap berikutnya. | Konseli menjawab |
| | | Konselor mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan. | Konseli menjawab |

VIII. Metode : Tanya jawab, diskusi dan ceramah

IX. Media : papan tulis dan laptop

X. Tempat Pelaksanaan : Ruang kelas/ aula sekolah

XI. Evaluasi : Pengamatan

Penutup

Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti

Nurhikmah

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan IV

Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar

Alokasi waktu : 1x45 menit

Topik : Mencantumkan bahan informasi yang telah diperoleh dari profil keasertifan diri yang telah diisi dan Berlatih membangun harga diri.

Bidang bimbingan : Pribadi dan Sosial

Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman

Jenis layanan : Layanan informasi

I. Standar Kompetensi :

- mencantumkan bahan informasi yang telah diperoleh dan pemberian LKS sebagai panduan dalam mengukur harga dirinya.

II. Kompetensi dasar :

- Mengetahui informasi keasertifan dan harga diri.

III. Indikator :

Produk

- Konselor dan konseli membangun keakraban
- Pengisian Lembar kerja siswa

IV. Tujuan

- mengetahui perilaku asertif konseli dan harga dirinya

V. Proses

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------------|---|--|
| | | Konselor | Konseli |
| 1. | Tahap Pembentukan | Konselor membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka. | Konseli menjawab salam |
| | | Konselor meminta salah satu siswa untuk memimpin doa | Konseli berdoa |
| | | Konselor menjelaskan makna dari berdoa | Konseli menyimak dan memperhatikan penyampain konselor |

| | | | |
|----|-------------------|---|--|
| | | Konselor memberikan <i>Ice breaking</i> berupa “Mata angin duduk” untuk membangun Rapport antara konselor dan konseli | Konseli mengikuti ice breaking dengan aktif |
| 2. | Tahap Peralihan | Konselor sedikit membahas kembali kuis keasertifan yang telah diisi | Konseli menyimak dan mendengarkan |
| | | Konselor menjelaskan tentang informasi keasertifan dan LKS | Konseli memperhatikan dan menyimak penjelasan dari konselor |
| | | Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk melaksanakan kegiatan selanjutnya yaitu pengisian LKS | Konselor menjawab “ya, kami siap melaksanakan kegiatan hari ini” |
| 3. | Tahap kegiatan | Konselor mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan yang telah diisi | Konseli mendengarkan dan mengetahui keasertifannya. |
| | | Selanjutnya, konselor membagikan LKS kepada konseli dan menjelaskan cara mengerjakannya | Konseli mendengarkan dan mulai mengisi LKS. |
| | | Konselor mengumpulkan LKS yang telah diisi | Konseli mengumpulkan LKS yang sudah diisi. |
| 4 | Tahap pengakhiran | Konselor mengevaluasi. | Konseli mengikuti instruksi yang diberikan konselor |
| | | Konselor menanyakan kepada anggota kelompok mengenai kesiapan mereka untuk melangkah ketahap berikutnya. | Konseli menjawab “kami siap mengikuti tahap berikutnya” |
| | | Konselor mengucapkan | Konseli |

| | | | |
|--|--|---|---------------------|
| | | terima kasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan. | menjawab sama-sama. |
|--|--|---|---------------------|

- VI. Metode : diskusi
 VII. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas
 VIII. Evaluasi : Pengamatan

Penutup

Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti

Nurhikmah

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan V

- Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar
- Alokasi waktu : 1x20 menit
- Topik : Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak
- Bidang bimbingan : Pribadi dan Sosial
- Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman
- Jenis layanan : Layanan Konseling kelompok

I. Standar Kompetensi :

- memberikan contoh-contoh yang dapat membantu siswa dalam melakukan penolakan dan berkata tidak.

II. Kompetensi dasar :

- Mengetahui perilaku asertif yang diperlukan.

III. Indikator :

Produk

- Konselor dan konseli membangun keakraban
- Konselor memberikan contoh-contoh yang dapat membantu siswa dalam melakukan penolakan dan berkata tidak

IV. Tujuan

- Konseli tidak canggung dengan keberadaan peneliti.
- Konseli dapat mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan.

V. Proses

| No | Kegiatan | Rangkaian kegiatan | |
|----|-------------------|--|--|
| | | Konselor | Konseli |
| 1. | Tahap Pembentukan | Konselor membuka pertemuan dan mengucapkan salam pembuka. | Konselor menjawab salam |
| | | Konselor merefeksi hasil pertemuan sebelumnya tentang target perubahan diri | Konseli tunjuk tangan / ditunjuk oleh konselor untuk menjelaskan/ mengemukakan argumen tentang pertemuan lalu. |
| | | Konselor menerikan <i>Ice Breaking</i> berupa “latihan konsentrasi” untuk membangun Rapport antra konselor dan konseli | Konseli mengikuti <i>ice breaking</i> dengan aktif |

| | | | |
|----|-------------------|--|--|
| 2. | Tahap Peralihan | Konselor merefleksi pertemuan sebelumnya tentang informasi keasertifan. | Konseli menegemukakan argumennya tentang perilaku asertive |
| | | Konselor menjelaskan tujuan pertemuan pada tahap berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak | Konseli menyimak dan memperhatikan |
| | | Konselor menanyakan kepada konseli apakah sudah bisa memulai kegiatan hari ini. | Konseli menjawab “ya, kami siap mengikuti kegiatan hari ini” |
| 3. | Tahap Kegiatan | Konselor memberikan contoh-contoh melakukan penolakan dan berkata tidak. | Konseli fokus kepada konselor |
| | | Konselor meminta kepada konseli untuk mempraktikkan contoh-contoh yang sebelumnya di peragakan konselor. | Konseli mempraktikkan contoh melakukan penolakan dan berkata tidak. |
| | | Konselor kemudian meminta konseli untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan | Konseli bersedia untuk mempraktikkan contoh perilaku asertif. |
| 4. | Tahap Pengakhiran | Konselor merefleksi pertemuan hari ini | Konseli mengikuti instruksi konselor |
| | | Konselor mengajak konseli untuk membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya | Konseli merespon untuk membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya. |
| | | Konselor mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan. | Konseli membalas ucapan terimah kasih dari konselor |

- VI. Metode : Diskusi
 VII. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas/ aula
 VIII. Evaluasi : pengamatan

Penutup Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti,

Nurhikmah

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan VII

Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar
 Alokasi waktu : 1x30 menit
 Topik : Mengerjakan pekerjaan rumah
 Bidang bimbingan : Pribadi
 Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman
 Jenis layanan : Layanan informasi

I. Standar Kompetensi :

- memberikan tugas rumah (*homework assignment*) kepada konseli.

II. Kompetensi dasar :

- mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya

III. Indikator :

Produk

- Konselor dan konseli membangun keakraban
- Konselor memberikan tugas rumah (*homework assignment*) kepada konseli

IV. Tujuan

- Konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya.

V. Proses

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------|--|---|
| | | Konselor | Konseli |
| 1. | Pendahuluan | Konselor membuka pertemuan dengan salam | Konseli menjawab salam |
| | | Konselor menanyakan kabar para anggota kelompok | Konseli menjawab "baik-baik" |
| | | Konselor mengajak konseli mengevaluasi apakah konseli sudah berhasil atau tidak merealisasikan melakukan penolakan dan berkata tidak . | Konseli mengikuti instruksi dari konselor |

| | | | |
|----|---------|---|--|
| 2. | Inti | Konselor memberikan tugas rumah (<i>Homework Assignment</i>). | Konseli mencatat tugas rumah |
| | | Konselor meminta konseli untuk melakukan tugas terstruktur di luar konseling agar konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya. | Konseli antusias melaksanakan tugas dan melakukan tugas terstruktur. |
| 3. | Penutup | Konselor mengajak konseli membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya. | Konseli merespon dan membuat kontrak waktu untuk kegiatan selanjutnya. |
| | | Konselor menyatakan bahwa kegiatan pada hari ini selesai, dan mengucapkan terima kasih dan salam. | Konseli menjawab salam. |

- VI. Metode : Diskusi
VII. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas/ aula
VIII. Evaluasi : pengamatan

Penutup Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti,

Nurhikmah

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan VII

Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar
 Alokasi waktu : 1x30 menit
 Topik : Membahas hasil pekerjaan rumah
 Bidang bimbingan : Pribadi
 Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman
 Jenis layanan : Layanan informasi

I. Standar Kompetensi :

- Konselor membagikan hasil pekerjaan rumah melalui *group focus discussion* (FGD).
- Konselor meminta kepada konseli untuk menceritakan hasil yang diperoleh dari pengalaman yang telah dilaluinya.

II. Kompetensi dasar :

- Konseli

III. Indikator :

Produk

- Konselor dan konseli membangun keakraban
- Konselor memberikan tugas rumah (*homework assignment*) kepada konseli

IV. Tujuan

- Konseli tidak canggung dengan keberadaan peneliti.
- Konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya.

V. Proses

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------|---|------------------------------|
| | | Konselor | Konseli |
| 1. | Pendahuluan | Konselor membuka pertemuan dengan salam | Konseli menjawab salam |
| | | Konselor menanyakan kabar para anggota kelompok | Konseli menjawab "baik-baik" |

| | | | |
|----|---------|--|--|
| | | Konselor menanyakan kesiapan konseli mengikuti kegiatan. | Konseli menyatakan bahwa mereka siap mengikuti kegiatan . |
| 2. | Inti | konselor memberikan tugas rumah (<i>homework assignment</i>) kepada konseli. | Konseli mencatat tugas rumah. |
| | | Konselor meminta konseli untuk melakukan tugas terstruktur di luar kelompok konseling agar konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya. | Konseli antusias melaksanakan tugas dan melakukan tugas terstruktur. |
| 3 | Penutup | Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk melangka ketahap berikutnya. | Konseli menjawab “kami siap “ |
| | | Konselor membuat kontrak waktu | Konseli menyepakati waktu kontrak |
| | | Konselor menanyakan kepada anggota kelompok mengenai kesiapan mereka untuk melangkah ketahap berikutnya. | Konseli menjawab “kami siap” |
| | | Konselor mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan. | Konseli menjawab dan membalas “sama-sama” |

- VI. Metode : Diskusi
- VII. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas/ aula
- VIII. Evaluasi : pengamatan
- Penutup : Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

**RENCANA PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Pertemuan VII

Sekolah : SMP Negeri 33 Makassar
Alokasi waktu : 1x30 menit
Topik : Membahas hasil pekerjaan rumah
Bidang bimbingan : Pribadi
Fungsi Layanan : Fungsi Pemahaman dan Pemeliharaan
Jenis layanan : Layanan Konseling kelompok

I. Standar Kompetensi :

- merefleksikan pengalaman siswa selama proses konseling berlangsung.

II. Kompetensi dasar :

- Memahami dan dapat melakukan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan dengan baik

III. Indikator :

Produk

- Mengevaluasi diri sebagai bagian dari unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap asertifnya.

IV. Tujuan

- Konseli melihat evaluasi diri setelah mengikuti serangkaian tahap teknik *Assertive Training*.

V. Proses

| No | Kegiatan | Rangkaian Kegiatan | |
|----|-------------|--|--|
| | | Konselor | Konseli |
| 1 | Pendahuluan | Konselor membuka pertemuan dengan salam | Konseli menjawab salam |
| | | Konselor menanyakan kabar para anggota kelompok | Konseli menjawab "baik-baik" |
| | | Konselor menanyakan kesiapan konseli mengikuti kegiatan. | Konselor menjawab dan telah siap mengikuti kegiatan. |

| | | | |
|---|---------|---|---|
| 2 | Inti | Konselor mengajak konseli merefleksikan pengalaman konseli selama proses konseling berlangsung. | Konseli menyampaikan pengalamannya selama mengikuti kegiatan proses konseling . |
| | | Konselor mengevaluasi diri sebagai bagian dari unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap asertifnya. | Konseli mendengarkan |
| 3 | Penutup | Konselor mengumumkan jadwal pelaksanaan berikutnya (<i>pemberian post-test</i>) | Konseli menyetujui jadwal yang telah ditentukan |
| | | Konselor membuat kontrak waktu | Konseli menyetujui waktu kontrak |
| | | Konselor mengucapkan terima kasih dan mengingatkan janji temu yang dibuat dan menutup pertemuan. | Konseli menjawab dan membalas “sama-sama” |

- VI. Metode : Diskusi
VII. Tempat pelaksanaan : Ruang kelas/ aula
VIII. Evaluasi : pengamatan

Penutup : Dengan demikian RPBK ini dibuat untuk dipergunakan sebagai acuan untuk melakukan program layanan bimbingan dan konseling.

Peneliti

Nurhikmah

KISI-KISI ANGKET KEPERCAYAAN DIRI

(SEBELUM UJI COBA)

| Variabel | Indikator | Deskripsi | Pernyataan | |
|--------------------------------------|--|---|--|-------------|
| | | | Positif (+) | Negatif (-) |
| Kepercayaan diri | 1. Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri | a. Sikap positif individu terhadap dirinya. | 1 | 3,4 |
| | | b. Tidak bergantung dan mengharapkan orang lain | 2 | 5 |
| | 2. Terdorong untuk menunjukkan sikap individu yang apa adanya | a. Menunjukkan kelebihan dan kekurangan individu | 6,7,8 | 9,10 |
| | | 3. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain. | a. Berani dalam mengambil suatu tindakan | 11,12 |
| 4. Punya pengendalian diri yang baik | a. Tidak moody dan mempunyai emosi yang stabil b. Bertanggung jawab | 16,18 | 19 | |
| | | 17 | 20 | |
| | 5. Selalu memandang keberhasilan dan kegagalan | a. Tidak mudah menyerah | 22 | 23,24 |
| | | b. Tidak bergantung pada orang lain | 21 | 25 |
| | 6. Mempunyai cara pandang yang positif | a. Selalu berprasangka baik | 26,28 | 29 |
| b. Selalu berfikiran positif | | 27 | 30 | |
| | 7. Memiliki harapan yang realistik | a. Memiliki tujuan hidup | 31 | 33,35 |
| | | b. Memiliki harapan yang nyata | 32 | 34 |

ANGKET PENELITIAN
(SEBELUM UJI COBA)

Pengantar

Angket ini berisi sejumlah pernyataan yang berkaitan dengan kepercayaan diri. Angket ini dimaksudkan untuk kebutuhan penelitian ilmiah dan tidak ada sangkut pautnya dengan penelitian guru terhadap anda. Oleh karena itu, sangat diharapkan kejujuran, keterbukaan dan kesediaannya menjawab pertanyaan yang terdapat dalam angket ini. Informasi yang anda berikan akan sangat membantu dalam mencapai maksud penelitian ini. Informasi yang kurang jelas, mohon ditanyakan langsung pada peneliti.

Atas kesediann anda menjawab angket ini, diucapkan terima kasih .

Makassar,

2019

Peneliti ,

NURHIKMAH

Petunjuk Pengisian

1. Tulislah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan dari seluruh pilihan jawaban yang telah disediakan.
3. Berilah tanda centang (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan pada bagian kanan.
4. Berilah jawaban anda sesuai dengan keadaan diri anda atau yang Anda alami selama ini, bukan sebagaimana yang Anda harapkan.
5. Pilihan jawaban yaitu : (SS), Sangat Sesuai, (S), Sesuai, (KS), Kurang sesuai, dan (STS) Sangat tidak sesuai.
6. Semua pernyataan yang diajukan harus dijawab, jangan sampai ada yang terlewatkan.

Nama :

Nis :

Kelas :

~ Selamat Bekerja ~

| No. | PERNYATAAN | PILIHAN JAWABAN | | | | |
|-----|---|-----------------|---|----|----|-----|
| | | SS | S | TS | KS | STS |
| 1. | Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri sehingga tidak membutuhkan pujian ataupun rasa hormat orang lain. | | | | | |
| 2. | Saya tidak perlu mengharapkan pujian dari orang lain untuk mendapatkan banyak teman. | | | | | |
| 3. | Saya sulit menerima kekurangan diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri. | | | | | |
| 4. | Dalam mengerjakan sesuatu saya selalu menempatkan diri sebagai yang terakhir. | | | | | |
| 5. | Saya merasa bergantung pada orang lain | | | | | |
| 6. | Saya tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok | | | | | |
| 7. | Saya memiliki keistimewaan tersendiri dalam bergaul | | | | | |
| 8. | Saya menganggap teman-teman dapat menerima kekurangan | | | | | |
| 9. | Saya berusaha menunjukkan sikap konformis semata-mata demi mendapatkan pengakuan dari orang lain | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|--|
| 10. | Saya merasa teman-teman saya di sekolah tidak dapat menerima kekurangan yang saya miliki. | | | | | |
| 11. | Saya berani menerima penolakan dari orang lain dan berani menjadi diri sendiri. | | | | | |
| 12. | Meskipun mengalami penolakan dari orang lain, saya akan menghadapinya. | | | | | |
| 13. | Saya lebih suka menyendiri bila ada masalah daripada berbaur dengan teman yang lain. | | | | | |
| 14. | Saya sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah | | | | | |
| 15. | Saya merasa tersisih dari lingkungan pergaulan di sekolah. | | | | | |
| 16. | Saya memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran semestinya | | | | | |
| 17. | Saya berani bertanggung jawab atas konsekuensi dari apa yang saya lakukan. | | | | | |
| 18. | Saya berusaha bersikap dewasa dalam menyelesaikan masalah. | | | | | |
| 19. | Saya merasa terbebani dan tidak mampu membuat keputusan. | | | | | |
| 20. | Saya merasa memiliki kelebihan yang bisa di kembangkan | | | | | |
| 21. | Bagi saya keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha sendiri. | | | | | |
| 22. | Saya merasa mempunyai kelebihan yang bisa untuk dikembangkan. | | | | | |
| 23. | Saya mudah menyerah pada suatu hal. | | | | | |
| 24. | Dalam menghadapi kegagalan, saya merasa sulit untuk bangkit kembali. | | | | | |
| 25. | Saya selalu mengharapkan bantuan dari orang lain. | | | | | |
| 26. | Saya tidak menemui kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulan saya. | | | | | |
| 27. | Saya selalu berprasangka baik dengan teman saya. | | | | | |
| 28. | Saya mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri saya sendiri dan lingkungan. | | | | | |
| 29. | Saya memiliki sifat pesimis dan menilai segala sesuatu dari sisi | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|--|
| | negatif. | | | | | |
| 30. | Saya sering membandingkan diri saya dengan orang lain. | | | | | |
| 31. | Saya selalu bersikap optimis tentang diri saya | | | | | |
| 32. | Saya bisa bergaul dimana saya dengan keadaan lingkungan yang bagaimana saja | | | | | |
| 33. | Saya merasa teman-teman tidak mau bergaul dengan saya | | | | | |
| 34. | Saya menganggap diri saya tidak mampu untuk mengerjakan sesuatu | | | | | |
| 35. | Saya selalu merasa takut gagal dan cenderung menghindari resiko. | | | | | |

Periksa kembali lembar angket Anda, pastikan seluruh butir telah Anda isi.

~Terima Kasih Atas Partisipasi Anda~

Uji Validitas
Item-Total Statistics

| | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|-----------------|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| VAR00001 | 79.5333 | 98.326 | .421 | .847 |
| VAR00002 | 79.5000 | 98.052 | .492 | .845 |
| VAR00003 | 79.2667 | 101.168 | .320 | .849 |
| VAR00004 | 79.5000 | 99.155 | .416 | .847 |
| VAR00005 | 79.5333 | 98.257 | .425 | .847 |
| VAR00006 | 79.5333 | 96.671 | .525 | .844 |
| VAR00007 | 79.5333 | 96.326 | .221 | .847 |
| VAR00008 | 79.5333 | 97.154 | .494 | .844 |
| VAR00009 | 79.5333 | 99.154 | .369 | .848 |
| VAR00010 | 79.5333 | 96.878 | .512 | .844 |
| VAR00011 | 79.5000 | 96.741 | .546 | .843 |
| VAR00012 | 79.5667 | 95.771 | .669 | .840 |
| VAR00013 | 79.5333 | 95.706 | .586 | .842 |
| VAR00014 | 79.5000 | 98.052 | .222 | .845 |
| VAR00015 | 79.5000 | 96.328 | .574 | .842 |
| VAR00016 | 79.4000 | 98.593 | .565 | .844 |
| VAR00017 | 79.3667 | 100.102 | .341 | .849 |
| VAR00018 | 78.8667 | 105.913 | .216 | .853 |
| VAR00019 | 79.3333 | 98.437 | .525 | .844 |
| VAR00020 | 79.5667 | 94.047 | .702 | .838 |
| VAR00021 | 79.6333 | 98.585 | .424 | .847 |
| VAR00022 | 79.6333 | 95.964 | .635 | .841 |
| VAR00023 | 79.2333 | 108.185 | .218 | .861 |
| VAR00024 | 79.7333 | 95.237 | .646 | .840 |
| VAR00025 | 79.5000 | 99.155 | .416 | .847 |
| VAR00026 | 79.5000 | 96.741 | .546 | .843 |
| VAR00027 | 79.1667 | 99.661 | .411 | .847 |
| VAR00028 | 79.3333 | 106.368 | -.261 | .860 |
| VAR00029 | 79.5333 | 97.154 | .494 | .844 |
| VAR00030 | 79.1333 | 101.223 | .333 | .849 |
| VAR00031 | 79.0333 | 103.137 | .327 | .850 |
| VAR00032 | 78.9333 | 103.237 | .432 | .849 |
| VAR00033 | 79.7333 | 95.237 | .646 | .8407 |
| VAR00035 | 79.4000 | 98.593 | .565 | .844 |

HASIL UJI RELIABILITTY

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

| | | N | % |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid | 30 | 100.0 |
| | Excluded ^a | 0 | .0 |
| | Total | 30 | 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 |
|------------------|--|------------|
| .852 | .849 | 35 |

KISI-KISI ANGKET KEPERCAYAAN DIRI

(SETELAH UJI COBA)

| Variabel | Indikator | Deskripsi | Pernyataan | |
|------------------|---|--|-------------|-------------|
| | | | Positif (+) | Negatif (-) |
| Kepercayaan diri | 8. Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri | c. Sikap positif individu terhadap dirinya. | 1 | 3,4 |
| | | d. Tidak bergantung dan mengharapkan orang lain | 2 | 5 |
| | 9. Terdorong untuk menunjukkan sikap individu yang apa adanya | b. Menunjukkan kelebihan dan kekurangan individu | 6,7 | 8,9 |
| | 10. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain. | b. Berani dalam mengambil suatu tindakan | 10,11 | 12,13, |
| | 11. Punya pengendalian diri yang baik | c. Tidak moody dan mempunyai emosi yang stabil | 14, | 16 |
| | | d. Bertanggung jawab | 15 | 17 |
| | 12. Selalu memandang keberhasilan dan kegagalan | c. Tidak mudah menyerah | 18 | 20, 21 |
| | 13. Mempunyai cara pandang yang positif | d. Tidak bergantung pada orang lain | 19 | |
| | | c. Selalu berprasangka baik | 22, | 24 |
| | d. Selalu berfikiran positif | 23 | 25 | |
| | 14. Memiliki harapan yang realistik | c. Memiliki tujuan hidup | 26 | 28, 30 |
| | | d. Memiliki harapan yang nyata | 27 | 29 |

ANGKET PENELITIAN
(SEBELUM UJI COBA)

Pengantar

Angket ini berisi sejumlah pernyataan yang berkaitan dengan kepercayaan diri. Angket ini dimaksudkan untuk kebutuhan penelitian ilmiah dan tidak ada sangkut pautnya dengan penelitian guru terhadap anda. Oleh karena itu, sangat diharapkan kejujuran, keterbukaan dan kesediaannya menjawab pertanyaan yang terdapat dalam angket ini. Informasi yang anda berikan akan sangat membantu dalam mencapai maksud penelitian ini. Informasi yang kurang jelas, mohon ditanyakan langsung pada peneliti.

Atas kesediann anda menjawab angket ini, diucapkan terima kasih .

Makassar,

2019

Peneliti ,

NURHIKMAH

Petunjuk Pengisian

7. Tulislah identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
8. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan dari seluruh pilihan jawaban yang telah disediakan.
9. Berilah tanda centang (\checkmark) pada salah satu pilihan jawaban yang telah disediakan pada bagian kanan.
10. Berilah jawaban anda sesuai dengan keadaan diri anda atau yang Anda alami selama ini, bukan sebagaimana yang Anda harapkan.
11. Pilihan jawaban yaitu : (SS), Sangat Sesuai, (S), Sesuai, (TS) Kurang sesuai, (KS), dan (STS) Sangat tidak sesuai.
12. Semua pernyataan yang diajukan harus dijawab, jangan sampai ada yang terlewatkan.

Nama :

Nis :

Kelas :

~ Selamat Bekerja ~

| No. | PERNYATAAN | PILIHAN JAWABAN | | | | |
|-----|--|-----------------|---|----|----|-----|
| | | SS | S | TS | KS | STS |
| 36. | Saya Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri sehingga tidak membutuhkan pujian ataupun rasa hormat orang lain. | | | | | |
| 37. | Saya tidak perlu mengharapkan pujian dari orang lain untuk mendapatkan banyak teman. | | | | | |
| 38. | Saya sulit menerima kekurangan diri sehingga memandang rendah kemampuan diri sendiri. | | | | | |
| 39. | Dalam mengerjakan sesuatu saya menempatkan diri sebagai yang terakhir. | | | | | |
| 40. | Saya merasa bergantung pada orang lain | | | | | |
| 41. | Saya tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain atau kelompok | | | | | |
| 42. | Saya menganggap teman-teman saya dapat menerima kekurangan | | | | | |
| 43. | Saya berusaha menunjukkan sikap konformis semata-mata demi mendapatkan pengakuan dari orang lain | | | | | |
| 44. | Saya merasa teman-teman di sekolah tidak dapat menerima kekurangan | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|--|--|--|--|--|--|
| | yang saya miliki. | | | | | |
| 45. | Saya berani menerima penolakan dari orang lain dan berani menjadi diri sendiri. | | | | | |
| 46. | Meskipun mengalami penolakan dari orang lain, saya akan menghadapinya. | | | | | |
| 47. | Saya lebih suka menyendiri bila ada masalah daripada berbaur dengan teman yang lain. | | | | | |
| 48. | Saya merasa tersisih dari lingkungan pergaulan di sekolah. | | | | | |
| 49. | Saya berani bertanggung jawab atas konsekuensi dari apa yang saya lakukan. | | | | | |
| 50. | Saya merasa terbebani dan tidak mampu membuat keputusan. | | | | | |
| 51. | Saya merasa memiliki kelebihan yang bisa di kembangkan | | | | | |
| 52. | Saya berani bertanggung jawab atas konsekuensi dari apa yang saya lakukan. | | | | | |
| 53. | Bagi saya keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha sendiri. | | | | | |
| 54. | Saya merasa mempunyai kelebihan yang bisa untuk dikembangkan. | | | | | |
| 55. | Dalam menghadapi kegagalan, saya merasa sulit untuk bangkit kembali. | | | | | |
| 56. | Saya mengharapkan bantuan dari orang lain. | | | | | |
| 57. | Saya tidak menemui kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulan saya. | | | | | |
| 58. | Saya berprasangka baik dengan teman saya. | | | | | |
| 59. | Saya memiliki sifat pesimis dan menilai segala sesuatu dari sisi negatif. | | | | | |
| 60. | Saya sering membandingkan diri dengan orang lain. | | | | | |
| 61. | Saya bersikap optimis tentang diri saya | | | | | |
| 62. | Saya bisa bergaul dimana dengan keadaan lingkungan yang bagaimana saja | | | | | |
| 63. | Saya merasa teman-teman tidak mau | | | | | |

| | | | | | | |
|-----|---|--|--|--|--|--|
| | bergaul dengan saya | | | | | |
| 64. | Saya menganggap diri saya tidak mampu untuk mengerjakan sesuatu | | | | | |
| 65. | Saya merasa takut gagal dan cenderung menghindari resiko. | | | | | |

Periksa kembali lembar angket Anda, pastikan seluruh butir telah Anda isi.

~Terima Kasih Atas Partisipasi Anda~

Posttest Kelompok Eksperimen

| Resp | Item | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Jumlah | |
|------|------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------|-----|
| | 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 | | |
| 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 135 |
| 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 4 | 4 | 104 |
| 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 5 | 5 | 109 |
| 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 114 |
| 5 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 5 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 3 | 116 |
| 6 | 3 | 3 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 120 |
| 7 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 3 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 2 | 123 |
| 8 | 1 | 1 | 1 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 128 |
| 9 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 5 | 4 | 5 | 4 | 5 | 4 | 93 |
| 10 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 5 | 5 | 1 | 98 |

DATA HASIL PENELITIAN KELOMPOK PENELITIAN

| Respon den | Kelompok Eksperimen | | | | Kelompok Kontrol | | | |
|---------------|---------------------|----------|----------------------------------|------------------|------------------|----------|----------------------------------|------------------|
| | Pretest | Posttest | Gain Score (Posttest-Pretest) | Ket | Pretest | Posttest | Gain Score (Posttest-Pretest) | Ket |
| 1 | 83 | 135 | 52 | Meningkat | 82 | 82 | 0 | Tetap |
| 2 | 89 | 104 | 15 | Meningkat | 98 | 98 | 0 | Tetap |
| 3 | 67 | 109 | 42 | Meningkat | 58 | 57 | -1 | Menurun |
| 4 | 32 | 114 | 82 | Meningkat | 60 | 59 | -1 | Menurun |
| 5 | 57 | 116 | 59 | Meningkat | 62 | 62 | 0 | Tetap |
| 6 | 70 | 120 | 50 | Meningkat | 68 | 75 | 7 | Meningkat |
| 7 | 60 | 123 | 63 | Meningkat | 70 | 74 | 4 | Meningkat |
| 8 | 74 | 128 | 54 | Meningkat | 76 | 76 | 0 | Tetap |
| 9 | 74 | 93 | 19 | Meningkat | 42 | 77 | 35 | Meningkat |
| 10 | 40 | 98 | 58 | Meningkat | 59 | 59 | 0 | Tetap |
| Jumlah | 646 | 1.140 | 494 | Meningkat | 675 | 719 | 44 | Meningkat |
| Rata- rata | 64,6 | 114 | 49,4 | Meningkat | 67,5 | 71,9 | 4,4 | Meningkat |

Sumber: Hasil Angket Penelitian

Data Tingkat kepercayaan diri siswa

Di SMP Negeri 33 Makassar

| Interval | Kategorisasi | Kelompok Penelitian | | | | | | | |
|---------------|---------------|---------------------|-----|----------|-----|---------|-----|----------|-----|
| | | Eksperimen | | | | Kontrol | | | |
| | | Pretest | | Posttest | | Pretest | | Posttest | |
| | | f | % | f | % | f | % | f | % |
| 126-150 | Sangat Tinggi | - | - | 1 | 10 | - | - | - | - |
| 102-125 | Tinggi | - | - | 7 | 70 | - | - | - | - |
| 78-101 | Sedang | 2 | 20 | 2 | 20 | 2 | 20 | 2 | 20 |
| 54-77 | Rendah | 6 | 60 | 0 | 0 | 7 | 70 | 8 | 80 |
| 30-53 | Sangat Rendah | 2 | 20 | 0 | 0 | 1 | 10 | - | - |
| Jumlah | | 10 | 100 | 10 | 100 | 10 | 100 | 10 | 100 |

Data Tingkat kepercayaan diri siswa

Di SMP Negeri 33 Makassar

| Jenis Data | Kelompok | Mean | Interval | Klasifikasi |
|-----------------|------------|------|----------|-------------|
| <i>Pretest</i> | Eksperimen | 64,6 | 54-77 | Rendah |
| | Kontrol | 67,5 | 54-77 | Rendah |
| <i>Posttest</i> | Eksperimen | 114 | 102-125 | Tinggi |
| | Kontrol | 71,9 | 54-77 | Rendah |

Analisis statistik deskriptif
***Pretest-Posttest* Kelompok Eksperimen**

Statistics

| | | Pretest | Posttest |
|----------------|---------|---------|-----------------|
| N | Valid | 10 | 10 |
| | Missing | 1 | 1 |
| Mean | | 64.60 | 114.00 |
| Median | | 68.50 | 115.00 |
| Mode | | 74 | 93 ^a |
| Std. Deviation | | 17.927 | 13.250 |
| Variance | | 321.378 | 175.556 |
| Range | | 57 | 42 |
| Minimum | | 32 | 93 |
| Maximum | | 89 | 135 |
| Sum | | 646 | 1140 |

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

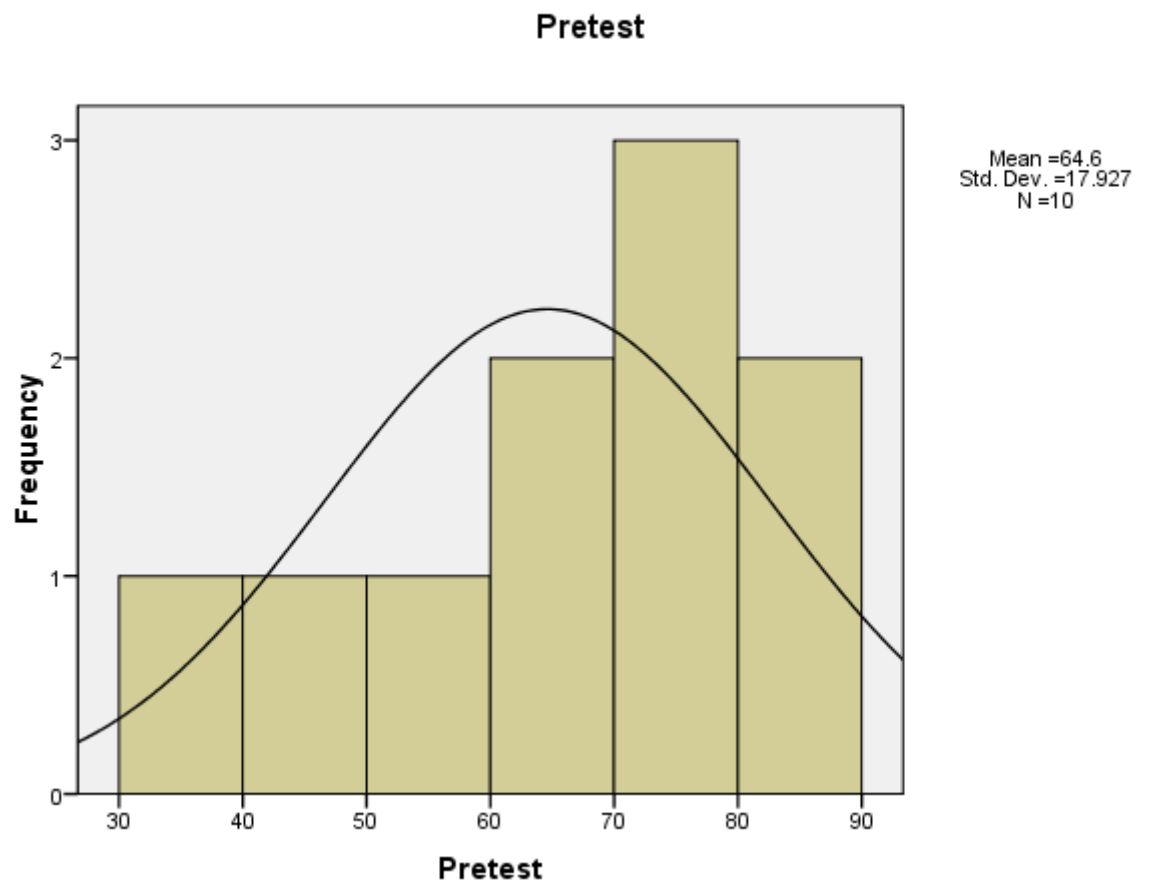
Pretest

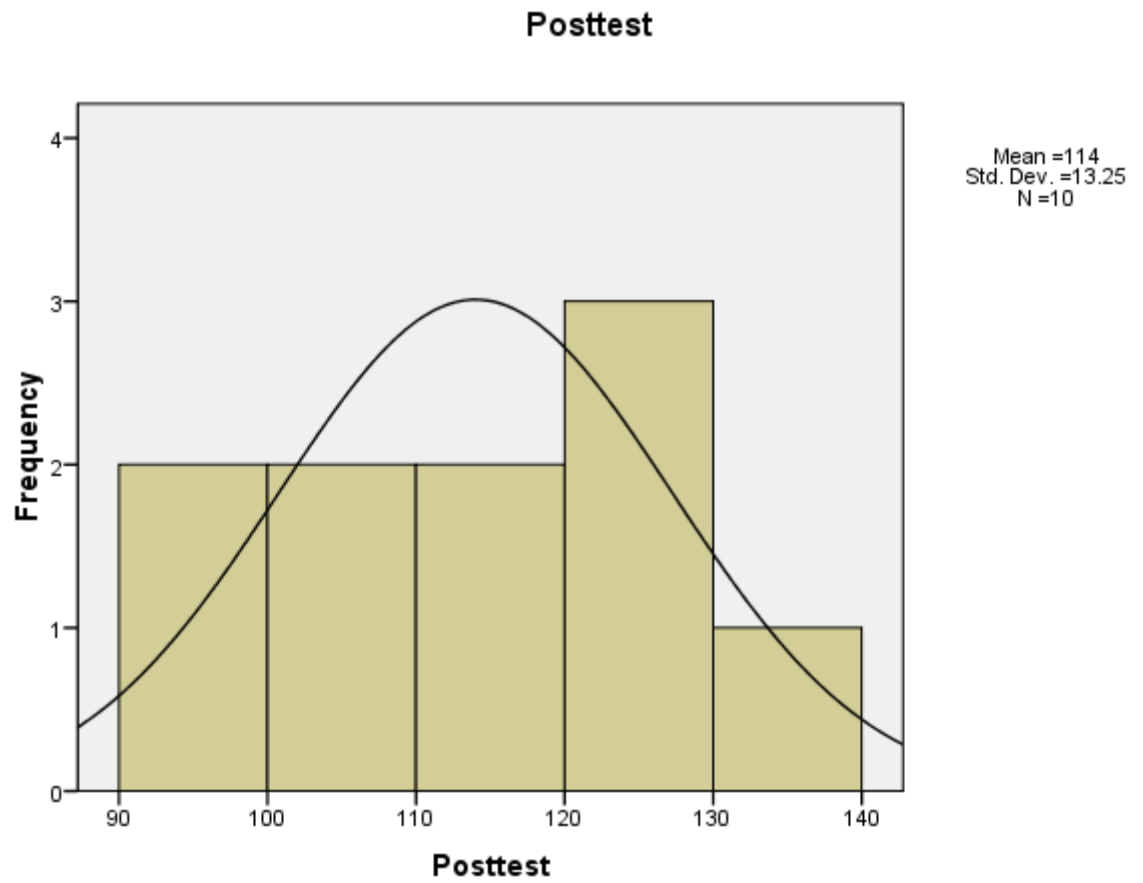
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|--------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | 32 | 1 | 9.1 | 10.0 | 10.0 |
| | 40 | 1 | 9.1 | 10.0 | 20.0 |
| | 57 | 1 | 9.1 | 10.0 | 30.0 |
| | 60 | 1 | 9.1 | 10.0 | 40.0 |
| | 67 | 1 | 9.1 | 10.0 | 50.0 |
| | 70 | 1 | 9.1 | 10.0 | 60.0 |
| | 74 | 2 | 18.2 | 20.0 | 80.0 |
| | 83 | 1 | 9.1 | 10.0 | 90.0 |
| | 89 | 1 | 9.1 | 10.0 | 100.0 |
| | Total | 10 | 90.9 | 100.0 | |
| Missing | System | 1 | 9.1 | | |
| Total | | 11 | 100.0 | | |

Posttest

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------|--------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | 93 | 1 | 9.1 | 10.0 | 10.0 |
| | 98 | 1 | 9.1 | 10.0 | 20.0 |
| | 104 | 1 | 9.1 | 10.0 | 30.0 |
| | 109 | 1 | 9.1 | 10.0 | 40.0 |
| | 114 | 1 | 9.1 | 10.0 | 50.0 |
| | 116 | 1 | 9.1 | 10.0 | 60.0 |
| | 120 | 1 | 9.1 | 10.0 | 70.0 |
| | 123 | 1 | 9.1 | 10.0 | 80.0 |
| | 128 | 1 | 9.1 | 10.0 | 90.0 |
| | 135 | 1 | 9.1 | 10.0 | 100.0 |
| | Total | 10 | 90.9 | 100.0 | |
| Missing | System | 1 | 9.1 | | |
| Total | | 11 | 100.0 | | |

HISTOGRAM





Lampiran

Analisis statistik deskriptif
***Pretest-Posttest* Kelompok Kontrol**

Statistics

| | | Pretest | Posttest |
|----------------|---------|-----------------|----------|
| N | Valid | 11 | 11 |
| | Missing | 0 | 0 |
| Mean | | 122.73 | 130.73 |
| Median | | 68.00 | 75.00 |
| Mode | | 42 ^a | 59 |
| Std. Deviation | | 183.746 | 195.490 |
| Variance | | 3.376E4 | 3.822E4 |
| Range | | 633 | 662 |
| Minimum | | 42 | 57 |
| Maximum | | 675 | 719 |
| Sum | | 1350 | 1438 |

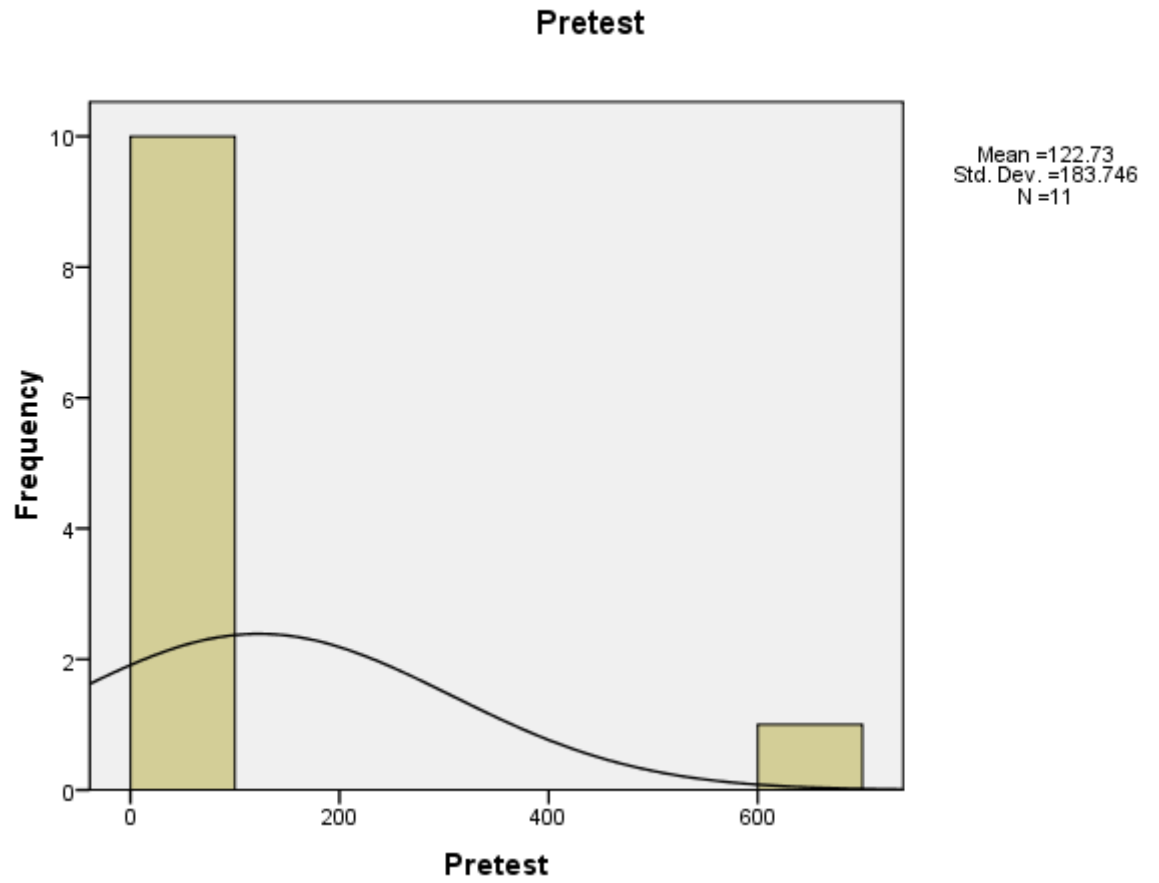
a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

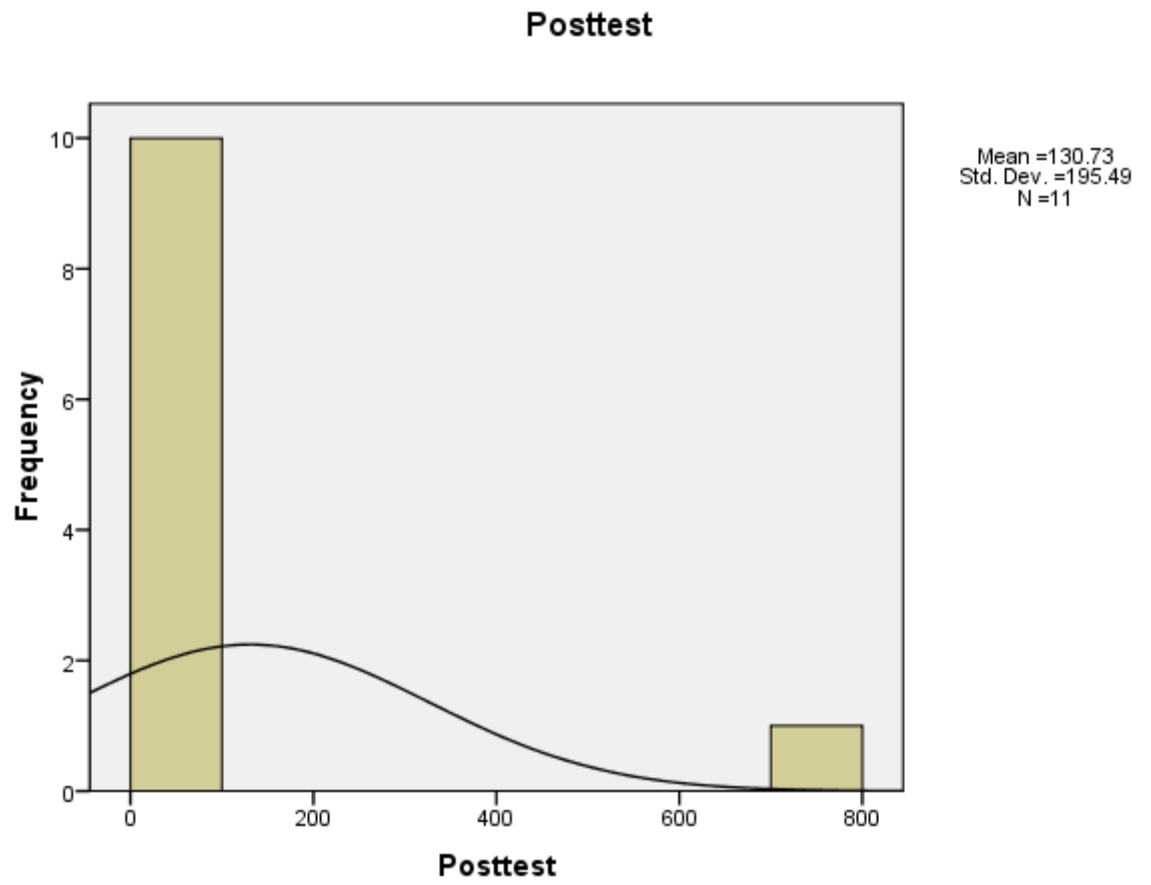
Pretest

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | 42 | 1 | 9.1 | 9.1 | 9.1 |
| | 58 | 1 | 9.1 | 9.1 | 18.2 |
| | 59 | 1 | 9.1 | 9.1 | 27.3 |
| | 60 | 1 | 9.1 | 9.1 | 36.4 |
| | 62 | 1 | 9.1 | 9.1 | 45.5 |
| | 68 | 1 | 9.1 | 9.1 | 54.5 |
| | 70 | 1 | 9.1 | 9.1 | 63.6 |
| | 76 | 1 | 9.1 | 9.1 | 72.7 |
| | 82 | 1 | 9.1 | 9.1 | 81.8 |
| | 98 | 1 | 9.1 | 9.1 | 90.9 |
| | 675 | 1 | 9.1 | 9.1 | 100.0 |
| Total | | 11 | 100.0 | 100.0 | |

Posttest

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | 57 | 1 | 9.1 | 9.1 | 9.1 |
| | 59 | 2 | 18.2 | 18.2 | 27.3 |
| | 62 | 1 | 9.1 | 9.1 | 36.4 |
| | 74 | 1 | 9.1 | 9.1 | 45.5 |
| | 75 | 1 | 9.1 | 9.1 | 54.5 |
| | 76 | 1 | 9.1 | 9.1 | 63.6 |
| | 77 | 1 | 9.1 | 9.1 | 72.7 |
| | 82 | 1 | 9.1 | 9.1 | 81.8 |
| | 98 | 1 | 9.1 | 9.1 | 90.9 |
| | 719 | 1 | 9.1 | 9.1 | 100.0 |
| | Total | 11 | 100.0 | 100.0 | |

HISTOGRAM



Uji Normalitas

Standar Deviasi Kelompok Eksperimen

| no | X | $x-x^1$ | $(x-x^1)^2$ |
|---------------|------|---------|---------------|
| 1 | 52 | 2,6 | 6,76 |
| 2 | 15 | 34,4 | 1,183 |
| 3 | 42 | 7,4 | 54,76 |
| 4 | 82 | 32,6 | 1,062 |
| 5 | 59 | 9,6 | 92,12 |
| 6 | 50 | 0,6 | 0,36 |
| 7 | 63 | 13,6 | 184,96 |
| 8 | 54 | 4,6 | 21,16 |
| 9 | 19 | 30,4 | 924,16 |
| 10 | 58 | 8,6 | 73,96 |
| Jumlah | 49,4 | | 1360,4 |

$$sd = \sqrt{\frac{(x-x^1)^2}{n-1}}$$

$$sd = \sqrt{\frac{1360,4}{9}}$$

$$sd = \sqrt{151,15}$$

$$sd = 12,294$$

Uji Normalitas Kelompok Eksperimen

| X | f | F | f/n | F/n | Z | P<Z | a1 | a2 |
|----|---|----|-----|-----|------|--------|--------|---------|
| 15 | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 | 0,21 | 0,4168 | 0,4168 | -0,3168 |
| 19 | 1 | 2 | 0,1 | 0,2 | 2,79 | 0,2148 | 0,2148 | -0,0148 |
| 42 | 2 | 4 | 0,2 | 0,4 | 0,60 | 0,2743 | 0,2743 | 0,1257 |
| 50 | 1 | 5 | 0,1 | 0,5 | 2,65 | 0,0040 | 0,4504 | 0,0496 |
| 52 | 1 | 6 | 0,1 | 0,6 | 0,78 | 0,2177 | 0,3977 | 0,3823 |
| 54 | 1 | 7 | 0,1 | 0,7 | 0,04 | 0,4840 | 0,176 | 0,216 |
| 58 | 1 | 8 | 0,1 | 0,8 | 1,10 | 0,1357 | 0,1357 | 0,6643 |
| 59 | 1 | 9 | 0,1 | 0,9 | 0,37 | 0,3557 | 0,3557 | 0,5443 |
| 63 | 1 | 10 | 0,1 | 0,1 | 2,47 | 0,0068 | 0,0068 | 0,0932 |

Aturan persyaratan

H_0 : f(x)= normal

H_1 : f(x)= Tidak normal

Kriteria pengujian

terima H_0 jika a_1 maksimum $\leq D$ table

tolak H_0 Jika a_1 maksimum $\geq D$ table

nilai D table dengansebesar 0,05 yaitu 0,410

berdasarkanhasilhitungdiperolehnilai a_1 maksimum yaitu 0,4168

dimananilaitersebutlebihkecildarinilaitabel. Dengandemikiankeputusan yang dapatdiambiladalahmenerima H_0 yang berartidistribusi data bersifat normal.

Standar deviasi Kelompok kontrol

| No | X | $x-x^1$ | $(x-x^1)^2$ |
|--------|-----|---------|-------------|
| 1 | 0 | -4,4 | 19,36 |
| 2 | 0 | -4,4 | 19,36 |
| 3 | -1 | -5,4 | 29,16 |
| 4 | -1 | -5,4 | 29,16 |
| 5 | 0 | -4,4 | 19,36 |
| 6 | 7 | 2,6 | 6,76 |
| 7 | 4 | -0,4 | 0,16 |
| 8 | 0 | -4,4 | 19,36 |
| 9 | 35 | 30,6 | 936,36 |
| 10 | 0 | -4,4 | 19,36 |
| jumlah | 4,4 | | 1,079.04 |

$$sd = \sqrt{\frac{(x-x^1)^2}{n-1}}$$

$$sd = \sqrt{\frac{1,079.04}{9}}$$

$$sd = \sqrt{119,89}$$

$$sd = 10,94$$

Ujinormalitas

Kelompok control

| X | F | F | f/n | F/n | Z | P≤Z | a1 | a2 |
|----------|----------|----------|------------|------------|----------|------------|-----------|-----------|
| 0 | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 | 0,40 | 0,3446 | 0,3446 | 0,1554 |
| -1 | 2 | 7 | 0,2 | 0,7 | 0,40 | 0,3446 | -0,1554 | 0,3554 |
| 4 | 1 | 8 | 0,1 | 0,8 | 0,49 | 0,3121 | -0,3879 | 0,4879 |
| 7 | 1 | 9 | 0,1 | 0,9 | 0,49 | 0,3121 | -0,4879 | 0,5879 |
| 35 | 1 | 10 | 0,1 | 1 | 0,40 | 0,3446 | -0,5554 | 0,6554 |

Aturan persyaratan

H_0 : $f(x)$ = normal

H_1 : $f(x)$ = Tidak normal

Criteria pengujian

terima H_0 jika $a1$ maksimum $\leq D$ table

tolak H_0 Jika $a1$ maksimum $\geq D$ table

nilai D table dengan sebesar 0,05 yaitu 0,410

berdasarkan hasil hitung diperoleh nilai $a1$ maksimum yaitu 0,3446 dimana nilai tersebut lebih kecil dari nilai tabel. Dengan demikian keputusan yang dapat diambil adalah menerima H_0 yang berarti distribusi data bersifat normal.

Uji Homogenitas

$$F(\max) = \frac{\text{variansi terbesar}}{\text{variansi terkecil}}$$

Terima H_0 jika $f(\max)$ hitung $\leq f(\max)$ tabel

Tolak H_0 jika $f(\max)$ hitung $\geq f(\max)$ tabel

$$f(\max) \text{ hitung} = 151,15 / 119,89 = 1,222$$

$$f(\max) \text{ tabel} = 4,03 \text{ (n-1=9, artinya nilai k=9)}$$

kesimpulan menerima H_0 karena $f(\max)$ hitung $\leq f(\max)$ tabel yang berarti variansi kedua kelompok bersifat homogen.

UJI t

Group Statistics

| | Kelompok Penelitian | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|------------|---------------------|----|---------|----------------|-----------------|
| Gain Score | eksperimen | 10 | 49.4000 | 20.01222 | 6.32842 |
| | kontrol | 10 | 4.4000 | 11.04737 | 3.49349 |

Independent Samples Test

| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | | | |
|------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|----------|
| | | F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference | |
| | | | | | | | | | Lower | Upper |
| Gain Score | Equal variances assumed | 2.515 | .130 | 6.225 | 18 | .000 | 45.00000 | 7.22865 | 29.81318 | 60.18682 |
| | Equal variances not assumed | | | 6.225 | 14.019 | .000 | 45.00000 | 7.22865 | 29.49809 | 60.50191 |

**PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Tahap Kegiatan : I

Nama Kegiatan : Rasionalisasi Treatment

Tujuan : Untuk memahami Tujuan dari *Assertive Training*

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|--|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Memperhatikan penjelasan peneliti mengenai tujuan kegiatan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa mengemukakan pendapat | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa memperhatikan penjelasan peneliti mengenai langkah-langkah pelaksanaan <i>Assertive Training</i> yang akan dilaksanakan selama beberapa pertemuan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 4. Siswa bertanya tentang hal yang tidak dimengerti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR

Tahap Kegiatan : II

Nama kegiatan : Menganalisis kebutuhan latihan keasertifan (*need assessment*)

Tujuan : siswa dapat mengetahui kebutuhan keasertifannya

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|---|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak instruksi yang diberikan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa melakukan apa yang diinstrusikan oleh peneliti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa fokus mengisi kuis keasertifan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 4. Siswa mengumpulkan kuis keasertifan sesuai waktu yang ditentukan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 5. Siswa menyimak dan mendengarkan peneliti untuk bertemu di hari selanjutnya | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR

Tahap Kegiatan : III

Nama kegiatan : Mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan diri yang telah diisi

Tujuan : siswa dapat mengetahui perilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung keasertifannya

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|---|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak dan mendengarkan informasi dari peneliti tentang hasil dari kuis keasertifan. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa mampu mengenali perilaku yang tidak diperlukan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa mampu mengenali perilaku yang mendukung keasertifannya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

**PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Tahap Kegiatan : IV

Nama kegiatan : Berlatih membangun harga diri

Tujuan : siswa mampu membangun harga dirinya

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|---|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak instruksi yang diberikan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa melakukan apa yang diinstrusikan oleh peneliti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa fokus mengisi LKS | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 4. Siswa mengumpulkan LKS sesuai waktu yang ditentukan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 5. Siswa menyimak dan mendengarkan peneliti untuk bertemu di hari selanjutnya | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

**PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIF TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Tahap Kegiatan : V

Nama kegiatan : Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak

Tujuan : siswa mampu melakukan penolakan dan berkata tidak

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|---|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak instruksi yang diberikan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa melakukan apa yang diinstrusikan oleh peneliti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa memperhatikan peneliti memberikan contoh penolakan dan berkata tidak. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 4. Siswa mempraktikkan perilaku asertif | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 5. Siswa menyimak dan mendengarkan kesimpulan dari peneliti dan bertemu di hari selanjutnya | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR

Tahap Kegiatan : VI

Nama kegiatan : Mengerjakan pekerjaan rumah (*Homework Assignment*)

Tujuan : siswa mampu mengaplikasikan perilaku asertif di kehidupan sehari-hari

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|---|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak instruksi yang diberikan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa melakukan apa yang diinstrusikan oleh peneliti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa mempelajari tugas rumah yang diberikan peneliti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 4. Siswa mempraktikkan perilaku asertif di kehidupan sehari-hari | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 5. Siswa menyimak dan mendengarkan kesimpulan dari peneliti dan bertemu di hari selanjutnya | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

**PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN
KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR**

Tahap Kegiatan : VII

Nama kegiatan : Membahas pekerjaan rumah

Tujuan : siswa mampu bersikap tegas terhadap permintaan orang lain

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|--|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak instruksi yang diberikan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa menceritakan hasil yang diperoleh dari pengalamannya. | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa mempraktikkan bersikap tegas di kehidupan sehari-hari | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

PEDOMAN OBSERVASI PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA SMP NEGERI 33 MAKASSAR

Tahap Kegiatan : VIII

Nama kegiatan : Terminasi

Tujuan : siswa mampu melakukan tahap-tahap pelaksanaan kegiatan *Assertive Training* dengan baik

| Aspek yang diobservasi | Responden / siswa | | | | | | | | | | Jumlah |
|--|-------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | |
| 1. Siswa menyimak instruksi yang diberikan | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 2. Siswa merefleksikan pengalamannya selama mengikuti proses assertif training | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| 3. Siswa menyimak kesimpulan dari peneliti | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | √ | |
| JUMLAH | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | |

Keterangan : Berilah tanda cek (√) pada setiap aspek yang muncul

Observer

HASIL ANALISIS DATA OBSERVASI

Analisis data observasi individu dalam persen (%)

| Responden | Pertemuan | | | | | | |
|-----------|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | I | II | III | IV | V | VI | VII |
| 1 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 2 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 3 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 4 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 5 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 6 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 7 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 8 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 9 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| 10 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |

Gambaran Tingkat keaktifan siswa dalam pelaksanaan *Assertive Trainig* dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMP Negeri 33 Makassar

| Persentase | Kriteria | Pertemuan | | | | | | |
|---------------|---------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | I | II | III | IV | V | VI | VII |
| 80%-100% | Sangat Tinggi | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| 60%-79% | Tinggi | - | - | - | - | - | - | - |
| 40%-59% | Sedang | - | - | - | - | - | - | - |
| 20%-39% | Rendah | - | - | - | - | - | - | - |
| 0%-19% | Sangat Rendah | - | - | - | - | - | - | - |
| Jumlah | | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |
| | | | | | | | | |

DOKUMENTASI

Pelaksanaan *Pretest*



(Konselor menjelaskan prosedur pengisian kuesioner)



(Konselor memberikan petunjuk pada pengisian item kuesioner)

Pelaksanaan *Rational Treatment*



(Konselor menyampaikan tujuan pelaksanaan kegiatan)



(konseli menceritakan permasalahan tentang kurangnya kepercayaan diri)



(Konselor melakukan diskusi/sharing mengenai kepercayaan diri)



(Konselor membagikan kuis keasertifan)



(Konselor mencantumkan bahan informasi)



(Konselor membagikan LKS / Berlatih membangun harga diri)



(Konseli berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak)



(mengerjakan pekerjaan rumah



(membahas hasil pekerjaan rumah)



(mengakhiri pekerjaan Terminasi)

Pelaksanaan Posttest



(Konselor membagikan kuesioner untuk pretest)



(Menjelaskan kuesioner posttest)

RIWAYAT HIDUP



NURHIKMAH, lahir pada tanggal 28 Februari 1997 di Gandeng, Kecamatan Baraka, Kabupaten Enrekang, Provinsi Sulawesi Selatan. Anak keenam dari hasil buah pernikahan dari Alm. Dakris dengan Kawik.

Penulis menempuh pendidikan pertama di SD Negeri 122 Pangbuluran pada tahun 2004 dan tamat pada tahun 2009. Kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 3 Baraka pada tahun 2009 dan tamat 2012. Kemudian melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 1 Baraka tahun 2012 dan tamat 2015. Kemudian pada tahun yang sama (2015) penulis terdaftar sebagai mahasiswa di Universitas Negeri Makassar pada Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB) dengan program studi bimbingan konseling melalui jalur SNMPTN