KEEFEKTIFAN KONSELING BEHAVIOR DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENGURANGI PERILAKU KONFORMITAS NEGATIF PADA SISWA KELAS XI IPS DI SMA ISLAM NAHDLATUSYSYUBBAN DEMAK TAHUN PELAJARAN 2015/2016

SKRIPSI

disusun sebagai salah satu syarat penyelesaian Studi Strata 1
untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh
Candra Dewi
1301412009

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2016

PERSETUJUAN BIMBINGAN

Skripsi yang berjudul "Keefektifan Teknik *Assertive Training* untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016" telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan ke sidang panitia ujian skripsi pada :

Hari : Senin

Tanggal : 25 Juli 2016

Pembimbing I,	Pembimbing II,
Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd.,Kons	Prof. Dr. Sugiyo, M.Si
NIP 19611201 19860110 01	NIP 19611201 198601 1 001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling

Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons
NIP 19600205 ~~199802 1~~ 001

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Keefektifan Konseling Behavior Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016" ini telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada:

hari : Jum'at

tanggal : 05 Agustus 2016

Panitia Ujian,

Ketua,

Dr. Edy Purwanto, M.si
NIP 19630121 198703 1 001

Sekretaris,

Drs. Suharso, M.Pd.,Kons.
NIP 19620220 198710 1 001

Penguji Utama,

Prof.Dr. Mungin Eddy W.,M.Pd, Kons
NIP 19521120 197703 1 002

Penguji II/Pembimbing

Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd., Kons.
NIP 19611201 19860110 01

Penguji III/ Pembimbing,

Prof. Dr. Sugiyo, M.Si
NIP 19611201 198601 1 001

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Keefektifan Konseling Behavior Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016**" bebas plagiat dan apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Semarang, Juni 2016

Candra Dewi
NIM 1301412009

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"*Be Your Self* (Jadilah diri sendiri) yang pastinya bermanfaat dan berguna bagi banyak orang"

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. Almamaterku UNNES

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Hirobbil ’alamin, puji syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Penyusunan Skripsi yang berjudul “Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Menggunakan Tekni *Assertive Training* Pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016”. Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan beberapa pihak yang ikut serta membantu baik dukungan secara materil maupun moril. Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum, Rektor Universitas Negeri Semarang (UNNES) yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
2. Prof. Dr. Fakhrudin, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Negeri Semarang (UNNES) yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Eko Nusantoro, M.Pd., Kons., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini
4. Prof.Dr. Mungin Eddy W., M.Pd., Kons. Dosen Penguji I yang berkenan menguji dan memberi masukan demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini
5. Prof. Dr. DYP Sugiharto, M.Pd., Kons. Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini
6. Prof.Dr. Sugiyo, M.Si. Dosen PembimbingII yang senantiasa memberikan arahan dan motivasi demi kesempurnaan penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi peneliti
8. Nur Asiyah, S.Pd., Kepala SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak yang telah memberikan ijin penelitian dan memberikan dukungan serta motivasinya.
9. M. Cholid Noor, beserta semua Guru BK SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak yang telah membantu proses penelitian ini.

10. Bapak dan Ibuku yang selalu memberikan semangat dan tak pernah melewatkan namaku disetiap doanya, terima kasih untuk dukungannya baik materiil maupun moril.
11. Kakakku yang selalumenasehati untuk keberhasilan dalam penelitian ini, yang selalu memberikan semangat dan tak pernah melewatkan namaku disetiap doanya, terima kasih untuk dukungannya baik materiil maupun moril.
12. Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu demi kelancaran penulisan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Demikian yang dapat penulis sampaikan, Semoga tugas akhir berupa skripsi ini dapat dijadikan pelajaran bersama dan bermanfaat bagi pembaca.

Sekian, terima kasih.

Penulis,

ABSTRAK

Dewi, Candra. 2016. *Keefektifan Konseling Behavior Dengan Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016.* Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing Prof. DYP Sugiharto, M.Pd Kons , Prof. Sugiyo, M.Si

Kata Kunci : konformitas negatif , *assertive training*

Konformitas merupakan perubahan perilaku remaja sebagi usaha untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok acuan baik ada maupun tidak ada tekanan secara langsung yang berupa suatu tuntutan tidak tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya namun memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada remaja anggota kelompok tersebut. Data yang diperoleh dari hasil analisis angket menunjukkan beberapa siswa mengalami konformitas negatif. Peneliti menggunakan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif. Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak.

Penelitian ini termasuk kedalam penelitian eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan yaitu *one group pre test-post test design.* Konseli diberikan *pre test* sebelum diberikan layanan konseling individu dan *post test* setelah diakhiri proses konseling. *Pre* dan *post test* berupa skala konformitas. Uji hipotesis menggunakan uji wilcoxon dengan membandingkan jenjang terkecil dari hasil *pre* dan *post test*. Konseling dilakukan selama lima minggu dengan lima kali pertemuan pada masing-masing konseli. Subyek penelitian ini adalah enam siswa dengan inisial AF, SM, NK, IM, EF dan ZN.

Hasil penelitian ini yaitu (1) keenam konseli mengalami konformitas negatif dengan rata-rata nilai skor 76,36% (2) keenam konseli mengaami penurunan konformitas negatif dengan rata-rata skor 43,23% (3) Konformitas negatif siswa dapat dikurangi menggunakan teknik *assertive training*. Hal ini dibuktikan melalui uji wilcoxon dengan membandingkan jenjang terkecil dari hasil *pre* dan *post test*, diperoleh T_{hitung}= 0 dan T_{tabel} = 0 (dengan taraf signifikansi 5%, N=6) sehingga dapat disimpulkan $T_{hitung} \leq T_{tabel,}$ uji manual Z_{hitung} diperoleh hasil 2,206 dan Z_{tabel} = 1,645 sehingga $Z_{hitung} > Z_{tabel.}$ Sehingga Ha diterima dan Ho di tolak.

Simpulan yang dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah (1) mengalami penurunan perilaku konformitas negatif pada semua konseli setelah diberikan perlakuan berupa teknik *assertive training* (2) Teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif. Oleh karena itu, Guru BK di sekolah dapat menggunakan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif siswa. Saran untuk konseli agar tetap berkomitmen untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

DAFTAR ISI

	Halaman
Lembar Pengesahan.....	ii
Lembar Pernyataan.....	iii
Motto dan Persembahan.....	iv
Kata Pengantar.....	v
Abstrak.....	vii
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel.....	x
Daftar Grafik.....	xi
Daftar Lampiran.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	9
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penulisan.....	9
1.4 Manfaat	9
1.5 Sistematika Penulisan.....	10
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	12
2.1 Penelitian Terdahulu.....	12
2.2 Perilaku Konformitas	14
2.2.1 Pengertian Konformitas.....	14
2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konformitas.....	15
2.2.3 Strategi Mengurangi Konformitas.....	18
2.3 Konseling Individu.....	20
2.3.1 Pengertian Konseling Individu.....	20
2.3.2 Model-Model Konseling Individu.....	21
2.3.3 Tahap-Tahap Konseling Individu……	22
2.4 Konseling Behavior dengan Teknik *Assertive Training*.....	23
2.4.1Konsep Dasar Konseling Behavior.....	23
2.4.2.1 Hakekat Manusia.....	24
2.4.2.2 Asusmsi Tingkah Laku Bermasalah.....	25
2.4.2.3Hubungan Konselor dan Konseli.....	26
2.4.2Tujuan Konseling.....	27
2.4.3 Prosedur Atau Tahap Konseling Behavior.....	30
2.4.4 Teknik-Teknik Konseling Behavior.....	33
2.2.4.1 *Assertive Training*.....	34
2.3.7 Kelebihan dan Kekurangan Konseling Behavior.....	40
2.5 Kerangka Berpikir Perilaku Konformitas Negatif dapat dikurangi dengan Penggunaan Teknik *Assertive Training*.....	42

2.6 Hipotesis..... 45

BAB 3 METODE PENELITIAN..... 46
3.1 Jenis dan Desain Penelitian..... 47
3.2 Variabel Penelitian..... 51
3.2.1 Identifikasi Variabel..... 52
3.2.2 Definisi Operasional..... 52
3.3 Sampel Penelitian 55
3.4 Metode dan Pengumpulan Data..... 56
3.5 Penyusunan Instrumen..... 58
3.6 Validitas dan Reliabilitas..... 60
3.7 Teknik Analisis Data..... 64

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 67
4.1 Hasil Penelitian..... 67
4.1.1 Hasil Analisis Data Kuantitatif..... 67
4.1.1.1 Gambaran Tingkat Konformitas Sebelum diberikan Perlakuan... 67
4.1.1.2 Gambaran Tingkat Konformitas Setelah diberikan Perlakuan..... 71
4.1.1.3 Tingkat Konformitas Sebelum dan Sesudah diberikan Perlakuan..... 76
4.1.1.4 Analisis Uji Wilcoxon..... 80
4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Kualitatif..... 82
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian..... 98
4.3 Keterbatasan Penelitian..... 102

BAB 5 PENUTUP..... 104
5.1 Simpulan..... 104
5.2 Saran..... 104

DAFTAR PUSTAKA..... 106

DAFTAR TABEL

Halaman
3.1 Rancangan Pelaksanaan Treatmen..... 50
3.2 Kategori Jawaban Skala Psikologi..... 57
3.3 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Konformitas Sebelum *Try Out*... 58
3.4 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Konformitas Setelah *Try Out*..... 61
3.5 Kriteria Penilaian Tingkat Konformitas..... 65
4.1 Hasil *Pre Test* Tingkat Konformitas Sebelum diberikan Perlakuan..... 67
4.2 Hasil *Pre Test* Tingkat Konformitas Sebelum diberikan Perlakuan Tiap Indikator..... 68
4.3 Hasil *Post Test* Tingkat Konformitas Setelah diberikan Perlakuan..... 71
4.4 Hasil *PostTest* Tingkat Konformitas Setelah diberikan Perlakuan Tiap Indikator..... 72
4.5 Perbandingan Tingkat Konformitas Sebelum dan Setelah diberikan Perlakuan..... 75
4.6 Perbandingan Tingkat Konformitas Sebelum dan Setelah diberikan Perlakuan Tiap Indikator..... 77
4.7 Tabel Penolong Uji Wilcoxon..... 79
4.8 Deskripsi Hasil Konseling Tiap Pertemuan Per Indikator..... 81

DAFTAR GRAFIK

	Halaman
4.1 Hasil *Pre Test* Sebelum Diberikan Perlakuan.....	67
4.2 Hasil *Pre Test* Tiap Indikator Sebelum Diberikan Perlakuan.....	69
4.3 Hasil *Post Test* Setelah Diberikan Perlakuan.....	71
4.4 Hasil *Post Test* Tiap Indikator Sebelum Diberikan Perlakuan....	73
4.5 Perbandingan Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Tiap Individu.....	76
4.6 Perbandingan Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Tiap Indikator.....	77

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
1.	Angket Konformitas Untuk Data Awal.....	107
2.	Hasil Analisis Angket Konformitas Untuk Data Awal.....	110
3.	Kisi-Kisi Instrumen Konformitas Sebelum *Try Out*.....	111
4.	Kisi-Kisi Instrumen Konformitas Setelah *Try Out*.....	113
5.	Instrumen Konformitas Sebelum Try Out.....	115
6.	Instrumen Konformitas *Pre test & Post Test*	121
7.	Pedoman Wawancara dan Observasi Konseling.....	126
8.	Tabulasi Validitas & Reliabelitas Instrumen.....	134
9.	Perhitungan Validitas Uji Coba Instrumen Penelitian.....	142
10.	Perhitungan Reliabelitas Uji Coba Instrumen Penelitian.....	144
11.	Tabulasi Data Hasil *Pre test & Post Test*.....	146
12.	Tabel Penolong Uji Wilcoxon.....	150
13.	Satuan Layanan.....	151
14.	Progam Harian.....	161
15.	Laporan Pelaksanaan Progam.....	167
16.	Rekaman Konseling.....	180
17.	Lembar Presensi Konseling Individu dan Lembar Laiseg.....	201
18.	Dokumentasi Proses Konseling.....	207
19.	Surat Ijin Penelitian.....	208
20.	Surat Telah Melaksanakan Penelitian.....	209

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah merupakan generasi penerus dan penyangga utama bagi berdirinya sebuah negara. Negara dikatakan kuat jika mempunyai generasi muda yang mampu menghadapi segala macam tantangan dan perubahan zaman serta mampu menghadapi persaingan yang semakin ketat, keyakinan akan kemampuan diri serta mampu memciptakan suatu terobosan baru yang dapat bertahan dan mampu mengangkat kesejahteraan dan kemakmuran suatu bangsa. Remaja seperti ini merupakan aset berharga bagi negara.

Dalam perkembangan sosialnya, remaja akan mengalami dua macam pergerakan, yaitu pergerakan memisahkan diri dari orang tua dan ketergantungan emosi yang menyertainya serta pergerakan menuju ke arah teman sebaya. Jika diperhatikan, pengaruh dari teman sebaya pada masa remaja sangat kuat. Besarnya pengaruh lingkungan atau kelompok tersebut sampai pada pemberian norma tingkah laku oleh kelompok . bagi remaja yang memiliki kecenderungan tinggi untuk memasuki kelompok, maka pengaruh pemberian norma oleh kelompok tersebut akan berdampak pada timbulnya konformitas yang kuat. Konformitas menurutMyers (2012:253) adalah perubahan dalam perilaku atau *belief* sebagai hasil dari tekanan kelompok yang nyata atau hanya berdasarkan imajinasi. Kondisi demikian akan membuat remaja cenderung untuk lebih

meyesuaikan diri dengan norma kelompok agar dapat diterima atau tidak ditolak oleh kelompoknya.

Keinginan yang kuat untuk melepaskan diri dari ketertarikan dengan orang tua membuat remaja mencari dukungan sosial melalui teman sebaya. *Peer group* menjadi suatu sarana sekaligus tujuan dalam pencarian jati diri mereka. Tidak heran apabila banyak ditemukan kasus perilaku remaja yang disebabkan pengaruh buruk dari kelompok teman sebaya ini. Pada dasarnya tidaklah mudah bagi remaja untuk mengikatkan diri mereka pada suatu kelompok karena suatu kelompok memiliki tuntutan yang harus dapat dipenuhi oleh setiap remaja yang ingin bergabung. Konformitas adalah salah satu tuntutan yang tidak tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya namun memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya periaku-perilaku tertentu pada remaja anggota kelompok tersebut.

Dalam tugas perkembangannya remaja atau individu akan melewati beberapa fase dengan berbagai tingkat kesulitan permasalahan, sehingga dengan mengetahui tugas-tugas perkembangannya remaja dapat mencegah konflik yang ditimbulkannya dalam keseharian tujuannya agar tidak salah persepsi dalam menangani permasalahan tersebut. Pada masa perkembangan itu juga kondisi psikis remaja sangat labil karena masa ini merupakan fase pencarian jati diri. Biasanya mereka selalu ingin tahu dan mencoba sesuatu yang baru dilihat atau diketahuinya dari lingkungan sekitarnya seperti lingkungan keluarga, sekolah, tetangga, maupun teman sebaya. Semua pengetahuan yang baru diketahuinya baik yang bersifat positif maupun negatif akan diterima dan ditanggapi oleh remaja

dituntut untuk mementukan ataupun membedakan yang terbaik dan terburuk dalam kehidupannya.

Salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah membuat suatu perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku. Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan sosial. Perubahan sosial pada masa remaja merupakan perubahan yang sulit dilakukan. Hubungan teman sebaya memainkan peran yang kuat dalam kehidupan remaja, banyak disaat-saat yang paling menyenangkan mungkin dihabiskan bersama teman sebaya melalui *telephone*, dalam aktivitas sekolah, lingkungan rumah, atau sekedar kumpul-kumpul. Hubungan teman sebaya memiliki perubahan perubahan yang penting dalam masa remaja.

Tidak semua dapat melalui tahap perkembangan dengan baik. Beberapa permasalahan yang umum terjadi di masa remaja adalah meningginya emosi, berubahnya minat dan pola perilaku. Saat ini terjadi beberapa fenomena dimana remaja yang tidak mengerti tentang apa yang terjadi, banyak remaja yang terjerumus pada pergaulan yang tidak baik hanya karena tuntutan agar dapat bersosialiasi dan menyesuiakan diri dengan teman. Fenomema di sekolah berdasarkan wawancara dan obervasi serta hasil analisis dari angket pada hari Sabtu, 6 Februari 2016 di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak, dari 42 siswa yang dibagikan angket, ditemukan 15 anak yang terindikasi mengalami perilaku konformitas negatif. Hal ini dapat dilihat dari beberapa pernyataan dalam angket yang sesuai dengan gejala konformitas negatif, dari 42 anak, 46,6% selalu mengikuti peran sesuai teman-temanya, 44,17% cenderung berperilaku sesuai teman-temannya, 33,33% takut dibenci jika tidak melakukan suatu hal yang

diinginkan oleh teman-temannya, 30% ikut-ikutan disaat diminta sesuatu oleh temannya, 29,2% tidak bisa mengatakan tidak demi acara *hangout* bersama teman karena takut dicap “tidak setia kawan”, dan 29,16% cenderung akan melakukan apapun agar diterima oleh teman.

Menurut Zebua dan Nurdjayadi (2001:75), mengemukakan bahwa konformitas pada remaja umumnya terjadi karena mereka tidak ingin dipandang berbeda dengan teman-temannya. Pada remaja, tekanan teman lebih dominan. Hal ini disebabkan oleh besarnya keinginan untuk menjaga harmonisasi dan penerimaan sosial dalam kelompok. Konformitas terhadap tekanan sebaya pada masa remaja bisa bersifat positif maupun negatif. Contoh perilaku konformitas yang negatif adalah penggunaan bahasa gaul, mencuri, merusak, mempermainkan orang tua serta guru. Salah satu kasus perilaku konformitas remaja adalah maraknya kasus tawuran antar kelompok dikarenakan mempertahankan wilayah dan persepsi masing-masing kelompok. Contoh konformitas yang positif adalah mengikuti kegiatan belajar kelompok dan diskusi kelompok.

Dengan adanya perilaku konformitas negatif dan jika perilaku konformitas tersebut tidak ditangani akan menyebabkan dampak yang buruk bagi remaja itu sendiri dan dapat merugikan orang lain misalnya remaja akan menjadi orang yang kurang mandiri, tidak percaya diri, tidak memiliki kreatif dan inisiatif sendiri dan cenderung bergantung dengan orang lain. Disinilah dibutuhkan suatu ketegasan dari individu itu sendiri yang tidak merugikan dirinya serta orang lain.

Perilaku yang ditunjukkan siswa kelas XI IPS adalah ketika dalam kelas diadakan pembelajaran diskusi kelompok banyak siswa di kelas memiliki

pendapat yang sama dengan teman-temannya tanpa mau mengungkapkan pendapatnya sendiri yang sesuai dengan keinginannya, siswa membolos dikarenakan adanya tekanan dari teman, siswa yang datang terlambat dikarenakan adanya pengaruh dari teman, kasus yang lainnya adalah siswa merokok dikarenakan ikut-ikutan teman agar menjadi gaul dan keren. Perilaku tersebut memang sudah terjadi, namun dirasa perlu untuk mengurangi perilaku konformitas negatif yang sama diwaktu yang akan datang. Para pelajar yang diindikasikan bersifat konformitas diberi suatu treatmen agar (paling tidak) perilaku-perilaku konformitas negatif mereka dapat terkurangi. Disinilah dibutuhkan suatau ketegasan dari individu itu sendiri yang tidak merugikan dirinya serta orang lain. Tidak semua individu dapat melakukannya karena hal tersebut bukan bakat melainkan suatu perilaku yang dibentuk melalui latihan.

Adanya perilaku konformitas negatif apabila tidak segera ditangani dapat mengakibatkan individu tidak bisa berkembang secara optimal dan siswa tidak dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya dalam tindakan yang positif.

Perilaku konformitas negatif bila ditelusuri, banyak dilakukan oleh siswa kelas XI. Dimungkinkan pada kelas XI inilah waktu yang tepat untuk mengeskpresikan diri dibanding pada waktu tahun sebelum dan sesudahnya. Pada saat kelas XI ini, siswa pada umumnya sedang dalam proses pencarian jati diri yang menunjukkan gejala-gejala seperti: nakal, bandel, tidak mau mendengar orang lain, cenderung berlaku seenaknya, sangat bergantung pada *peer group*-nya, dan pergaulan dengan “dunia luar” lebih sering dilakukan. Kelas XI pada tiap jenjang sekolah menengah, siswa merasa lebih santai. Alasannya pada waktu

kelas X siswa dalam proses orientasi dan adaptasi dengan lingkungan sekolahnya dan kelas XII siswa biasanya sedang berkonsentarsi dengan ujian akhir sekolah yang menyebabkan siswa harus lebih konsentrasi belajar. Namun, apabila aspek negatif dari pencarian jati diri selama satu tahun (pada akelas XI) lebih dominan, siswa biasanya akan terus membawa kebiasaan buruk pada tahun-tahun berikutnya. Kemungkinan buruk masa depan inilah yang harus diwaspadai oleh pendidik dan orang tua dalam menjaga kemungkinan buruk pada anak didik dan atau anak-anaknya sehingga dapat terus berjalan pada jalurnya, namun dengan jaln tidak terlalu "memproteksi, mengendalikan dan mengawasi".

Sebagai praktisi BK di sekolah, melihat fenomena yang terjadi di sekolah tentu ingin membantu siswa yang mengalami permasalahan agar dapat menyelesaikan permasalahannya. Masalah perilaku konformitas negatif yang terdapat pada siswa kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak tersebut perlu mendapatkan pelayanan bimbingan dan konseling, lebih tepatnya dengan menggunakan layanan konseling individu atau perorangan. Penulis menggunakan layanan konseling individu agar agar proses penanganan masalah lebih detail dan tepat. Pendekatan konseling yang dipilih yaitu pendekatan Behavior. Dimana treatmen yang diberikan bertujuan mengubah tingkah laku yang maladaptif menjadi perilaku adaptif, dalam hal ini mengubah perilaku konformitas negatif untuk melakukan suatu ketegasan/asertif, pada siswa yang sudah terlanjur berperilaku konformitas negatif, pada umumnya dan siswa kelas XI IPS SMA Islam Nahdlatusysyubban pada khususnya. Pada dasarnya, terapi tingkah laku pada tujuan-tujuan memperoleh tingkah laku baru, penghapusan

tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan serta membantu klien untuk menjadi lebih asertif dan mengekspresikan pemikiran-pemikiran dan hasrat-hasratnya dalam situasi-situasi yang membangkitkan tingkah laku asertif (Corey, 2013).

Konseling behavioral yang dengan cepat mencapai popularitas adalah latihan asertif yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal di mana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang (1) Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, (2) Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya, (3) memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”, (4) Mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya, (5) Merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri (Corey 2013:213).

Menurut Lilis Ratna (2013:35) *Assertive training* merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan perilaku yag digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien. Perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur, pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan (Corey dalm Lilis Ratna, 2013).

Pandangan Wolpe (Nelson-Jones, 2011:468) mengatakan bahwa latihan asertif mendekondisikan kebiasaan-kebiasaan yang maladaptif, yaitu merespons perilaku orang lain dengan kecemasan. Dekondisi tersebut dilakukan dengan dua cara : melemahkan ketakutan klien dan mengubah cara bicara dan bertindaknya.

Jadi diharapkan dengan *assertive training* ini masalah perilaku konformitas negatif pada siswa dapat diatasi.

Permasalahan perilaku konformitas negatif pada siswa tersebut, menjadikan alasan penulis untuk melakukan penelitian eksperimen dengan menggunakan teknik *assertive training* untuk membantu siswa mengurangi masalah tersebut. Dari uraian di atas penulis ingin meneliti tentang "Keefektifan Konseling Behavior Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Pelajaran 2015/2016".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut rumusan masalah yang diajukan adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana gambaran konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak sebelum diberikan teknik *assertive training*?
2. Bagaimana gambaran konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak susudah diberikan teknik *assertive training*?
3. Apakah teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa kelas XI SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak sebelum diberikan teknik *assertive training*.
2. Mendeskripsikan konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak sesudah diberikan teknik *assertive training*.
3. Mengetahui apakah teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah pengetahuan pembaca kaitannya dengan upaya mengurangi perilaku konformitas negatif siswa menggunakan teknik *assertive training.*

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Konselor

Memberikan pemahaman pada konselor bahwa teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif.

2. Bagi Sekolah

Memberikan alternatif penyelesaian dalam mengurangi perilaku konformitas negatif siswa menggunakan teknik *assertive training*.

1.5 Sistematika Penulisan Skripsi

Dalam penelitian ini disusun sitematika penulisan skripsi sebanyak lima bab dan uraiannya sebagai berikut:

Bab 1 Pendahuluan, bab ini diuraikan latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab 2 Tinjauan pustaka berisi kajia mengenai landasan teori yang melandasi penelitian.

Bab 3 Metode penelitian yang berisi jenis dan desain penelitian, variabel penelitian, populasi sampel dan subyek penelitian, metode dan alat pengumpul data, penyusunan instrumen, validitas dan reabilitas, teknik analisis data,dan rancangan penelitian.

Bab 4 Hasil penelitian, berisi hasil-hasil penelitian dan pembahasannya.

Bab 5 Penutup, berisi simpulan dari hasil penelitian dan saran sebagai implikasi dari hasil penelitian.

Bagian akhir berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang mendukung

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah dilakukan sebelum-sebelumnya oleh peneliti lain. Tujuannya adalah sebagai bahan masukan bagi pemula untuk membandingka antara penelitian yang satu dengan yang lain. Penelitian terdahulu yang digunakan oleh peneliti adalah sebagai berikut.

Penelitian Any Prastiwi (2013) tentang Penerapan Strategi *Assertive Training* untuk Mereduksi Perilaku Konformitas Pada Teman Sebaya Kelas XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan, dijelaskan bahwa penelitian tersebut bertujuan untuk menguji penerapan strategi *assertive training* untuk mereduksi perilaku konformitas siswa di SMAN 3 Lamongan. Subyek penelitian diambil dari siswa kelas XI IPS 4. Karena diharapkan mampu mengurangi perilaku konformitas siswa untuk lebih tegas dan mampu mengungkapkan perilaku yang sesuai dengan isi hatinya tanpa mengikuti orang lain. Subyek penelitian adalah 6 siswa kelas XI IPS 4 yang memiliki perilaku konformitas tinggi. Hasilnya menunjukkan bahwa ada perbedaan skor perilaku konformitas kelas XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan antara sebelum dan sesudah diterapkan strategi *assertive training*.

Peneletian I Nyoman Yoga A, dkk (2013) tentang Efektifitas Konseling Behavioral Teknik *Assertive Training* untuk Meminimalisasi Perilaku

Menyimpang pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singraja, dijelaskan bahwa tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektifitas konseling behavior teknik *assertive training* pada siswa kela VIII SMPN 2 Singaraja. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan perilaku menyimpang antara kelompok siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan kelompok siswa yang tidak mengikuti konseling behavioral di kelas VIII SMP N 2 Singaraja, dilihat dari hasil analisis menerangkan bahwa nilai t_{hitung}lebih besar dari t_{tabel}, sehingga penerapan konseling behavioral teknik *assertive training* untuk meminimalisasi perilaku menyimpang pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja tahun pelajaran 2013/2014 efektif.

Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa peneliti di atas menunjukkan bahwa perilaku konformitas dapat ditangani menggunakan dengan teknik *assertive training*, siswa yang memiliki perilaku konformitas cenderung tidak dapat menolak dari tekanan-tekanan dari temannya, dan tidak tegas dalam menyatakan keinginannya secara jujur dan terbuka sesuai dengan isi hatinya. Keterkaitan antara penelitian terdahulu dengan fenomena yang diteliti adalah, konformitas negatif dapat dikurangi dengan penggunaan teknik *assertive training*, beberapa faktor seperti tidak dapat menyatakan keinginan dan harapan sesuai dengan isi hati klien, ikut-ikutan perilaku yang sesuai teman, tidak dapat menolak tekanan-tekanan dari temannya, sehingga peneliti lebih mantap menggunakan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif. Oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji lebih lanjut terkait "Keefektifan Teknik *Assertive Training* untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif pada Siswa

Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Pelajaran 2015/2016"

2.2 Perilaku Konformitas (*Conformity*)

Pembahasan mengenai perilaku konformitas ini akan dibagi menjadi beberapa poin, yaitu: (1) Pengertian perilaku konformitas, (2) Faktor yang mempengaruhi konformitas (3) Strategi mengatasi perilaku konformitas.

2.2.1 Pengertian Konformitas

Menurut Myers (2012:253) konformitas adalah perubahan dalam perilaku atau *belief* sebagai hasil dari tekanan kelompok yang nyata atau hanya berdasarkan imajinasi.

Menurut Baron & Byrne (2003:53) konformitas merupakan suatu jenis pengaruh sosial di mana individu mengubah sikap dan tingkah laku mereka agar sesuai dengan norma sosial yang ada.

> "*Conformity is the tendency to change ones beliefs or behaviors in ways that are consistent with group standards. Most hight school students are presumably free to pick their own clothes and hairstyles. However, students often prefer to dress like others in their social group, thus conforming to current campus fashions"* (Tylor, 1997:206).

Sedangkan menurut Sears (1970:350) "*Coformity is often adaptive because sary to get along with others and also because other peoples actions may give you information about the best way to act in particular circumstance"*.

Pendapat lain dari Zebua dan Nurdjayadi (2001:75) mengemukakan bahwa konformitas pada remaja umumnya terjadi karena mereka tidak ingin dipandang berbeda dengan teman-temannya. Pada remaja, tekanan teman sebaya lebih

dominan. Hal ini disebabkan oleh besarnya keinginan untuk menjaga harmonisasi dan penerimaan sosial dalam kelompok.

Konformitas muncul pada masa remaja awal yaitu antara 13 tahun sampai 16 atau 17 tahun, yang ditunjukkan dengan cara menyamakan diri dengan teman sebaya dalam hal berpakaian, bergaya, berperilaku, berkegiatan dan sebagainya.

Sebagian remaja beranggapan bila mereka berpakaian atau menggunakan aksesoris yang sama dengan yang sedang diminati kelompok acuan, maka timbul rasa percaya diri dan kesempatan diterima kelompok lebih besar. Oleh karena itu remaja cenderung menghindari penolakan dari teman sebaya dengan bersikap conform atau sama dengan teman sebaya.

Dari uraian pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konformitas merupakan perubahan perilaku remaja sebagi usaha untuk menyesuaikan diri dengan norma kelompok acuan baik ada maupun tidak ada tekanan secara langsung yang berupa suatu tuntutan tidak tertulis dari kelompok teman sebaya terhadap anggotanya namun memiliki pengaruh yang kuat dan dapat menyebabkan munculnya perilaku-perilaku tertentu pada remaja anggota kelompok tersebut.

Aspek-aspek dalam perilaku konformitas negatif adalah sebagai berikut: 1) menghindari penolakan, 2) pemenuhan harapan kelompok, 3) daya tarik kelompok, 4) kepercayaan, 5) pendapat.

2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konformitas

Menurut Baron & Byrne (2003:56) dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku konformitas adalah sebagai berikut:

1. Kohesivitas, dapat didefinisikan sebagai derajat ketertarikan yang dirasa oleh individu terhadap suatu kelompok. Ketika kohesivitas tinggi (ketika kita suka dan mengagumi suatu kelompok orang-orang tertentu) tekanan untuk melakukan konformitas bertambah besar. Myers (2012:280-281) menambahkan kohesivitas adalah suatu perasaan "kita", tingkat dimana anggota dari suatu kelompok terkait satu sama lain, misalnya karena ketertarikan terhadap satu sama lain. Semakin kohesif suatu kelompok, semakin kelompok tersebut memiliki kekuatan terhadap para anggota kelompoknya.
2. Ukuran Kelompok, semakin besar kelompok tersebut, maka semakin besar pula kecenderungan untuk ikut serta, bahkan meskipun itu berarti kita akan menerapkan tingkah laku yang berbeda dari yang sebenarnya kita inginkan.
3. Norma Sosial Deskriptif/himbauan, norma yang hanya mengindikasikan apa yang sebagian besar orang lakukan pada situasi tertentu. Norma-norma ini mempengaruhi tingkah laku dengan cara memberi tahu kita mengenai apa yang umumnya dianggap efektif atau adaptif pada situasi tersebut.
4. Norma Injungtif/Perintah, norma yang menetapkan apa yang harus dilakukan, tingkah laku apa yang diterima atau tidak diterima pada situasi tertentu.

Sedangkan menurut Myers (2012: 278-283) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas adalah sebagai berikut:

1. Ukuran Kelompok, Sehubungan dengan hal ini masih terdapat berbedaan mengenai besar kecilnya jumlah anggota dalam suatu kelompok yang

mempengaruhi konformitas namun jika jumlah anggota melebihi tiga orang akan meningkatkan konformitas.

2. Keseragaman Suara, lebih mudah mempertahankan pendapat jika banyak kawannya.
3. Kohesivitas, adalah suatu perasaan “kita”, tingkat dimana anggota dari suatu kelompok terkait satu sama lain, misalnya karena ketertarikan terhadap satu sama lain. Semakin kohesif suatu kelompok, semakin kelompok tersebut memiliki kekuatan terhadap para anggota kelompoknya.
4. Status, bila status individu dalam kelompok belum ada maka individu akan melakukan konformitas agar dirinya memperoleh status sesuai harapan.
5. Respons Umum, perilaku yang terbuka yang dapat didengar atau dilihat secara umum lebih mendorong konformitas daripada perilaku yang dapat didengar atau dilihat oleh orang-orang tertentu.
6. Komitmen Sebelumnya, suatu komitmen sebelumnya terhadap suatu perilaku atau kepercayaan tertentu akan meningkatkan kecenderungan bahwa seseorang akan tetap pada komitmen tersebut dan tidak menyeragamkan diri.

Menurut Baron & Byrne (2003:62) selain menyebutkan faktor yang mempengaruhi konformitas, juga menyebutkan adanya dasar-dasar konformitas, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Pengaruh Sosial Normatif

Pengaruh sosial yang didasarkan pada keinginan untuk individu untuk disukai atau diterima oleh orang lain. Salah satu alasan penting mengapa kita melakukan konformitas adalah belajar bahwa dengan melakukannya bisa membantu untuk

mendapatkan persetujuan dan dan penerimaan yang kita dambakan. Sumber konformitas ini dikenal sebagai pengaruh sosial normatif (*normative social influence*), karena pengaruh sosial ini meliputi perubahan tingkah laku untuk memenuhi harapan orang lain.

2. Pengaruh Sosial Informasional

Pengaruh sosial yang didasarkan pada keinginan individu untuk menjadi benar, untuk memiliki persepsi yang tepat mengenai dunia sosial. Ketergantungan terhadap orang lain, pada gilirannya, sering kali menjadi sumber yang kuat atas kecenderungan untuk melakukan konformitas. Tindakan dan opini orang lain menegaskan kenyataan sosial bagi kita, dan kita menggunakan semuanya itu sebagai pedoman bagi tindakan dan opini kita sendiri.

3. Konsekuensi Kognitif dari Mengikuti Kelompok

Salah satu kemungkinan efek melibatkan kecenderungan untuk mengubah persepsi terhadap situasi sehingga konformitas tampak sungguh-sungguh dapat dibenarkan.

2.2.3 Strategi untuk Mengurangi Konformitas

Mengatasi perilaku konformitas memang tidak mudah, namun ada beberapa strategi untuk mengurangi konformitas. Menurut Myers strategi mengurangi konformitas yaitu:

1. Reaktansi

Sebuah motif untuk menjaga atau memulihkan rasa kebebasan seseorang. Reaktansi muncul ketika seseorang mengancam kebebasan kita bertindak. Teori reaktansi psikologis bahwa orang akan bertindak untuk melindungi kebebasan

mereka didukung oleh eksperimen yang memperlihatkan bahwa usaha untuk menghalangi kebebasan seseorang sering kali memunculkan bumerang anti konformitas.

2. Menegaskan Keunikan

Kita tidak nyaman menjadi seseorang yang terlalu berbeda dari suatu kelompok, namun kita juga tidak ingin terlihat sama seperti orang lain. Oleh karena itu, bertindak dengan cara-cara tertentu yang memenuhi rasa keunikan dan individualitas. Dalam suatu kelompok, paling menyadari seberapa jauh kita berbeda dari orang lain.

Selain itu Corey (2013:213) menjelaskan untuk membantu invidu yang mengalami kesulitan untuk menegaskan diri yaitu dengan latihan asertif (*assertive training*) karena latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang salah satunya memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”.

Dari uraian pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konformitas adalah perubahan dalam perilaku atau suatu jenis perubahan sosial seseorang/individu dengan mengikuti tekanan-tekanan dari kelompok untuk dapat menerima norma-norma yang ditetapkan dari kelompok karena seseorang/individu tidak ingin dipandang berbeda dengan teman-temannya atau kelompok.

Sedangkan konformitas negatif adalah apabila siswa menampilkan perilaku yang menunjuk pada penyesuaian terhadap nilai, keyakinan, sikap, dan perilaku yang negatif. Perilaku yang ditampilkan siswa yaitu melanggar aturan yang ada di sekolah akibat dari pengaruh kelompok dan selalu menggantungkan diri pada kelompok yang ditunjukkan dengan sikap penyesuaian diri yang berlebihan

terhadap aktivitas negatif kelompok, perhatian yang lebih terhadap aktivitas negative kelompok, memiliki kepercayaan terhadap aktivitas negatif kelompok, mengutamakan perasaan pendapat yang lebih dalam aktivitas negatif kelompok, mengutamakan persamaan pendapat yang lebih dalam aktivitas negatif kelompok, menghindari penyimpangan dengan rela melakukan aktivitas yang sama dilakukan oleh kelompok, memiliki ketaatn yang lebih terhadap aktivitas negatif diakibatkan adanya tekanan untuk memperoleh ganjaran, ketakutan memeperoleh ancaman atau hukuman, serta memikirkan harapan orang lain secara berlebihan.

2.3 Konseling Individu

2.3.1 Pengertian Konseling Individu

Konseling individu atau beberapa ahli menyebutnya dengan konseling pribadi, memiliki banyak definisi. Gibson dan Mitchell (2012:205) menyebutkan definisi dari konseling pribadi adalah hubungan satu-satunya yang melibatkan seseorang konselor terlatih dan berfokus ke sejumlah aspek penyesuaian diri konseli, perkembangannya, atau kebutuhannya bagi pengambilan keputusan. Lebih lanjut Gibson dan Mitchell (2011:206) mnjelaskan bahwa konseling memiliki ciri-ciri sebagai berikut (1) menyediakan informasi, (2) membantu konseli memecahkan problem, (3) perubahan niat, (4) motivasi konseli, (5) menyediakan dukungan dan (6) mendidik konseli.

Menurut Willis (2007:18) konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seseorang pembimbing yang terlatih dan berpengalaman, terhadap individu-individu yang membutuhkannya, agar individu tersebut berkembang potensinya

secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.

Pendapat lain dikemukakan oleh Sukardi dan Desak (2008:62) mengenai konseling perorangan (individual) yaitu pelayanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik (konseli) mendapatkan pelayanan langsung tatap muka (secara perorangan) dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah pribadi yang dideritanya. Sudrajat (2011:33) juga berpendapat mengenai konseling individual atau sering disebut konseling perorangan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh konselor pada konseli yang sedang mengalami suatu masalah, yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.

Pendapat dari beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling individual atau perorangan adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh dua orang yaitu konselor/guru BK kepada siswa/konseli secara *face to face* melalui wawancara dengan tujuan untuk mengentaskan suatu masalah agar individu dapat berkembang secara optimal sesuai dengan tahap perkambangannya.

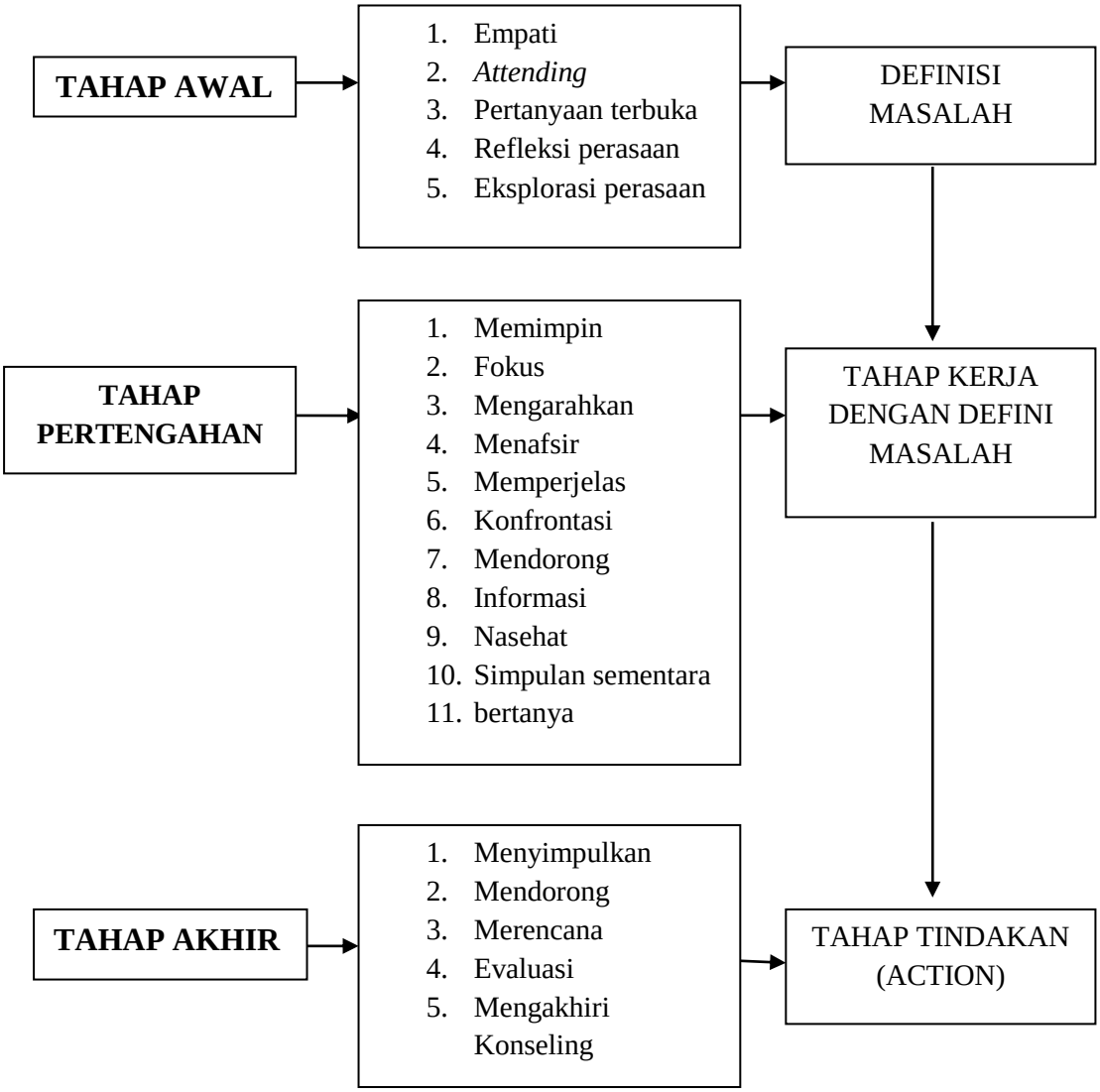
2.3.2 Model-Model Konseling Individu

Gibson dan Mitcheell (2011:207) mengemukakan ada beberapa teori dari ahli yang sudah diteliti dan dipraktikkan untuk dapat digunakan sebagai referensi dalam melakukan praktik konseling individu atau koneling pribadi, yaitu : Konseling Freudian (Psikoanalisis), Konseling Adlerian (Psikologi Individu), Konseling Rogerian (*Person Centered Therapy*), Konseling Behavioral, Terapi Perilaku Emotitif Rasional (*Rational Emotive Behaviour Therapy*), Terapi

Realitas, Analisis Transaksional dan Konseling Gestalt. Penelitian eksperimen untuk mengatasi masalah perilaku agresif siswa ini menggunakan konseling individu dengan pendekatan behavioral. Penjelasan lebih lanjut ada pada poin selanjutnya.

2.3.3 Tahap-Tahap Konseling Individu

Menurut Willis (2004: 240) tahapan proses konseling adalah sebagai berikut:



2.4 Konseling Behavioral dengan Teknik *Assertive Training*

Pembahasan mengenai konseling behavior ini dibagi dalam beberapa poin, yaitu : 1) Konsep Dasar Konseling Behavior yang mencakup pengertian, hakekat manusia, asumsi tingkah laku bermasalah, 2) Tujuan Konseling, 3) Prosedur atau Tahap Konseling Behavior, 4) Teknik Konseling Behavior, 5) Kelebihan dan Kekurangan Konseling Behavior berikut penjelasannya.

2.4.1 Konsep Dasar Konseling Behavior

Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusi. Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyingkapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku. Behaviorisme ditandai oleh sikap membatasi metode-metode dan prosdur-prosedur pada data yang diamati (Corey, 2013:195).

Menurut Mulawarman (2011:7) Pendekatan konseling behavioral merupakan penerapan berbagai macam teknik dan prosedur yang berakar berbagai teori tentang belajar. Dalam prosesnya pendekatan ini menyertakan penerapan yang sistemati prinsi-prinsip belajar pada pengubah tingkah laku kearah cara-cara yang adaptif. Pendekatan ini telah memberikan kontribusi yang berarti, baik dalam bidang klinis maupun bidang pendidikan.

Ciri-ciri utama konseling behavioral yang di kemukakan oleh Krumboltz dalam Komalasari (2011:153) adalah sebagai berikut:

1. Proses Pendidikan
   Konseling merupakan proses pendidikan. Dengan kata lain, konseling membantu konseli mempelajari tingkah laku baru untuk memecahkan masalahnya. Konseling menggunakan prinsip-prinsip belajar dan prosedur belajar yang efektif untuk membentuk dasar-dasar pemberian bantuan kepada konseli.

2. Teknik dirakit secara individual
   Teknik konseling yang digunakan pada setiap konseli berbeda-beda tergantung pada masalah dan karakteristik konseli. Dalam proses konseling, penetuan tujuan konseling, proses asesmen, dan teknik-teknik dibangun oleh konseli dengan bantuan konselor.
3. Metodologi Ilmiah
   Konseling behavioral dilandasi oleh metode ilmiah dalam melakukan asesmen dan evaluasi konseling. Konseling ini menggunakan observasi sistematis, kuantifikasi data dan control yang tepat.

2.4.2.1 Hakekat Manusia

Pendekatan behavioral didasarkan pada pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia yang menekankan pada pentingnya pendekatan istematik dan terstruktur pada konseling Menurut Rosjidan yang dikutip oleh Komalasari (2011:152). Pendekatan behavioral berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Proses belajar tingkah laku adalah melalui kematangan dan belajar. Selanjutnya tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru. Manusia dipandang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Manusia mampu melakukan refleksi atas tingkah launya sendiri, dapat mengatur serta mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru dan dapat mempengaruhi perilaku orang lain. Pandangan tentang manusia menurut Wulawarman (2011:8-9) yaitu sebagai berikut:

1. Manusia pada hakekatnya bersifat mekanistik atau merespon kepada lingkungan dengan kontrol yang terbatas, hidup dalam alam determistik dan sedikit peran aktifnya dalam memilih martabatnya.
2. Tingkah laku dipelajari ketika individu berinteraksi dengan lingkungan, melalui hukum-hukum belajar pembiasaan klasik, pembiasaan operan, dan peniruan.
3. Manusia cenderung akan mengambil stimulus yang menyenangkan dan menghindarkan stimulus yang tidak

menyenangkan, sehingga dapat menimbulkan tingkah laku yang salah atau tidak sesuai.

Pendekatan behavioristik tidak menguraikan asumsi-asumsi filosofis tertentu tentang manusia secara langsung. Setiap orang dipandang memiliki kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Segenap tingkah laku dapat dipelajari (Corey, 2013:195).

2.4.2.2 Asumsi Tingkah Laku Bermasalah

Mulawarman (2011:11-12) menjelaskan bahwa tingkah laku bermasalah dalam pandangan pendekatan behavioral dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) tingkah laku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau tingkah laku yang tidak tepat, yaitu tingkah laku yang yang tidak sesuai dengan yang diharapkan, (2) tingkah laku yang salah hakekatnya terbentuk dari cara belajar atau lingkungan yang salah, (3) kepuasan individu terhadap tingkah lakunya bukanlah ukuran bahwa tingkah laku itu harus dipertahankan, karena ada kalanya tingkah laku itu dapat menimbulkan kesulitan dikemudian hari, (4) adanya proses belajar yang salah dari lingkungan, (5) manusia cenderung akan mengambil stimulus yang tidak menyenangkan, sehingga dapat menimbulkan tingkah laku yang salah dan tidak sesuai.

Pribadi atau individu yang memiliki perilaku konformitas dapat di lihat dari beberapa sudut pada umunya individu tidak ingin dipandang bereda dengan teman-temannya dan tekanan dari teman sebaya lebih dominan.

2.4.2.3 Hubungan Konselor dan Konseli

Di dalam konseling, ada beberapa hal yang harus diperhatikan agar proses konseling berjalan dengan baik dan hasilnya maksimal. Corey (2013:206) menggolongkan hubungan antara terapis dan klien, yaitu sebagi berikut:

> 1. Klien dalam terapi tingkah laku sebagai hubungan yang mekanis, manipulatif, dan sangat impersonal.
> 2. Peran yang yang esensial adalah peran sebagai agen pemberi perkuatan.
> 3. Pada umumnya terapis tingkah laku tidak memberikan peran utama kepada variabel-variabel hubungan terapis-klien.
> 4. Terapis mengembangkan atmosfer kepercayaan dengan memperlihatkan bahwa terapis memahami dan menerima pasien, kedua orang di antara mereka bekerja sama, dan terapis memiliki alat yang berguna dalam membantu kearah yang dikehendaki oleh pasien.

Rogers mengemukakan seperti yang dikutip oleh Palmer (2011:310) ada tiga kondisi inti yang harus ada dalam diri konselor, yaitu: Kongruensi, Penerimaan positif tanpa syarat dan empati, berikut penjelasannya:

1. Kongruensi, mencakup kesadaran dan keterbukaan konselor dan memilikidua dimensi. Dimensi pertama, konselor harusutuh dan menjadi diri mereka sendiri dalam relasi terapeutik. Dimensi kedua, kehadiran yang tulus ini seharusnya menyentuh konseli.
2. Empati, inti empati yang praktis adalah mendengarkan secara seksama dunia internal orang lain. Melibatkan pribadi utuh,termasuk pemahaman kognitif, respon tubuh, emosional dan intuitif. Yang terpenting dari empati adalah menjadi sadar dengan keadaan internal seseorang “seolah-olah” Anda adalah dia, namun tanpa pernah kehilangan kesadaran keadaan internal Anda sendiri.

3. Penerimaan Positif tanpa syarat, hal ini harus ada ketika menerima konseli agar terapi berhasil, konselor harus bisa memiliki sebentuk rasa suka atau atau hormat pada konseli. Konselor tidak boleh menghakimi penampilan, pikiran, tindakan, dan perasaan konseli.

Hubungan antara konselor dan konseli pada konseling behavior ini sangat diharapkan mencapai hubungan yang benar-benar membuat konseli nyaman, tiga hal yang harus diperhatikan oleh konselor behavioristik adalah dengan memperhatiakn teknik empati, penghargaan tanpa syarat (*unconditioning positive regard*) dan kongruensi (*Genuiness*).

2.4.2 Tujuan Konseling

Krumboltz dan Thoresen (Shertzer dan Stone, 1980) dalam Mulawarman (2011:13) menyatakan bahwa konseling behavioral hakekatnya merupakan suatu proses membantu individu untuk “belajar” memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu. Penekanan kata beajar dalam proporsi diatas adalah atas pertimbnagan bahwa konselor membantu klien belajar atau mengubah tingkah lakunya. Konselor berperan dalam membantu proses belajar dengan menciptkan kondisi yang sedemikian rupa sehingga klien dapat memecahkan masalahnya dan mengubah tingkah lakunya. Mengajukan kriteria tujuan konseling behavioral, yaitu sebagai berikut: 1) tujuan konseling harus diinginkan oleh klien dan dibuat berbeda untuk setiap klien, 2) tujuan konseling untuk setiap klien dapat dipadukan dengan nilai-nilai konselor, meskipun tidak perlu identik, dan 3) tujuan konseling disusun secara bertingkat, dirumuskan dengan tingkah laku yang dapat diamati dan dicapai oleh klien.

Dari uraian singkat di atas dapat dipahami bahwa tujuan konseling behavioral adalah mencapai kehidupan tanpa mengalami tingkah laku simtomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan yangdapat menimbulkan ketidakpuasan dalam jangka panjang dan/atau mengalami konflik dengan kehidupan sosial.

Tujuan konseling behavior adalah membantu klien untuk mendapatkan tingkah laku baru. Dasar alasannya adalah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari (*learned*), termasuk tingkah laku maladaptive. Tetapi tingkah laku pada hakekatya terdiri atas proses penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif dan pemberian pengalaman-pengalaman belajar yang didalamnya respon-respon yang layak yang belum dipelajari. Menurut Mulawarman (2011:14) dari tujuan diatas dapat dibagi menjadi beberapa sub tujuan yang lebih konkrit yaitu:

1. Membantu klien untuk menjadi asertif dan mengekspresikan pemikiran-pemikiran dan hasrat-hasrat ke dalam situasi yang membangkitkan tingkah laku asertif (mempunyai ketegasan dalam bertingkah laku).
2. Membantu klien menghapus ketakutan-ketakutan yang tidak realistis yang menghambat dirinya dari keterlibatan peristiwa-peristiwa sosial.
3. Membantu untuk menyelesaikan konflik batin yang menghambat klien dari pembuatan pemutusan yang penting bagi hidupnya.

Pendapat lain juga dikemukakan oleh Komalasari (2011:156) bahwa tujuan konseling behavioral berorientasi pada pengubahan atau modifikasi perilaku konseli, yang di antaranya untuk:

1. Menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar

2. Penghapusan hasil belajaryang tidak adaptif
3. Member pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari
4. Membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak dairi atau maladaptif dan mempelajari respons-respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (*adjustive*)
5. Konseli belajar perilaku baru dengan mengeliminasi perilaku yang maladaptif, memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan
6. Penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antara konseli dan konselor.

Dalam perumusan tujuan konseling, terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu: tujuan konseling dirumuskan sesuai keinginan konseli, konselor harus bersedia membantu konseli mencapai tujuan konseli, harus mempertimbangkan kemampuan konseli untuk mencapai tujuan (Huber & Millman, 1972) dalam Gantina Komalasari (2011:156). Konselor dan konseli bersama-sama mengidentifikasi resiko yang berhubungan dengan tujuan dan menilai resiko tersebut, bersama mendiskusikan kebaikan yang diperoleh dari tujuan, dan konselor membatu konseli menjabarkan bagaimana dia akan bertindak di luar cara-cara sebelumnya.

2.4.3 Prosedur atau Tahap Konseling Behavior

Konseling behavior hakekatnya merupakan suatu proses membantu individu untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu. Hubungan antara konseli dengan klien sangat tergantung kepada masalah yang dihapai oleh klien. Masalah yang pengentasannya banyak membutuhkan

latihan akan mengarahkan konselor untuk lebih banyak berperan sebagai pelatih atau instruktur.

Menurut Rosjidan (1994) dalam Komalasari (2011:157) konseling behavioral memiliki empat tahap yaitu: melakukan asesmen (*assessment*), menetukan tujuan (*goal setting*), mengimplementasikan teknik (*technique implementation*), dan evaluasi serta mengakhiri konseling (*evaluation-termination*). Penjabarannya adalah sebagai berikut:

1. Melakukan Asesmen (*Assesment*)

Tahap ini bertujuan untuk menetukan apa yang dilakukan oleh konseli pada saat ini. Asesmen dilakukan adalah akativitas nyata, perasaan dan pikiran konseli. Kanfer dan Saslow (1969) dalam Komalasari (2011:158) mengatakan terdapat tujuh informasi yang digali dalam asesmen, yaitu:

1) Analisis tingkah laku yang bermasalah yang dialami konseli saat ini. Tingkah laku yang dianalisi adalah tingkah laku yang khusus.
2) Analisis situasi yang di dalamnya masalah konseli terjadi. Analisis ini mencoba untuk mengidentifikasi peristiwa yang mengawali tingkah laku dan mengikutinya (*antecedent* dan *consequence*) sehubungan dengan masalah konseli.
3) Analisis motivasional
4) Analisis *self control*, yaitu tingkatan kontrol diri konseli terhadap tingkah laku bermasala ditelusuri atas dasar bagaiman kontrol itu dilatih dan atas dasar kejadian-kejadian yang menentukan keberhasilan *self-control*

5) Analisis hubungan sosial, yaitu orang lain yang dekat dengan kehidupan konseli diidentifikasi juga hubungannya orang tersebut dengan konseli. Metode yang digunakan untuk mempertahankan hubungan ini dianalis juga.

6) Analisis lingkunga fisik-sosial budaya. Analisis ini atas dasar norma-norma dan keterbatasan lingkungan.

Dalam kegiatan asesmen ini konselor malakukan analisis ABC, yaitu sebagai berikut:

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yang perlu dipertanyakan kepada konseli meliputi: tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku)

C = *Consequence* (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut).

2. Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*)

Konselor dan konseli menentukan tujuan konseling sesuai dengan kesepakatan bersama berdasarkan informasi yang telah disusun dan dianalisis. Burks dan Engelkes (1978) mengemukakan bahwa fase *goal setting* disusun atas tiga langkah, yaitu: (1) membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan, (2) memperhatikan tujuan konseli berdasarkan kemungkinan hambatan-hambatan situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan dapat diukur, dan (3) memecahkan tujuan ke dalam sub-tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan (Rosjidan, 1994:26).

3. Implementasi Teknik (*Technique Implementation*)

Setelah tujuan konseling dirumuskan, konselor dan konsli menentuan strategi belajar yang terbaik untuk membantu konseli mencapai perubahan tingkah laku yang diinginkan. Konselor dan konseli mengimplementasikan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli (tingkah laku *excessive* atau *deficit*). Dalam implementasi teknik konselor membandingkan perubahan tingkah laku antara baseline data dengan data intervensi.

4. Evaluasi dan Pengakhiran (*Evaluation-Termination)*

Menurut Komalasari (2011:160) evaluasi konseling behavioral merupakan proses yang berkesinambungan. Evaluasi dibuat atas dasar apa yang konseli perbuat. Tingkah laku konseli digunakan sebagai dasar untuk mengevaluasi efektivitas konselor dan efektivitas tertentu dari teknik yang digunakan. Terminasi lebih dari sekedar mengakhiri konseling. Terminasi meliputi:

1) Menguji apa yang konseli lakukan terakhir
2) Eksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan
3) Membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli
4) Memberi jalan untuk memantau secara terus menerus tingkah laku konseli (Rosjidan, 1994:25)

Selanjutnya, konselor dan konseli mengevaluasi implementasi teknik yang telah dilakukan serta menentukan lamanya intervensi dilaksanakan samapi tingkah laku yang diharapkan menetap.

2.4.4 Teknik-Teknik Konseling Behavior

Teknik-teknik konseling yang digunakan dalam proses konseling pendekatan behavior tidak jauh berbeda dengan teknik umum dari konseling itu sendiri. Menurut Mulawarman (2011:15) teknik behavioral didasarkan pada penghapusan respon yang telah dipelajari (yang membentuk tingkah laku bermasalah) terhadap perangsang, dengan demikian respon-respon yang baru (sebagai tujuan konseling) akan dapat dibentuk.

Menurut Komalasari (2011:161) teknik konseling behavioral terdiri dari dua jenis, yaitu teknik untuk meningkatkan tingkah laku dan untuk menurunkan tingkah laku. Teknik untuk meningkatkan meningkatkan tingkah laku antara lain: penguatan positif, *token economy*, pembentukan tingkah laku (*shaping*), pembuatan kontrak (*contingency contracting*), sedangakan teknik untuk konseling untuk menurunkan tingkah laku adalah: penghapusan (*extinction*), time-out, pembanjiran (*flooding*), penjenuhan (*satiation*), hukuman (*punishment*), terapi aversi (*aversive therapy*), dan disentisisasi sistematis.

Menurut Mulawarman (2011) teknik pendekatan behavioral terdiri dari dua bagian, yaitu: teknik umum dan teknik khusus. Teknik umum yang disebutkan oleh Krumboltz dalam Mulawarman (2011: 16) bahwa dalam kaitannya dengan teknik umum koneling behavioral terbagi menjadi empat pendekatan, yaitu: (1) *operan learning*, (2) *imitativelearning atau social modelling*, (3) *cognitive learning*, dan (4) *emotional learning.* Sedangkan teknik khususnya yaitu: latihan asertif, Desensitisasi Sistematis, Terapi implosive, Pengkondisian aversi, dan pembentukan tingkah laku model.

2.2.4.1 *Assertive Training*

Menurut Mulawarman (2011:18) latihan asertif merupakan teknik yang digunakan untuk melatih klien yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan asertif ini juga berguna diantaranya untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi, dan respon positif lainnya.

Sedangkan menurut Corey (2013:215) latihan asertif pada dasarnya merupakan penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan, melalui bermain peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu diharapkan mampu mengatasi ketakmemadainya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran individu secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa individu tersebut berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu.

Selain itu menurut Ratna (2013:36) asertif adalah keterampilan menegakkan hak individu yang rasional dalam cara-cara yang membantu memastikan bahwa orang lain tidak dapat mengabaikan hak individu tersebut.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa latihan asertif (*assertive training*) adalah teknik untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan tingkah laku tertentu yang diharapkan melalui bermain peran

agar dapat menyatakan secara jujur dan terbuka perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran, dan kebutuhan apa adanya , mempertahankan hak-hak pribadi, serta menolak permintaan-permintaan yang tidak masuk akal.

Konseling behavioral yang dengan cepat mencapai popularitasnya adalah latihan asertif yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Menurut Corey (2013:213) latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang: (1) tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, (2) menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk medahuluinya, (3) memiliki kesulitan untuk mengatakan "tidak", (4) mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya, (5) merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.

Menurut Corey (2005:247-248) teknik *assertive training* dalam konseling behavioral digunakan sebagai berikut:

> *Many people difficulty feeling that it is appropriate or right to assert themselves. People who lack social skills frequently experience interpersonal difficulties at home, at work, at school, and during leisure time. 'Assertion training' can be useful for those:*
> *(1) who cannot express anger or irritation,*
> *(2) who have difficulty saying no,*
> *(3) who are overly polite and allow others to take advantage of them,*
> *(4) who find it difficult to express affection and other positive responses,*
> *(5) who feel they do not have a right to express their thoughts, beliefs, and feelings, or*
> *(6) who have social phobias.*

Menurut Jones (2011) dalam Ratna (2013:42-44) tahapan dalam latihan asertif adalah:

1. Konselor dan klien bekerja bersama-sama untuk mendifinisikan perilaku apa yang mungkin tepat untuk situasi-situasi tertentu. Tahap ini melibatkan pemunculan dan pertimbangan respons-respons alternative. Klien dapat didorong untuk mengamati model-model yang afektif.
2. Timing juga penting, dalam arti bahwa klien seharusnya tidak didorong untuk terlibat dalam tugas-tugas asertivitas yang tidak siap dihadapinya.
3. Setelah respons-respons yang tepat diformulasikan, konselor melatih asertivitas dengan sarana latihan perilaku. Latihan asertif tidak hanya terfokus pada perilaku verbal tetapi juga komponen lain seperti kontak mata, postur tubuh, gesture, ekspresi wajah, dll.
4. Tindakan di kehidupan nyata menyusul latihan perilaku adalah dengan cara konselor memberikan tugas asertivitas kepada klien.
5. Evaluasi dan tindak lanjut.

Sedangkan menurut Alberti (dalam Gunarsa, 2007:216-217) prosedur pelaksanaan *assertive training* adalah:

1. Latihan keterampilan, dimana perilaku verbal dan non verbal diajarkan, dilatih dan diintegrasikan ke dalam rangkaian perilakunya.
2. Mengurangi kecemasan.
3. Menstruktur kembali aspek kognitif dimana nilai-nilai, kepercayaan, sikap yang membatasi ekspresi diri klien diubah oleh pemahaman dan hal-hal yang dicapai dari perilakunya.

Menurut Willis (2007:72-73) *Assertive Training*, merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan

dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Sebagai contoh ingin marah, tetapi tetap berespon manis.

Assertive training adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

1. Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya.
2. Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan dari padanya.
3. Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata “tidak”.
4. Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya.
5. Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Dapat disimpulkan bahwa tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik asertif adalah:

1. Rasional (arti, tujuan, dan manfaat)
2. Mendiskusikan perilaku agresif, pasif, & asertif
3. Berlatih untuk membedakan pernyataan & perilaku agresif, pasif, dan asertif dalam relasi.
4. Memfasilitasi konseli untuk belajar perilaku non verbal dalam latihan asertif.
5. Bermain peran/modelling.
6. Memberikan balikan & penguatan
7. Memberikan tugas rumah.

Pendapat beberapa ahli di atas dapat di simpulkan bahwa dalam melaksanakan konseling behavior teknik *assertive training*, tahapan yang harus diperhatikan adalah sebagai berikut :

1	Melakukan Asesmen (*Assesment*) 1) Analisis tingkah laku yang bermasalah yang dialami konseli saat ini. 2) Analisis situasi yang di dalamnya masalah konseli terjadi. Analisis ini mencoba untuk mengidentifikasi peristiwa yang mengawali tingkah laku dan mengikutinya (*antecedent* dan *consequence*) sehubungan dengan masalah konseli. 3) Analisis motivasional 4) Analisis *self control*, yaitu tingkatan kontrol diri konseli terhadap tingkah laku bermasalah ditelusuri atas dasar bagaiman kontrol itu dilatih dan atas dasar kejadian-kejadian yang menentukan keberhasilan *self-control*. 5) Analisis hubungan sosial, yaitu orang lain yang dekat dengan kehidupan konseli diidentifikasi juga hubungannya orang tersebut dengan konseli. 6) Analisis lingkungan fisik-sosial budaya. Analisis ini atas dasar norma-norma dan keterbatasan lingkungan. Dalam kegiatan asesmen ini konselor malakukan analisis ABC, yaitu sebagai berikut: A = *Antecedent* (pencetus perilaku) B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yang perlu

	dipertanyakan kepada konseli meliputi: tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku) C = *Consequence* (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut).
2	Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*) 1) membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan, 2) memperhatikan tujuan konseli berdasarkan kemungkinan hambatan-hambatan situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan dapat diukur, dan 3) memecahkan tujuan ke dalam sub-tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan.
3	Implementasi Teknik (*Technique Implementation*) Mengimplementasikan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli (tingkah laku *excessive* atau *deficit*). Teknik yang dipakai adalah teknik *assertive training*. Tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik asertif adalah: 1. Rasional (arti, tujuan, dan manfaat) 2. Mendiskusikan perilaku agresif, pasif, & asertif 3. Berlatih untuk membedakan pernyataan & perilaku agresif, pasif, dan asertif dalam relasi. 4. Memfasilitasi konseli untuk belajar perilaku non verbal dalam latihan asertif. 5. Bermain peran/modelling.

	6. Memberikan balikan & penguatan 7. Memberikan tugas rumah.
4	Evaluasi dan Pengakhiran (*Evaluation-Termination)* 1) Menguji apa yang konseli lakukan terakhir 2) Eksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan 3) Membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli. 4) Memberi jalan untuk memantau secara terus menerus tingkah laku konseli.

Tahapan Konseling Behavior dengan teknik *assertive training*di atas digunakan dalam proses penelitian eksperimen untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak tahun Pelajaran 2015/2016.

2.4.5 Kelebihan dan Kekurangan Konseling Behavior

Keterbatasan pendekatan konseling behavioral menurut Mulawarman (2011:20-21) yang perlu dicermati antara lain adalah:

1. Pendekatan konseling behavioral bersifat dingin, kurang menyentuh aspek pribadi, bersifat manipulatif, dan mengabaikan hubungan antar pribadi.
2. Pendekatan konseling behavioral lebih terkonsentrasi kepada teknik.
3. Meskipun konselor behavioral sering menyatakan persetujuan kepada tujuan klien, akan tetapi pemilihan tujuan sering ditentukan oleh konselor.
4. Meskipun konseling behavioral menegaskan bahwa setiap klien adalah unik dan menuntut perlakuan yang unik dan spesifik, akan tetapi masalah suatu

klien sering sama dengan klien lain dan oleh karena itu tidak menuntut suatu strategi konseling yang unik.

5. Konstruksi belajar yang dikembangkan dan digunakan oleh konselor behavioral tidak cukup komprehensif untuk menjelaskan belajar dan harus dipandang hanya sebagia suatu hipotesis yang harus diuji. Perubahan klien hanya berupa gejala yang dapat berpindah kepada bentuk tingkah laku yang lain.

Sedangkan kelebihan dari pendekatan behavioral adalah sebagi berikut:

1. Telah mengembangkan konseling sebagai ilmu karena mengundang penelitian dan menerapkan ilmu pengetahuan kepada proses konseling.
2. Mengembangkan perilaku spesifik sebagai hasil konseling yang dapat diukur.
3. Memberikan ilustrasi bagaimana mengatasi keterbatasan lingkungan.
4. Penekanan bahwa konseling hendaknya memusatkan pada perilaku sekarang dan bukan kepada perilaku yang terjadi di masa lalu.

Pendapat di atas dapat dijadikan pegangan dan pembelajaran bahwa suatu teori memang tidaklah semuanya sempurna, pasti ada kelebihan dan keterbatasannya. Namun, tidak menjadikan sebuah teori menjadi tidak berguna. Kelebihan dan keterbatasn dari teori behavioral ini dapat djadikan acuan bahwa ketika nanti melakukan praktik, hal-hal yang menjadi kekurangan dapat dihindari dan yang menjadi kelebihan dapat diperkuat lagi.

2.5 Kerangka Berfikir Perilaku Konformitas Negatif dapat dikurangi dengan Penggunaan Teknik *Assertive Training*

Konformitas menurut Tylor (1997:2006) adalah kecenderungan untuk mengubah suatu keyakinan atau perilaku agar sesuai dengan standard kelompok. Konformitas merupakan perubahan perilaku seseorang dengan mengikuti tekanan-tekanan dari kelompok untuk dapat menerima norma-norma dari kelompok. Konformitas terhadap tekanan sebaya pada masa remaja bisa bersifat positif maupun negatif. Contoh perilaku konformitas yang negatif adalah penggunaan bahasa gaul, mencuri, merusak, mempermainkan orang tua serta guru. Salah satu kasus perilaku konformitas remaja adalah maraknya kasus tawuran antar kelompok dikarenakan mempertahankan wilayah dan persepsi masing-masing kelompok.

Dengan adanya perilaku konformitas negatif dan jika perilaku konformitas negatif tersebut tidak ditangani akan menyebabkan dampak yang buruk bagi remaja itu sendiri dan dapat merugikan orang lain misalnya remaja akan menjadi orang yang kurang mandiri, tidak percaya diri, tidak memiliki kreatif dan inisiatif sendiri dan cenderung bergantung dengan orang lain. Disinilah dibutuhkan suatu ketegasan dari individu itu sendiri yang tidak merugikan dirinya serta orang lain.

Layanan konseling individu merupakan salah satu layanan yang dapat digunakan dalam mengurangi perilaku konformitas. Layanan konseling individu bertujuan untuk membantu siswa agar dapat menyelesaikan dan mengentaskan masalah yang dihadapinya. Dengan layanan konseling individu, siswa diajak untuk belajar memahami dirinya dan menghadapi masalah dengan penuh tanggungjawab untuk dapat dientaskan.

Pelaksanaan layanan konseling individu dapat dilakukan dengan berbagai macam pendekatan sesuai dengan teori dari para pakar konseling. Salah satu pendekatan yang dipilih peneliti adalah konseling Behavior dengan teknik *Assertive Training*. Konseling behavioral berpandangan bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Proses belajar tingkah laku adalah melalui kematangan dan belajar. Selanjutnya tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru. Manusia dipandang memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Manusia mampu melakukan refleksi atas tingkah launya sendiri, dapat mengatur serta mengontrol perilakunya dan dapat belajar tingkah laku baru dan dapat mempengaruhi perilaku orang lain.

Pemberian layanan konseling individu dengan pendekatan behavior dengan teknik latihan asertif ini dirasa efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif karena sesuai dengan pandangan teori behavioral bahwa manusia dapat berperilaku yang baik dengan cara yang asertif, sementara dalam konseling behavioral tersebut terdapat beberapa teknik dan tahapan yang dapat digunakan untuk membantu menangani siswa yang memiliki perilaku konformitas negatif.

Dari tahapan-tahapan tersebut diharapkan klien akan bisa menyelesaikan masalah yang dihadapinya serta bisa hidup dengan nyaman tanpa adanya perilaku konformitas negatif. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan konseling individual dengan pendekatan behavior dengan teknik *assertive training* dianggap efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif.

Perilaku Konformitas Negatif

Definisi: perubahan dalam perilaku atau suatu jenis perubahan sosial seseorang/individu dengan mengikuti tekanan-tekanan dari kelompok untuk dapat menerima norma-norma yang ditetapkan dari kelompok karena seseorang/individu tidak ingin dipandang berbeda dengan teman-temannya atau kelompok.

Aspek yang mempengaruhi perilaku konformitas:

1) kecenderungan individu untuk menyesuaikan perilaku dengan kelompok, 2)Kesediaan individu untuk mengikuti aturan kelompok, 3)Kesediaan individu untuk menerima perlakuan kelompok, 4)Kesediaan individu untuk menerima pendapat kelompok, 5)Kesediaan individu untuk menghabiskan waktu dengan kelompok.

Teknik *Assertive Training*

Definisi: tingkah laku yang menampilkan keberanian untuk secara jujur dan terbuka menyatakan kebutuhan, perasaan dan pikiran-pikiran apa adanya, mempertahankan hak-hak pribadi, serta menolak permintaan-permintaan yang tidak masuk akal.

***Assertive Training* bertujuan untuk membantu klien dalam hal:**

1) Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya.
2) Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan dari padanya.
3) Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata “tidak”.
4) Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya.
5) Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Alasan Penggunaan Teknik *Assertive Training* untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif

1. *Assertive Training*merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya yang menampilkan keberanian untuk secara jujur dan terbuka.
2. Tujuan *Assertive Training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif yaitu untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dipikirkan kepada orang lain secara jujur dan terbuka.
3. Strategi untuk mengurangi perilaku konformitas negatif sesuai dengan tahapan konseling behavior dengan penggunakan teknik *assertive training*.

2.6 Hipotesis

Menurut Sugiyono (2006:96)hipotesis merupakan jawaban sementara atau teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik dengan data.*Assertive Training*, merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Perilaku konformitas negatif adalah perilaku hasil belajar dari lingkungan sehingga untuk menguranginya pun dapat ditempuh dengan proses belajar.

Berdasarkan pengertian tersebut peneliti merumuskan hipotesis yaitu konseling behavior dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak.

BAB 3

METODE PENELITIAN

Metodepenelitian merupakan bagian yang penting dalam pelaksanaan penelitian.Ketepatan dalam memilih metode penelitian akan menunjang keberhasilan pelaksanaan penelitian. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kuantitatif. Sugiyono (2012:14) menjelaskan bahwa "metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan."Dengan metode penelitian kuantitatif, hubungan variabel terhadap obyek yang diteliti lebih bersifat sebab dan akibat (kausal), sehingga dalam penelitaiannya terdapat variabel dependen dan independen. Oleh karenanya metode penelitian kuantitatif sesuai digunakan dalam penelitian ini.

Untuk memudahkan pelaksanaan penelitian, perlu disusun langkah-langkah tertentu agar penelitian dapat berjalan dengan baik dan sistematis. Adapun langkah-langkah dalam metode penelitian diantaranya: (1) Jenis penelitian dan desain penelitian (2)variabel penelitian (3) populasi dan sampel (4) metode dan alat pengumpulan data (5) penyusunan instrument (6) validitas dan reliabilitas (7) teknik analisis data. Dari langkah-langkah tersebut, akan diuraikan sebagai berikut:

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

3.1.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Sugiyono (2012:107) mengartikan "metode penelitian eksperimen digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. "dalam penelitian ini, menggunakan teknik *assertive training* (X) merupakan faktor yang diduga mempengaruhi perubahan perilaku konformitas megatif (Y) sehingga dapat mengurangi perilaku konformitas negatif.

3.1.2 Desain Penelitian

Menurut Nazir (2003:84) desain penelitian adalah semua proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Terdapat beberapa bentuk desain eksperimen diantaranya *Pre-Experimental Design, True Experimental Design, Faktorial Design* dan *Quasi Experimental Design.*Desain yang digunakan adalah *Pre-Experimental Design.*Dimana terdapat beberapa macam *Pre-Experimental Design* yaitu *One-shot Case Study, One Group Pretest-Posttest* serta *Intec Group Comparison.*Adapun yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest.*

Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ada model *one group pre test-post test design*. Penelitian model ini hanya ada satu kelompok yang diberikan perlakuan atau treatmen, sebelum diberikan perlakuan kelompok ini diberikan *pre test* dan setelah diberikan perlakuan diberikan *post test* untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang diberikan oleh peneliti. Dengan demikian,

hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Rancangan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pre Test

Pre test dilakukan untuk mengukur variabel terikat sebelum memberikan perlakuan, dalam penelitian ini *pre test* dilakukan dengan cara memberikan skala psikologi konformitas sebelum pemberian treatmen. *Pre test* diberikan kepada keenam siswa dengan inisial AF, SM, NK, IM, EF, dan ZN. Tujuan dari *pre test* adalah untuk mengetahui gambaran perilaku konformitas negatif siswa sebelum diberikan treatmen.

2. Treatment

Tujuan dari pemberian treatmen adalah untuk mengatasi perilaku konformitas siswa. Treatmen tersebut berupa konseling individu dengan menggunakan konseling behavior. Pelaksanaan konseling dilakukan maksimal lima kali pertemuan dengan durasi sekali pertemukan kurang lebih 30 menit. Adapun tahapan treatmen yang digunakan dalam pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan behavior adalah sebagai berikut :

1	Melakukan Asesmen (*Assesment*) 7) Analisis tingkah laku yang bermasalah yang dialami konseli saat ini. 8) Analisis situasi yang di dalamnya masalah konseli terjadi. Analisis ini mencoba untuk mengidentifikasi peristiwa yang mengawali tingkah laku dan mengikutinya (*antecedent* dan *consequence*) sehubungan dengan masalah konseli.

	9) Analisis motivasional 10) Analisis *self control*, yaitu tingkatan kontrol diri konseli terhadap tingkah laku bermasalah ditelusuri atas dasar bagaiman kontrol itu dilatih dan atas dasar kejadian-kejadian yang menentukan keberhasilan *self-control*. 11) Analisis hubungan sosial, yaitu orang lain yang dekat dengan kehidupan konseli diidentifikasi juga hubungannya orang tersebut dengan konseli. 12) Analisis lingkungan fisik-sosial budaya. Analisis ini atas dasar norma-norma dan keterbatasan lingkungan. Dalam kegiatan asesmen ini konselor malakukan analisis ABC, yaitu sebagai berikut: A = *Antecedent* (pencetus perilaku) B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yang perlu dipertanyakan kepada konseli meliputi: tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku) C = *Consequence* (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut).
2	Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*) 1) membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan, 2) memperhatikan tujuan konseli berdasarkan kemungkinan hambatan-hambatan situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan dapat diukur, dan

	3) memecahkan tujuan ke dalam sub-tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan.
3	Implementasi Teknik (*Technique Implementation*) Mengimplementasikan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami oleh konseli (tingkah laku *excessive* atau *deficit*). Teknik yang dipakai adalah teknik *assertive training*. Tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik asertif adalah: 8. Rasional (arti, tujuan, dan manfaat) 9. Mendiskusikan perilaku agresif, pasif, & asertif 10. Berlatih untuk membedakan pernyataan & perilaku agresif, pasif, dan asertif dalam relasi. 11. Memfasilitasi konseli untuk belajar perilaku non verbal dalam latihan asertif. 12. Bermain peran/modelling. 13. Memberikan balikan & penguatan 14. Memberikan tugas rumah.
4	Evaluasi dan Pengakhiran (*Evaluation-Termination)* 5) Menguji apa yang konseli lakukan terakhir 6) Eksplorasi kemungkinan kebutuhan konseling tambahan 7) Membantu konseli mentransfer apa yang dipelajari dalam konseling ke tingkah laku konseli. 8) Memberi jalan untuk memantau secara terus menerus tingkah laku konseli.

Tabel 3.1

Rancangan Pelaksanaan Treatmen

No.	Alokasi Waktu (30 menit)	Kegiatan
1.	Pertemuan I	*Pre Test*
2.	Pertemuan II	Pemberian Treatmen (Proses Konseling) dari tahap 1 - tahap 4
3.	Pertemuan III	
4.	Pertemuan IV	
5.	Pertemuan V	
6.	Pertemuan VI	
7.	Pertemuan VII	*Post Test*

3. Post Test

Post Test adalah pengukuran kepada responden setelah diberikan treatmen atau perlakuan berupa konseling individu dengan pendekatan behavior. *Post test* bertujuan untuk mengetahui keberhasilan dalam pelaksanaan treatmen dan untuk mengetahui bagaimana perubahan perilaku konformitas pada siswa yang telah diberi perlakuan.

3.2 Variabel Penelitian

Kidder dalam Sugiyono (2012: 60) menyatakan bahwa variabel adalah suatu kualitas (*quaities*) dimana peneliti mempelajari dan menarik kesimpulan darinya. Lebih lanjut Sugiyono (2012: 61) juga menyatakan bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang

mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Varibel dalam penelitian ini akan dibahas sebagai berikut:

3.2.1 Identifikasi Variabel

Penelitian ini berjudul "Keefektifan Teknik *Assertive Training* untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif pada Siswa Kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak". Berdasarkan judul tersebut dapat diidentifikasi bahwa terdapat dua variabel yaitu perilaku konformitas negatif dan teknik *assertive training*. Pertama, Perilaku Konformitas Negatif menjadi variabel terikat (Y) dimana variabel tersebut bergantung pada variabel bebas yang dapat berubah setelah adanya pengaruh perlakuan tertentu (X) atau dapat pula disebut sebagai variabel yang menjadi akibat. Variabel kedua, teknik *assertive training* merupakan variabel bebas (X) atau yang menjadi sebab berubahnya variabel terikat.

3.2.2 Definisi Operasional

Setelah variabel-variabel penelitian diidentifikasi, maka langkah selanjutnya yaitu menyusun definisi operasional variabel. Definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2005:24). Definisi operasional dari variabel dalam penelitian adalah sebagai berikut:

3.2.3.1 Perilaku Konformitas Negatif

Konformitas negatif adalah apabila siswa menampilkan perilaku yang menunjuk pada penyesuaian terhadap nilai, keyakinan, sikap, dan perilaku yang negatif. Perilaku yang ditampilkan siswa yaitu melanggar aturan yang ada di sekolah akibat dari pengaruh kelompok dan selalu menggantungkan diri pada kelompok yang ditunjukkan dengan sikap penyesuaian diri yang berlebihan terhadap aktivitas negatif kelompok, perhatian yang lebih terhadap aktivitas negatif kelompok, memiliki kepercayaan terhadap aktivitas negatif kelompok, mengutamakan perasaan pendapat yang lebih dalam aktivitas negatif kelompok, mengutamakan persamaan pendapat yang lebih dalam aktivitas negatif kelompok, menghindari penyimpangan dengan rela melakukan aktivitas yang sama dilakukan oleh kelompok, memiliki ketaatan yang lebih terhadap aktivitas negatif diakibatkan adanya tekanan untuk memperoleh ganjaran, ketakutan memeperoleh ancaman atau hukuman, serta memikirkan harapan orang lain secara berlebihan.

Aspek-aspek yang dalam perilaku konformitas negatif adalah sebagai berikut: 1) menghindari penolakan, 2) pemenuhan harapan kelompok, 3) daya tarik kelompok, 4) kepercayaan, 5) pendapat.

Untuk memperoleh data yang dimaksud maka menggunakan teknik-teknik dan prosedur pengumpulan data, serta alat-alat yang diandalkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah perilaku konformitas negatif siswa dapat diatasi melalui teknik *assertive training*, untuk memperoleh data-data yang akurat tentang siswa, maka metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan skala psikologi perilaku konformitas.

Pada penelitian ini analisis data digunakan untuk mengetahui tingkat perilaku konformitas sebelum diberikan treatmen *(pre-test)*layanan konseling individu dan perubahan perilaku konformitas setelah diberikan treatmen *(post-test)*berupa layanan konseling individu. Hipotesisnya berbentuk hipotesis komparatif atau membandingkan, yaitu membandingkan perubahan perilaku konformitas negatif sebelum dan sesudah diberikan treatmen. Data dalam penelitian ini yaitu jenis data interval dan termasuk dalam statistik nonparametrik.

3.2.3.2 Pendekatan Behavior dengan Teknik *Assertive Training*

Konseling individu atau pribadi adalah salah satu layanan dalam bimbingan dan konseling yang di dalamnya terjadi interaksi antara dua orang, yaitu konselor dan konseli untuk membahas dan membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami konseli dengan tujuan untuk mencapai kehidupan efektif sehari-hari. Praktik konseling individu ini dalam prosesnya terdapat beberapa teori dari ahli sebagai model dari konseling itu sendiri. Pada penelitian ini, model yang dipilih yaitu konseling pendekatan behavior. Pada pendekatan behavior terdapat beberapa teknik, teknik yang digunakan adalah teknik *assertive training*.

Assertive Training, merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Sebagai contoh ingin marah, tetapi tetap berespon manis.

Adapun tahapan dalam pendekatan behavior yang digunakan dalam pelaksanaan keonseling individu adalah sebagai berikut: 1) Melakukan asesmen, 2) Menetapkan tujuan, 3) Implementasi teknik yaitu *assertive training*, 4) Evaluasi dan Pengakhiran.

3.3 Sampel Penelitian

Sampel penelitian dalam penelitian ini adalah siswa yang mempunyai perilaku konformitas negatif. Dalam penelitian ini peneliti mengambil 6 siswa kelas XI IPS SMA Islam Nahdlatusyusyubban Demak sebagai subyek penelitian. Pengambilan subyek penelitian berdasarkan kriteria siswa mempunyai konformitas negatif. Identifikasi subyek dalam penelitian ini diawali dengan mengidentifikasi hasil agket yang telah diberikan. Dari hasil analisis angket yang sesuai dengan konformitas negatif, yaitu46,6% selalu mengikuti peran sesuai teman-temanya, 44,17% cenderung berperilaku sesuai teman-temannya, 33,33% takut dibenci jika tidak melakukan suatu hal yang diinginkan oleh teman-temannya, 30% ikut-ikutan disaat diminta sesuatu oleh temannya, 29,2% tidak bisa mengatakan tidak demi acara *hangout* bersama teman karena takut dicap "tidak setia kawan", dan 29,16% cenderung akan melakukan apapun agar diterima oleh teman.

Langkah selanjutnya yaitu melihat dari 36 siswa yang pernah mengisi angket konformitas tersebut untuk disesuaikan dengan gejala konformitas negatif. Hasilnya ditemukan 15 anak yang terindikasi yang mempunyai konformitas negatif. Peneliti setelah menemukan 15 anak yang terindikasi mempunyai

konformitas negative tersebut untuk mengisi kembali angket yang berisi pernyataan-pernyataan dari konformitas negatif. Hasil penyebaran angket pada 15 responden, diperoleh enam anak yang memiliki gejala konformitas negative terbanyak yaitu dengan nama inisial AF, SM, NK, IM, EF, dan ZN.

3.4 Metode dan Alat Pengumpul Data

Setiap penelitian ilmiah memerlukan pengumpulan data yang ditunjukkan untuk mendapat data dari responden. Pengumpulan data ini dimaksudkan untuk memperoleh data-data yang akurat, relevan, dan reliabel. Untuk memperoleh data yang dimaksud maka menggunakan teknik-teknik dan prosedur pengumpulan data, serta alat-alat yang diandalkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah perilaku konformitas negatif siswa dapat diatasi melalui teknik *assertive training*, untuk memperoleh data-data yang akurat tentang siswa, maka metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan skala psikologi perilaku konformitas.

3.3.1 Instrumen Skala Psikologi (Skala Perilaku Konformitas)

Menurut Azwar dalam Sutoyo (2009:167), skala psikologi merupakan alat ukur yang memiliki karakteristik khusus yaitu (a) cenderung digunakan untuk mengukur aspek afektif, bukan kognitif (b) stimulusnya berupa pernyataan yang hendak diukur, melainkan mengungkap indicator perilaku dari atribut yang bersangkutan (c) jawabannya lebih bersifat proyektif (d) selalu berisi banyak item yang berkenaan dengan atribut yang diukur (e) respon subyek tidak

diklasifikasikan sebagai jawaban benar atau salah, semua jawaban dianggap benar sepanjang sesuai dengan keadaan sebenarnya, jawaban berbeda diinterpretasikan berbeda pula. Skala psikologi ini digunakan untuk mengungkap aspek psikologi mengenai perilaku konformitas negatif.

Skala digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat perilaku konformitas negatif siswa, melalui *pre-test* dan *post-test*, dengan menggunakan skala konformitas dapat diketahui siswa yang memiliki perilaku konformitas negatif tinggi sampai pada tingkatan yang sangat rendah. Setelah diperoleh data dari hasil pengukuran pada sampel sebelum dikenai *treatment* maka hasil skala konformitas dijadikan sebagai data *pre-test.* Skala konformitas juga digunakan pada saat *post-test* yaitu pengukuran pada sampel setelah diberikan *treatment.* Data hasil *pre-test* kemudian dibandingkan dengan data hasil *post-test* untuk mengetahui apakah ada perubahan gejala atau tingkat konfomitas yang dialami setelah memperoleh perlakuan atau *treatment.*

Skala konformitas dikembangkan dengan menggunakan skala *likert* dengan bentuk *rating scale*. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif (Sugiyono, 2012: 134)Peneliti memperhatikan tujuan ukur, metode penskalaan dan format aitem yang dipilih, sehingga respon yang disajikan dalam skala adalah dalam bentuk pilihan jawaban yang terdiri dari lima jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan.

Jawaban kesesuaian antara responden dengan pernyataan yang disajikan tersebut adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), kurang sesuai (KS), tidak sesuai

(TS) dan sangat tidak sesuai (STS). untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban dapat diberi skor antara 1 sampai 5 jawaban pada instrumen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.2

Kategori Jawaban Skala Psikologi

No.	Pernyataan Positif		Pernyataan Negatif	
	Jawaban	**Nilai**	**Jawaban**	**Nilai**
1	SS	5	SS	1
2	S	4	S	2
3	KS	3	KS	3
4	TS	2	TS	4
5	STS	1	STS	5

Sumber : (Sugiyono, 2012: 134)

3.3.2 Instrumen Wawancara

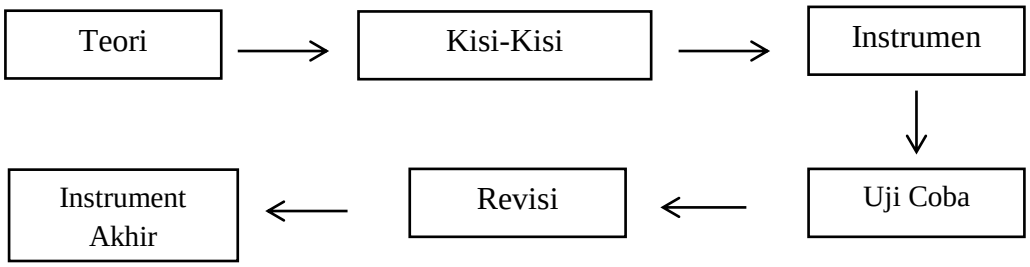
Wawancara digunakan untuk mendalami dan mengatasi permasalahan yang dialami klien secara utuh dan menyeluruh, untuk itu wawancara juga dilakukan secara mendalam (*deep interview*). Wawancara dalam penelitian ini digunakan selama proses konseling atau sering disebut sebagai wawancara konseling untuk mengatasi konformitas negatif siswa.

3.4Penyusunan Instrumen

Dalam penyusunan instrument dilakukan melalui beberapa tahap. Pada penelitan inimenggunakan instrumen berupa skala tingkat konformitas yang dikembangkan sendiri oleh peneliti selanjutnya didetailkan sebagai indikator-indikator yang dikembangkan menjadi suatu pernyataan-pernyataan.

Adapun bagannya sebagai berikut:

Gambar 3.2 Prosedur Penyusunan Instrumen



Tabel 3.3

Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Perilaku Konformitas (Sebelum *Try Out*)

Variabel	Indikator	Deskriptor	*Favourable*	*Unfavourable*	Jumlah
Perilaku Konformitas	Menghindari penolakan	Kecenderungan individu untuk menyesuaikan perilaku dengan kelompok	1, 3, 5, 82, 84	2, 4, 83, 85	9
		Kecenderungan untuk menyesuaikan aktivitas individu dengan aktivitas kelompok.	6, 7, 61, 87, 54	8, 9, 10, 56	8
	Pemenuhan harapan kelompok	Kesediaan individu untuk mengikuti aturan kelompok	11, 13, 15, 57	12, 14	6
		Kesediaan individu untuk menerima perlakuan kelompok	59, 64, 65	16, 20, 21	6
		Kesediaan individu untuk menerima pendapat kelompok	60	58, 62	3
		Kesediaan individu untuk menghabiskan waktu dengan kelompok.	17, 19, 63, 66, 67	18, 22, 81	4

	Daya tarik kelompok	Ketertarikan individu pada anggota dalam kelompok	24, 70	23, 28,30	5
		Ketertarikan individu dalam aktivitas kelompok.	26, 27, 29	25, 68, 69, 71	7
	Kepercayaan	Kepercayaan individu terhadap anggota kelompok	72, 74, 76	31, 33, 34	6
		Kepercayaan individu terhadap aturan kelompok	75, 78	35, 73, 77	5
		Kepercayaan individu mengenai adanya kerjasama dalam kelompok.	32, 36, 80	37, 79	5
	Pendapat	Pendapat individu mengenai anggota kelompok	38, 40, 42, 44, 45	39, 41, 43	8
		Pendapat individu mengenai aturan dalam kelompok	47, 49	46, 48	4
		Kesesuaian aktivitas individu terhadap aktivitas kelompok.	51, 53	50, 52, 55	5
Jumlah Total			**44**	**41**	**85**

3.5 Validitas dan Reliabilitas

Kriteria instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel. Untuk menentukan validitas dan realibilitas intrumen dapat dilakukan seperti penjelasan berikut ini.

3.5.1 Validitas

Saifudin dalam Sutoyo (2009:61) memandang validitas mengandung arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya.Sugiyono (2012: 173-174) instrument yang valid berarti alat ukur yang

digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.

Validitas instrumen adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kendali dan suatu instrumen. Instrumen dikatakan valid apabila instrumen tersebut dapat mengukur apa yang seharusnya diukur secara tepat (Arikunto, 2002 : 145). Pada penelitian ini menggunakan validitas konstrak (*construct validity*). Uji validitas menggunakan rumus korelasi *product moment* yang dikemukakan oleh Pearson dalam Arikunto, (2002: 146) sebagai berikut:

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

r_{xy} : Koefisien validitas

N : Banyaknya subjek

X : Nilai pembanding

Y : Nilai dari instrument yang akan dicari validitasnya

Penelitian ini menggunakan uji signifikansi sebesar 5%. Kesesuaian harga r_{xy} diperoleh dari hasil perhitungan rumus tersebut (r_{xy}) kemudian dibandingkan dengan r_{tabel}. Bila r_{xy} lebih besar atau sama dengan r_{tabel}, maka butir instrumen tersebut valid dan jika r_{xy} lebih kecil darir_{tabel}maka butir instrumen tersebut tidak valid.

Uji validitas dilakukan dengan menggunakan program microsoft excel. Hasil pengujian validitas alat ukur skala konformitas negatif dengan jumlah responden 36 siswa berdasarkan nilai r_{tabel} 0, 329 (n=36 dengan signifikansi 5%) dari 85 item terdapat 19 item tidak valid, yaitu item nomer 5, 6, 8, 9, 20, 21, 27,

34, 46, 47, 52, 56, 57, 58, 60, 62, 73, 78, dan 80. Adapun jumlah item yang valid dan tidak valid dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.4

Kisi-Kisi Pengembangan Skala Konformitas Setelah *Try Out*

Variabel	Indikator	Deskriptor	Item Valid		Item tdk Valid	
			f	*uf*	*f*	*uf*
Perilaku Konformitas	Menghindari penolakan	Kecenderungan individu untuk menyesuaikan perilaku dengan kelompok	1, 3, 82, 84	2,4,83, 85	5	-
		Kecenderungan untuk menyesuaikan aktivitas individu dengan aktivitas kelompok.	7, 54, 61	10	6	8, 9, 56
	Pemenuhan harapan kelompok	Kesediaan individu untuk mengikuti aturan kelompok	11, 13, 15	12, 14	57	-
		Kesediaan individu untuk menerima perlakuan kelompok	59, 64, 65	16	-	20, 21
		Kesediaan individu untuk menerima pendapat kelompok	-	-	60	58, 62
		Kesediaan individu untuk menghabiskan waktu dengan kelompok.	17, 19, 63, 66, 67	18, 22, 81	-	-
	Daya tarik kelompok	Ketertarikan individu pada anggota dalam kelompok	24, 70	23, 28, 30	-	-

		Ketertarikan individu dalam aktivitas kelompok.	26, 29	25, 68, 69, 71	27	-
	Kepercayaan	Kepercayaan individu terhadap anggota kelompok	72, 74, 76	31, 33	-	34
		Kepercayaan individu terhadap aturan kelompok	75	35, 77	78	73
		Kepercayaan individu mengenai adanya kerjasama dalam kelompok.	32, 36	37, 79	80	-
	Pendapat	Pendapat individu mengenai anggota kelompok	38, 40, 42, 44, 45	39, 41, 43	-	-
		Pendapat individu mengenai anggota kelompok	49	48	47	46
		Kesesuaian aktivitas individu terhadap aktivitas kelompok	51, 53	50, 55	-	52
		Jumlah Total	**36**	**30**	**8**	**11**
			66		**19**	

3.5.2 Reliabelitas

Menurut Sugiyono (2012:173) instrument yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian

bahwa sesuatu instrumen cukup dan dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen sudah baik (Arikunto, 2002:154).

Dalam penelitian ini uji realibilitas instrumen menggunakan rumus Alpha sebagai berikut:

$$r11 = \left(\frac{\boldsymbol{k}}{(\boldsymbol{k}-\mathbf{1})}\right)\left(\frac{\mathbf{1}-\sum\boldsymbol{\sigma}^{\mathbf{2}}\boldsymbol{b}}{\boldsymbol{\sigma}^{\mathbf{2}}\boldsymbol{t}}\right)$$

Keterangan :

r_{11} : koefisien realibitas

$\sum\sigma^2 b$: jumlah varian skor tiap-tiap item

$\sigma^2 b$: varian total

k : Jumlah item

Ketentuan instrumen reliabel dapat dilihat dengan membandingkan r_{hitung} dan r_{tabel}. Bila r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel}, maka butir instrumen tersebut reliabel dan jika r_{hitung} lebih kecil dari r_{tabel} maka butir instrumen tersebut tidak reliabel.

3.6 Teknik Analisis Data

Sugiyono (2012:335) mengemukakan analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan dokumentasi dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan paparan diatas, maka analisis data merupakan hal yang penting dalam penelitian guna mengetahui kesimpulan atau hasil penelitian. Pada penelitian ini analisis data digunakan untuk mengetahui tingkat konformitas negatif sebelum diberikan treatmen *(pre-test)*layanan konseling individu dan perubahan perilaku konformitas setelah diberikan treatmen *(post-test)*berupa layanan konseling individu. Hipotesisnya berbentuk hipotesis komparatif atau membandingkan, yaitu membandingkan perubahan perilaku konformitas negatif sebelum dan sesudah diberikan treatmen. Data dalam penelitian ini yaitu jenis data interval dan termasuk dalam statistik nonparametrik.

Penentuan kriteria tingkat konformitas didasarkan pada perhitungan skor yaitu sebagai berikut:

data maksimal	= skor tertinggi x jumlah item	= 5 x 66 = 330
data minimal	= skor terendah x jumlah item	= 1 x 66 = 66
range	= data maksimal – data minimal	= 330 – 66 = 264
Panjang Kelas Interval	= range : panjang kelas	= 264 : 5 = 52,8

Penentuan persentase tingkat konformitas ditentukan dengan cara sebagai berikut:

Persentase skor maksimum	= (5:5) x 100% = 100%
Persentase skor minimum	= (1:5) x 100% = 20%
Rentangan persentase skor	= 100% - 20% = 80%
Banyaknya kriteria	= 5 (Sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi)
Panjang Kelas interval	= Rentang : Banyaknya kriteria = 80% : 5 = 16%

Tabel 3.5

Kriteria Penilaian Tingkat Konformitas

Skor	Interval	Kriteria
275,8< skor <330	84% <%-< 100%	Sangat tinggi
223,8< skor <274,8	68%<% -< 83%	Tinggi
171,8< skor <222,8	52%<% -<67%	Sedang
119,8 < skor <170,8	36%<% - <51%	Rendah
66 < skor <118,8	20%<% - <35%	Sangat Rendah

Penjelasan di atas dapat dijadikan acuan untuk menentukan teknis analisis data atau teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis. Sampel dalam penelitian ini kurang dari 25, maka analisis data yang digunakan adalah dengan membandingkan jenjang terkecil dari *pre test* dan *post test* dengan t tabel dengan menggunakan rumus wilcoxon, rumusnya adalah sebagai berikut :

$$Z = \frac{T - \mu T}{\sigma T} \qquad \mu T = \frac{n\,(n+1)}{4}$$

$$\sigma T = \frac{\sqrt{n}(n+1)(2n+1)}{24}$$

Keterangan ;

T : jumlah jenjang/rangking dari nilai yang kecil

n : jumlah data

Pengambilan keputusan atau kesimpulan dari penelitian ini menggunakan pedoman dengan taraf signifikansi 5% dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Ho ditolak dan Ha diterima apabila t_{hitung} lebih kecil atau sama dengan t_{tabel}.
2. Ho diterima dan Ha ditolak apabila t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel}.

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Bab ini akan menguraikan hasil penelitian dan pembahasan tentang keefektifan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak tahun ajaran 2016. Berikut hasil penelitian dan pembahasannya.

4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, berikut akan diuraikan hasil penelitian yang meliputi hasil analisis kuantitatif yaitu hasil analisis perhitungan *pre test*, hasil analisis perhiunga *post test*, serta perbandingan hasil *pre test* dan *post test* kemudian hasil analisis deskriptif kualitatif yang berupa hasil pengamatan dan wawancara selama proses konseling.

4.4.1 Hasil Analisis Data Kuantitatif

Analisis deskriptif presentase digunakan untuk mengkaji variabel yang ada pada penelitian, yaitu perilaku konformitas negatif siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak (X) dan teknik *assertive training* (Y).

4.4.1.1 Gambaran Tingkat Konformitas Negatif Konseli Sebelum diberikan Perlakuan

Peneliti melakukan *pre test* berupa skala konformitas kepada enam siswa yang sebelumnya sudah dijadikan sebagai subjek dalam penelitian ini. *Pre test* dilaksanakan pada hari Senin, 7 Mei 2016 jam ke 1-2. Berikut gambaran konformitas pada enam konseli yaitu, AF, SM, NK, IM, EF, dan ZN sebelum

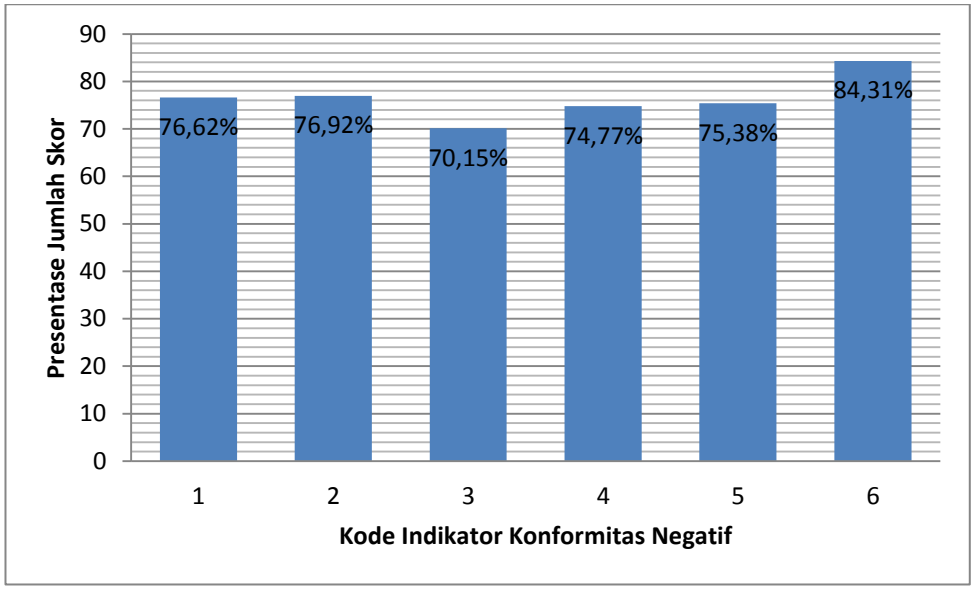
diberikan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior melalui teknik *assertive training*.

Tabel 4.1
Hasil *Pre Test*
Tingkat Konformitas Negatif Konseli Sebelum Diberikan Perlakuan

No.	Kode Konseli	*Pre Test*		
		Jumlah Skor	**%**	**Kategori**
1	K1	249	76,62%	Tinggi
2	K2	250	76,92%	Tinggi
3	K3	228	70,15%	Tinggi
4	K4	243	74,77%	Tinggi
5	K5	245	75,38%	Tinggi
6	K6	274	84,31%	Tinggi
Rata-rata		248,17	76,36%	Tinggi

Sumber : Data yang diolah

Hasil *pre test* pada enam konseli juga dapat dilihat pada grafik dibawah ini



Grafik 4.1 Hasil *Pre Test*
Tingkat Konformitas Konseli Sebelum Diberikan Perlakuan

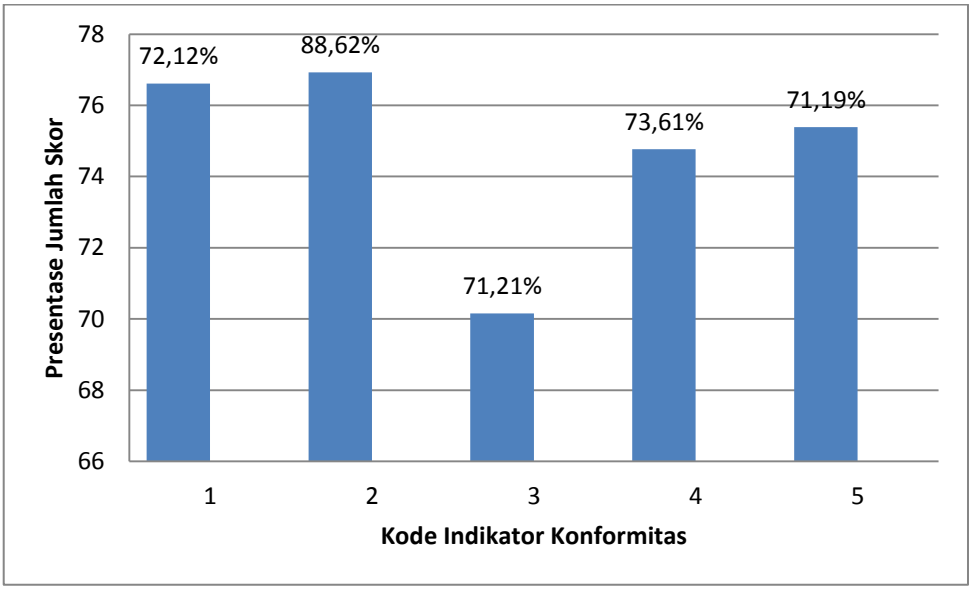
Hasil *pre test* pada enam koneli dilihat pada table 4.1 dan grafik 4.1 dapat dimaknai bahwa perilaku konformitas pada keenam konseli sebelum mendapatkan perlakuan berupa konseling individu berada dalam kategori tinggi. Hal tersebut dapat diartika bahwa indikator-indikator dalam konformitas negatif masih dilakukan oleh keenam konseli. Indikator tersebut diantaranya, tidak dapat menghindari ajakan teman, selalu memenuhi harapan-harapan yang diinginkan poleh teman, selalu tertarik akan adanya ajakan teman, selalu percaya adanya teman akan merubah segalanya, selalu mengikuti pendapat teman.

Hasil *pre test* dapat dilihat per indikator pada setiap responden. Berikut hasil *pre test* konformitas siswa sebelum diberikan perlakuan pada tipa indicator dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.2
Hasil *Pre Test* Tingkat Konformitas Negatif Konseli
Sebelum diberikan Perlakuan Tiap Indikator

No.	Indikator	Kode Konseli						Rata	Rata Kategori
		K1	K2	K3	K4	K5	K6		
1.	Menghindari Penolakan	65%	78%	69%	67%	65%	87%	72,1%	Tinggi
2.	Pemenuhan Harapan Kelompok	86%	89%	82%	87%	94%	93%	88,6%	Tinggi
3.	Daya Tarik Kelompok	74%	67%	69%	64%	71%	82%	73,3%	Tinggi
4.	Kepercayaan	77%	70%	67%	75%	72%	82%	73,3%	Tinggi
5.	Pendapat	56%	74%	60%	74%	67%	76%	71,1%	Tinggi

Sumber: Data yang diolah



Grafik 4.2

Hasil *Pre Test* Tingkat Konformitas Negatif Konseli

Sebelum diberikan Perlakuan Tiap Indikator

Berdasarkan hasil *pre test* pada keenam konseli pada table 4.2 dan grafik diatas 4.2 di atas menunjukkan bahwa indikator nomor dua adalah indikator yang masih paling tinggi diantara indikator yang lain, yaitu pemenuhan harapan kelompok pada masing-masing konseli rata-rata masih tinggi. Hal ini berarti pada masing-masing konseli masih belum bisa menolak ajakan teman atau masih terpengaruh gaya hidup teman yang lainnya. Indikator nomor empat dan satu yaitu pada indikator kepercayaan serta menghindari penolakan menempati urutan kedua tertinggi dari kelima indikator, hal ini dapat dimaknai bahwa rata-rata konseli masih belum bisa percaya diri tanpa pengaruh adanya teman, tidak dapat percaya diri jika tanpa adanya teman, dan masih takut jika tidak menuruti ajakan teman.

Indikator nomer lima memiliki urutan tertinggi ketiga yaitu tidak dapat memberikan pendapat jika tidak dipengaruhi sama teman-temannya. Rata-rata

konseli memang belum mampu dalam memberikan pendapat sendirinya, masih mudah untuk diajak dan memang masih sulit untuk menolak ajakan teman ke hal yang tidak ada manfaatnya. Konseli masih terpengaruh pikiran yang takut jika diajak temannya terus menolak, maka konseli merasa tidak “setia kawan”.

Indikator terakhir yang menempati urutan paling rendah dibandingkan dengan indikator yang lain, yaitu indikator nomer tiga adanya tarik tarik kelompok yang tidak dapat untuk ditolak. Namun, rata-rata kategori dari masing-masing konseli pada indikator ini juga masih tinggi. Mereka belum bisa memandang masa depan mereka yang hidupnya sekarang masih bersenang-senang bersama teman-temannya, mereka memandang adanya teman yang sering mengajak *hangout*, membolos, ngobrol disaat jam pelajaran, ijin tanpa alasan, pulang sebelum jam sekolah pulang, dan merokok adalah pengaruh gaya hidup teman yang harus diikuti dan dipatuhi, jika tidak mengikuti adanya gaya hidup dari teman-temannya, mereka akan tidak dianggap sebagia “setia kawan” dan penakut ancaman teman yang akan dijauhi. Mereka menganggap merekamasih remaja dan hidupnya sangat tergantung sekali sama temannya. Karena pada kenyataannya di sekolah mereka masing-masing mempunyai “gank”.

4.1.1.2 Gambaran Tingkat Konformitas Negatif Konseli setelah Diberikan Perlakuan

Post Test diberikan setelah proses konseling selesai, sehingga dapat diketahui bagaiman perubahan konformitas negatif siswa sebelum dan sesudah konseling. Berikut hasil *post test* disajikan dalam tabel di bawah ini :

Tabel 4.3

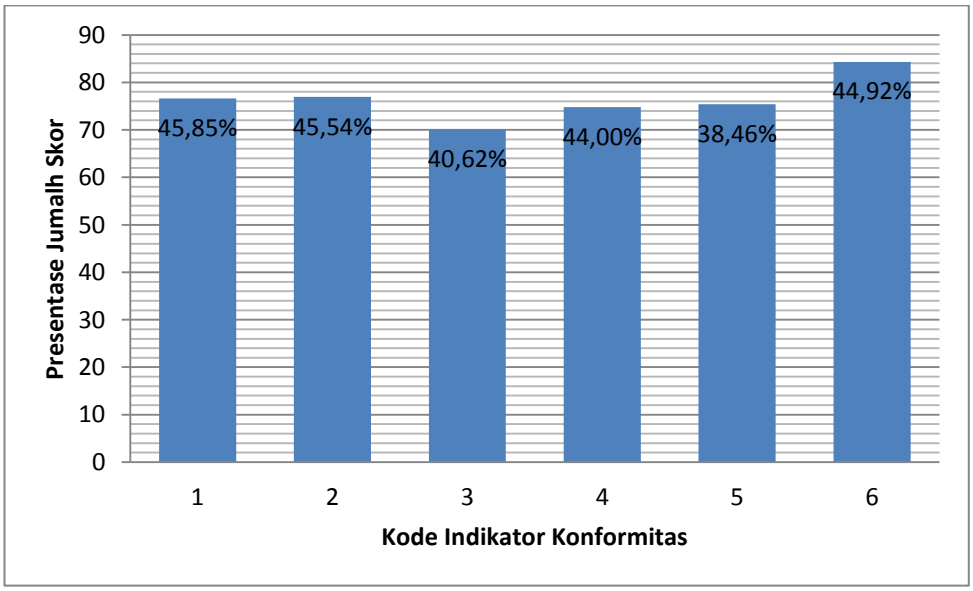
Hasil *Post Test*

Tingkat Konformitas Konseli Setelah Diberikan Perlakuan

No.	Kode Konseli		*Post Test*	
		Jumlah Skor	**%**	**Kategori**
1	K1	149	45,85%	Rendah
2	K2	148	45,54%	Rendah
3	K3	132	40,62%	Rendah
4	K4	143	44,00%	Rendah
5	K5	125	38,46%	Rendah
6	K6	146	44,31%	Rendah
Rata-rata		140,5	43,23	Rendah

Sumber : Data yang diolah

Hasil *post test* pada tiap konseli juga dapat dilihat pada grafik dibawah ini



Grafik 4.3 Hasil *Post Test*

Tingkat Konformitas Konseli Setelah Diberikan Perlakuan

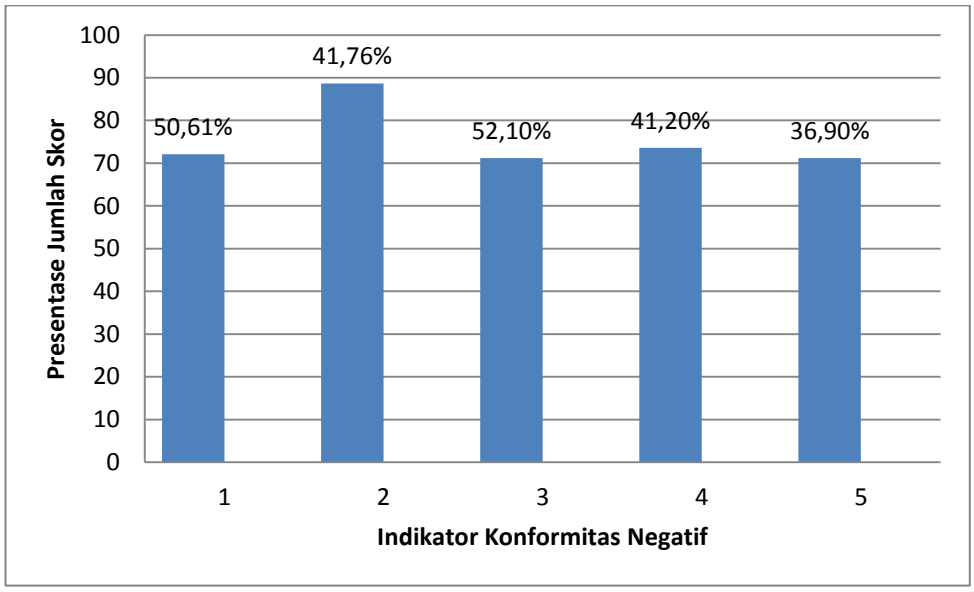
Berdasarkan hasil *post test* di atas pada table 4.3 dan grafik 4.3 dapat dimaknai bahwa perilaku konformitas negatif pada keenam konseli berada dalam kategori rendah setelah mendapatkan perlakuan berupa konseling individu dengan teknik *assertive training*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa indikator-indikator dalam konformitas mengalami kenaikan dari hasil sebelumnya pada *pre test* atau sebelum diberikan perlakuan. Hasil *post test* dapat dilihat per indikator pada setiap responden. Berikut hasil *post test* konformitas siswa setelah diberikan perlakuan pada tiap indikator dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.4
Hasil *Post Test* Tingkat Konformitas Negatif Konseli
Setelah diberikan Perlakuan Tiap Indikator

No.	Indikator	Kode Konseli						Rata	Rata Kategori
		K1	K2	K3	K4	K5	K6		
1.	Menghindari Penolakan	51%	49%	49%	60%	44%	51%	50,6%	Rendah
2.	Pemenuhan Harapan Kelompok	42%	47%	39%	42%	40%	40%	41,7%	Rendah
3.	Daya Tarik Kelompok	60%	49%	51%	53%	36%	63%	52,1%	Rendah
4.	Kepercayaan	46%	51%	33%	30%	33%	32%	41,2%	Rendah
5.	Pendapat	34%	32%	34%	38%	38%	43%	36,9%	Rendah

Sumber: Data yang diolah

Hasil rata-rata *post test* keenam konseli tiap indikator juga dapat dilihat pada grafik dibawah ini :



Grafik 4.4
Hasil Post Test Tingkat Konformitas Konseli
Setelah Diberikan Perlakuan Tiap Indikator

Berdasarkan hasil post test keenam konseli pada tabel 4.4 dan grafik 4.4 di atas dapat dimaknai bahwa setiap indikator berada pada kategori konformitas yang rendah untuk masing-masing konseli setelah diberikan perlakuan berupa konseling individu dengan teknik *assertive training*. Pada indikator ke 5 yaitu pendapat menunjukkan angka paling rendah untuk konformitas negatif, dapat dimaknai bahwa rata-rata konseli sudah memiliki kesadaran bahwa selalu menuruti permintaan dan harapan kelompok yang tidak masuk akal, yang pada awalnya konseli selalu memenuhi apa yang diharapkan olek kelompok, mulai

untuk belajar tidak menuruti kemauan teman-temannya, mulai untuk berani menyatakan bahwa permintaan dari kelompoknya tidak masuk akal dan hanya membuang waktu untuk belajar. konseli sudah mulai berani menyatakan apa yang dirasakan dan mulai untuk mencoba berkata jujur apa yang dirasakan, mulai untuk berani berkata “tidak” kepada kelompoknya untuk aktivitas, kegiatan atau hal yang menurut konseli kegiatan tersebut hanya membuang waktu dan tidak bermanfaat bagi masing-masing konseli.

Indikator keempat yaitu kepercayaan rata-rata dari tiap konseli sudah berada pada kategori rendah, hal ini berarti konseli sudah mulai untuk membangun kepercayaannya tanpa atau adanya teman, menunjukkan percaya dirinya tanpa atau adanya teman-teman yang mempengaruhi untuk berperilaku konformitas negatif. Mereka sudah mulai beradaptasi bahwa teman bukan hanya dalam satu gank saja, mereka sadar berteman dengan siapa saja yang terpenting dapat mempengaruhi secara positif. Indikator ketiga pemenuhan harapan kelompok yang sudah rendah dapat dilihat bahwa pada tiap konseli rata-rata sudah menunjukkan bahwa setiap konseli sudah mulai untuk mengungkapnya pendapatnya tanpa dipengaruhi oleh teman-temannya, sudah dapat mulai berpendapat untuk hal yang akan direncanakan dalam kelompoknya, mereka sudah tidak ragu dalam berpendapat.

Indikator keempat juga sudah menunjukkan kondisi konseli yang berada pada posisi rendah, yaitu indikator tentang menghindari penolakan. Masing-masing konseli sudah mulai untuk Indikator yang terakhir juga sudah menunjukkan sudah berada dalam posisi yang rendah, yaitu indikator daya tarik

kelompok bahwa masing-masing dari konseli rata sudah mulai belajar untuk tidak mudah tertarik dan tidak mudah untuk dipengaruhi oleh kelompoknya, meskipun diajak *hangout* sekalipun, sudah mulai sadar yang dilakukan mereka dengan teman-temannya hanya membuang waktu, boros, dan tidak bermanfaat bagi masing-masing konseli.

4.1.1.3 Tingkat Konformitas Negatif Konseli Sebelum dan Setelah diberikan Perlakuan

Hasil *pre test* dan *post test* dapat dilihat dan dibandingkan apakah ada berbedaan pada konformitas negatif konseli sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa konseling individu dengan teknik *assertive training*. Berikut tabel dan grafik perbandingan tingkat konformitas sebelum dan setelah diberikan konseling individu.

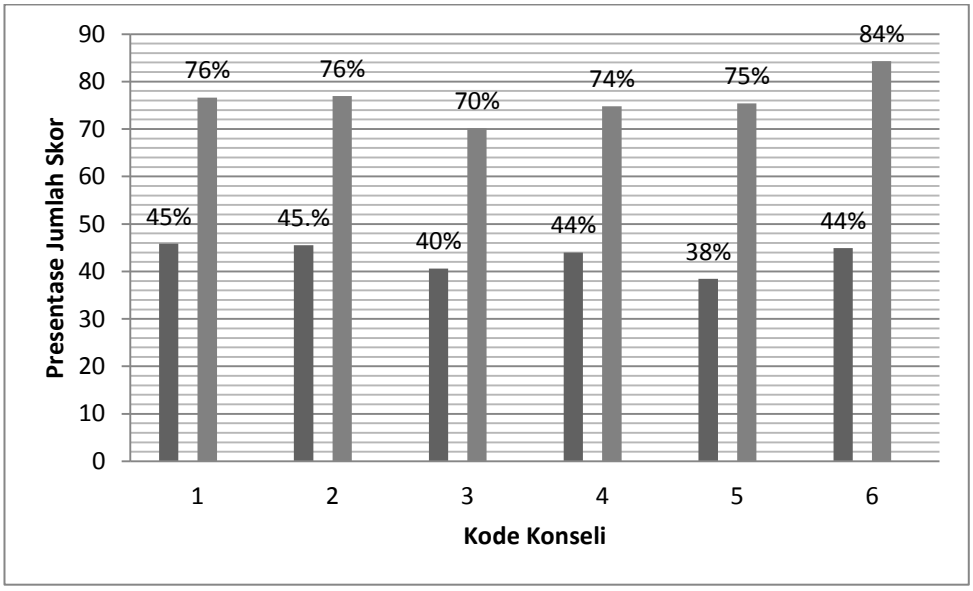
Tabel 4.5
Tingkat Konformitas Negatif Siswa
Sebelum dan Setelah diberikan Perlakuan

No.	Kode Responden	*Pre Test*			*Post Test*			Selisih Skor
		Jumlah Skor	%	Kategori	Jumlah Skor	%	Kategori	
1.	K1	249	76,62	Tinggi	149	45,85	Rendah	100
2.	K2	250	76,92	Tinggi	148	45,54	Rendah	102
3.	K3	228	70,15	Tinggi	132	40,62	Rendah	96
4.	K4	243	74,77	Tinggi	143	44	Rendah	100
5.	K5	245	75,38	Tinggi	125	38,46	Rendah	120
6.	K6	274	84,31	Tinggi	146	44,92	Rendah	128

Rata-rata	**248,17**	**76,36**	**140,5**	**43,23**	Rendah

Sumber : Data yang diolah

Perubahan tingkat konformitas setelah diberi perlakuan berupa konseling individu dapat dilihat pula melalui grafik dibawah ini.



Grafik 4.5
Tingkat Konformitas Konseli
Sebelum dan Setelah diberikan Perlakuan

Berdasarkan tabel 4.5 dan grafik 4.5 dapat diketahui bahwa dari keenam konseli mengalami peningkatan setelah diberikan perlakuan berupa pemberian teknik *assertive training.* Konseli pertama mengalami peningkatan sebesar 31,27%, konseli kedua mengalami peningkatan konformitas sebesar 31,28%, konseli ketiga mengalami peningkatan konformitas sebesar 29,53%, konseli keempat mengalami peningkatan sebesar 30,77%, konseli kelima mengalami peningkatan sebesar 36,92%, dan konseli keenam mengalami peningkatan sebesar

39,39%. Rata-rata peningakatan konformitas dari semua konseli adalah sebesar 33,13%.

Peningkatan konformitas juga dapat dilihat dari tiap indikator pada masing-masing konseli, berikut tabel dan grafik perbandingan peningkatan konformitas siswa sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa konseling individu.

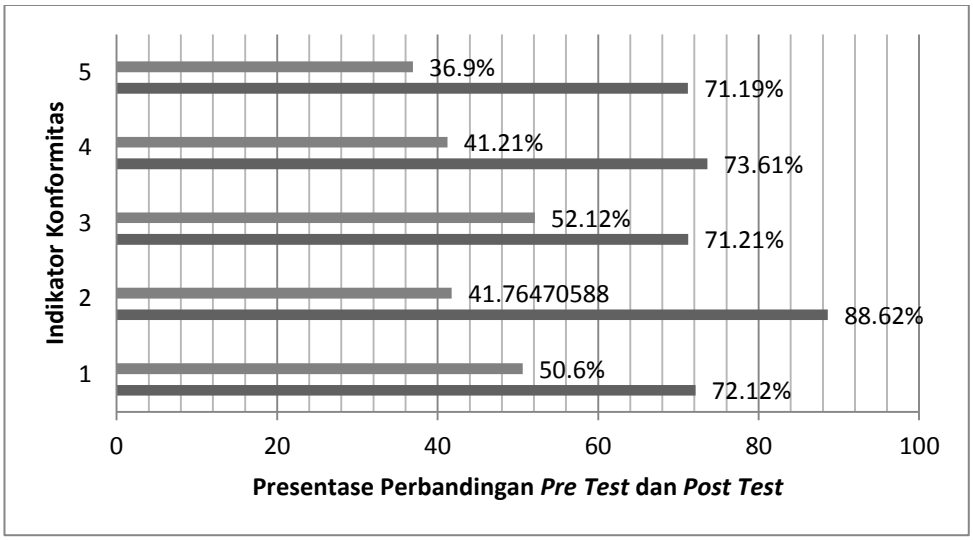
Tabel 4.6

Presentase Skor Hasil *Pre Test* dan *Post Test*

Pada Setiap Indikator

No.	Indikator	Pre Test		Post Test		Selisih
		Skor	Kriteria	Skor	Kriteria	
1.	Menghindari Penolakan	72,17%	Tinggi	50,61%	Rendah	21,51%
2.	Pemenuhan Harapan Kelompok	88,63%	Tinggi	41,76%	Rendah	46,87%
3.	Daya Tarik Kelompok	71,2%	Tinggi	52,1%	Rendah	19,1%
4.	Kepercayaan	73,6%	Tinggi	41,2%	Rendah	32,4%
5.	Pendapat	71,19%	Tinggi	36,9%	Rendah	34,29%

Perubahan tingkat konformitas negatif pada siswa sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa konseling individu dapat dilihat pada grafik dibawah ini.



Grafik 4.6
Presentase Skor Hasil *Pre Test* dan *Post Test*
Pada Setiap Indikator

Berdasarkan Tabel 4.6 dan Grafik 4.6 di atas dapat dilihat bahwa dari kelima indikator konformitas mengalami peningkatan skor. Peningkatan skor dari hasil *pre test* dan *post test* ini dapat dimaknai bahwa adanya perubahan konformitas negatif pada konseli dari sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan berupa konseling individu dengan teknik *assertive training*. Perubahan ini dapat dijabarkan lebih lanjut bahwa konseli mengalami perubahan untuk menghindari penolakan dari hal-hal yang mengarah ke konformitas negatif, tidak selalu memenuhi kemauan dan harapan kelompok yang sering mengajak *hangout* sehingga membuang waktu dan tidak bermanfaat, tidak mudah tertarik

adanya pengaruh dari kelompok, percaya diri tanpa atau adanya kelompok, dan berani mengungkapkan perasaan (pendapat) untuk berkata jujur tanpa menyinggung perasaan orang lain.

4.1.1.4 Analisis Uji Wilcoxon Mengatasi Konformitas Negatif Siswa Melalui Konseling Individu menggunakan Teknik *Assertive Training*

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan menggunakan analisi uji wilcoxon. Hipotesis sementara dari penelitian ini yaitu masalah konformitas negatif pada siswa di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak dapat diatasi melalui layanan konseling individu dengan pendekatan behavior menggunakan teknik *assertive training*. Analisis wilcoxon dengan menggunakan hasil *pre test* dan *post test* diharapkan dapat mengetahui apakah konseling dengan teknik *assertive training* dapat mengatasi konformitas negatif pada siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak.

Tabel 4.7
Tabel Penolong Uji Wilcoxon

Kode Responden	X_{A1}	X_{B2}	Beda	Tanda Jenjang		
			X_{B2} - X_{A1}	Jenjang	+	-
K-1	249	149	-100	2	0	2
K-2	250	148	-102	4	0	4
K-3	228	132	-96	1	0	1
K-4	243	143	-100	3	0	3
K-5	245	125	-120	5	0	5
K-6	274	146	-128	6	0	6
				Jumlah	T = 0	T = 21

Keterangan :

X_{A1} : Nilai *Pre Test*

X_{B2} : Nilai *Post Test*

X_{B2} - X_{A1} : Nilai *Post Test* - Nilai *Pre Test*

Jenjang : Dicari berdasarkan nomor urut X_{B2} - X_{A1}

Setelah perhitungan tabel selesai, langkah selanjutnya adalah memasukkan hasilnya ke dalam rumus uji wilcoxon (Z) Adapun perhitungannya adalah sebagai berikut:

$$Z = \frac{T - \mu T}{\sigma T} = \frac{T - \frac{n\,(n+1)}{4}}{\sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}}$$

$$= \frac{0 - \frac{6\,(6+1)}{4}}{\sqrt{\frac{6(6+1)(2.6+1)}{24}}}$$

$$= \frac{-\frac{42}{4}}{\sqrt{\frac{42.13}{24}}} = \frac{-10,5}{\sqrt{\frac{546}{24}}} = \frac{-10,5}{\sqrt{22,75}} = \frac{-10,5}{4,769} = -2,206$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, didapatkan Z_{hitung} sebesar -2,206, karena nilai Z adalah nilai mutlak sehingga tanda negatif tidak diperhitungkan. dan T_{hitung}= 0 (diambil jenjang yang terkecil). Jadi, nilai Z_{hitung} menjadi 2,206, selanjutnya nilai Z hitung ini dibandingkan dengan nilai Z_{tabel} dengan taraf signifikansi 5% nilai Z_{tabel}= 1,645, Maka Z_{hitung}> Z_{tabel} = 2,206 > 1,645 Kemudian bandingkan juga T_{hitung} dangan T_{tabel}. T_{hitung} = 0 dan T_{tabel}= 0 jadi T_{hitung} = T_{tabel}. Jika harga T_{hitung}≤ harga T_{tabel} maka Ha di terima. Sementara jika harga Z_{hitung} > Z_{tabel} , maka Ha juga diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian

konseling individu dengan pendekatan behavior melalui teknik *assertive training* dapat mengurangi konformitas negatif pada siswa SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

4.1.2 Hasil Analisis Deskriptif Kualitatif

Deskripsi hasil konseling behavior untuk mengatasi masalah konformitas negatif siswa akan dipaparkan pada setiap kali pertemuan. Proses konseling behavior dilakukan selama lima minggu dalam lima kali pertemuan untuk masing-masing konseli. Deskripsi yang akan dipaparkan di sini berupa hasil konseling per indikator agar dapat dilihat bagaimana perubahan masing-masing konseli setelah diberikan konseling individu. Berikut deskripsi hasil konseling dari masing-masing konseli dalam proses konseling behavior dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.8
Deskripsi Hasil Konseling Tiap Pertemuan

Inisial Konseli	Pertemuan Ke-	Indikator Konformitas				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
AF	1	Pada pertemuan pertama, AF masih canggung, malu, lebih sering diam, dan berbicara ketika ditanya saja.	AF mengatakan bahwa AF selalu menuruti kemauan kemana teman-temannya mengajak.	Dari hasil wawanacara pada pertemuan pertama AF memang sangat pengaruh gaya hidup temannya karena memang AF ini mempunyai gank di sekolah.	AF merasa tidak percaya diri jika mengungkapkan pendapatkan sendiri tanpa dipengaruhi teman-temannya	AF belum bisa mungungkapkan pendapatnya sendiri jika tanpa adanya ajakan teman-temannya, AF hanya ikut2an jika diajak teman-temannya.
	2	AF canggung dan malu-malu ketika berbicara dengan peneliti, namun sudah mulai mau berbicara tentang dirinya	Di pertemuan ke dua AF mengatakan belum bisa menolak ajakan teman, alasannya karena memang tidak bisa jauh dari teman-temannya.	AF mengatakan masih sangat terpengaruh sama teman-temannya yang ikut membolos disaat masih jam pelajaran dan jika AF menolak ajakan dari teman-temannya AF takut dicap tidak “setia kawan”	AF juga tidak dapat percaya diri jika gaya hidupnya tidak sama seperti teman-temannya.	AF masih takut mengungkapkan perasaannya bahwa AF akan menolak ajakan teman-temannya.
	Pertem	**Indikator Konformitas**				

	uan Ke-	Menghindari Penolakan	Pemenuhan Harapan Kelompok	Daya Tarik Kelompok	Kepercayaan	Pendapat
	3	AF sudah mulai bisa sedikit menolak ajakan temannya, meskipun AF masih merasa takut jika dijauhi teman-temannya.	AF sudah mulai menceritakan bahwa selalu menuruti kemuan teman-temannya adalah hal yang sangat tidak bermanfaat.	AF masih tertarik dengan adanya rayuan teman-temannya dan masih mengikuti gaya hidup teman yang lainnya	AF belum bisa percaya diri tanpa adanya mengikuti hal-hal yang dilakukan oleh teman-temannya karena AF belum bisa jauh dari kegiatan yang biasanya dilakukan oleh teman-teman-temannya.	AF masih susah susah untuk mengungkapakn perasaan yang sesungguhnya karena dirasa pendapat untuk kelompoknya tidak pernah dilakukan, AF masih jadi penurut diganknya.
	4	AF bercerita bahwa dengan adanya latihan asertif dapat mengungkapan dengan jujur apa yang dirasakan dan dapat diungkapkan untuk menolak ajakan teman yang tidak bermanfaat baginya.	AF mengungkapkan setelah berlatih asertif AF tidak harus selalu menuruti kemauan teman-temannya, tidak selalu harus mengikuti gaya hidup gank nya.	AF sudah mulai berfikir bahwa kegiatan yang biasanya dilaukan diganknya memang tidak manfaatnya dan malah hanya membuang waktu saja.	AF sudah mulai menyadari bahwa tanpa adanya ikut-ikutan dengan teman yang lainnya AF bisa percaya diri dalam melakukan sesuatu hal yang pastinya melakukan hal yang positif.	AF sudah mulai berani berpendapat tanpa adanya pengaruh dari teman-temannya.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**

	5	AF sudah bisa menolak ajakan teman yang tidak bermanfaat baginya dan sudah bisa memandang mana yang hal yang dilakukan untuk teman baik yang positif dan negatif. AF sudah mulai bisa menolak dengan asertif tanpa menyinggung perasaan teman-temannya.	AF sudah bisa menilai hal apa yang harus dipenuhi untuk kelompok dan mana hal yang dilakukan untuk dirinya sendiri tanpa adanya paksaan dari teman-temannya lagi dan AF mengatakan bahwa AF akan mulai jujur apa yang dirasakan sesungguhnya tanpa ada yang hal yang ditutupi.	AF sudah merasa lega tanpa adanya pengaruh dari teman-temannya dan AF merasa bahwa selama ini sudah ikut-ikutan gaya hidup teman-temannya yang menurut AF hanya membuang waktu dan malah selalu tertinggal dalam belajar.	AF muali percaya diri dengan tanpa adanya pengaruh dari teman-temannya dan dapat melakukan hal yang lebih bermanfaat lagi bagi dirinya. AF merasa senang dengan adanya konseling ini.	AF sudah bisa berpendapat, yang awalnya hanya ikut-ikutan teman-temannya saja dan seperti orang yang tidak punya pendirian, hidupnya hanya diatur oleh temannya, dan AF mengatakan sangat terpaksa melakukan hal yang diminta teman-temannya.
SM	1	SM pada pertemuan pertama masih merasa takut untuk diajak konseling, dan peneliti yang lebih aktif.	SM mau sedikit-sedikit mengatakan bahwa SM memang mempunyai gank di sekolah	SM sangat terpengaruh sama teman-temannya yag sering mengajaknya membolos disaat jam maih pelajaran	SM tida bisa jauh/ malu jika dijauhi teman-temannya jika SM menolak ajakan teman-temannya.	SM tidak pernah berpendapat disaat teman-temannya mengajak, SM hanya ikut-ikutan saja.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	2	Dipertemuan kedua SM juga masih pasif untuk diajak konseling, namun	SM belum bisa meolak ajakan teman-temannya, SM mengatakan jika	SM masih mudah terpengaruh ajakan teman-temannya,	SM merasa takut tidak dianggap sebagi teman lagi, jika SM tidak	SM selama dalam gank memang tidak pernah berpendapat, hanya ikut-

		lama kelamaan suasana mencair dan SM mau bercerita tentang masalahnya dengan teman-temannya.	SM menolak,di takut di cap tidak setia kawan, karena memang SM mempunyai gank di sekolah.	padahal SM sudah mengetahui bahwa ajakan teman-temannya tidak bermanfaat dan membaut boros.	mengikuti kemauan teman-temannya.	ikutan saja dengan teman-temannya.
	3	SM mengatakan bahwa masih belum bisa menolak ajakan teman-teman, karena memang masih susah untuk berkata jujur bahwa yang dilakukan teman-temannya harus diikuti.	Dipertemuan ke tiga SM masih harus menuruti kemuan teman-temannya, SM masih merasa takut, jika menolak apa yang diminta oleh teman, SM akan dijauhi.	SM merasa ikut-ikutan teman adalah hal yang biasa dilakukan olehnya, karena sudah menjadi suatu tuntutan bahwa yang dinamakan gank adalah bisa kompak meskipun hal yang dilakukan kurang bermanfaat.	SM merasa tanpa adanya teman-teman SM tidak apa-apa bahkan malah tidak percaya diri tanpa adanya teman-temannya disampingnya. SM masih merasa takut.	SM mengatakan bahwa tidak berani berpendapat, jika teman-temannya merencakan kegiatan yang akan dilakukan, SM hanya bisa ikut-ikutan.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	4	SM sudah mulai berpikir bahwa masa depan direncakan harus mulai sejak awal, bukan malah di SMAsekarang ini hanya untuk senang-senag dengan teman-	Dipertemuan keempat setelah mendapatkan latihan asertif, SM bercerita bahwa dengan melakukan hal yang diinginkan kelompok untuknya memang tidak	SM sudah mulai tidak tertarik apa yang yang dilakukan oleh teman-temannya adalah hal yang membaung waktu saja, dan hanya untuk meninggalakn	SM akan berlatih selalu percaya diri dan tidak mudah terpengaruh dengan adanya ajakan teman-temannya, SM akan menolak jika hal yang diminta teman-	SM mulai membiasakan diri dengan berpendapat jika teman-temannya akan meminta atau akan melakukan suatu hal.

		temannya. SM mulai sedikit menghindari kegiatan yang membuang waktu untuk dirinya.	ada manfaatnya, SM mulai untuk mengatakan “tidak” untuk menolak hal yang diminta temannya yang tidak masuk akal.	pelajaran saja dan SM berpikir kegiatan yang dilakukan oleh ganknya hanya untuk senag-senag saja.	temannya tidak masuk akal dengan asertif.	
	5	SM sudah merasa senang, bisa mengaplikasikan langsung menolak ajakan teman, dengan tanpa menyinggung perasaan temannya.	SM merasa lega sudah mengatakan dengan jujur yang dirasakan selama ini hanya selalu menerima perlakuan teman-temannya tanpa memikirkan perasaannya.	SM sudah tidak tertarik dengan ajakn teman-temannya yang tidak bermanfaat baginya dan mulai untuk melakukan hal yang lebih bermanfaat lagi.	SM mengatakan sudah terbiasa percaya diri tanpa atau adanya gank. SM ingin berteman dengan siapa saja yang dapat mempengaruhinya secara positif.	SM sudah belajar untuk berpendapat di depan umum, bukan hanya di depan teman-temannya saja.

Inisial Konseli	**Pertemuan Ke-**	**Indikator Konformitas**				
		Mengindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
IM	1	IM mengatakan sangat mudah terpengaruh dengan temannya yang suka merokok, membolos, dan terlambat sekolah. Karena hal yang dilakukan bersama	IM selalu menuruti apa yang dilakukan dan diminta teman-temannya, jika tidak menurti IM merasa malu gayanya tidak sama yang dilakukan oleh temannya.	IM sangat tertarik dengan apa yang dilakuka oleh temannya, karena yang terpenting IM merasa senang tanpa memikirkan di masa depannya. IM tertarik dengan kegiatan eman-	IM merasa tidak bisa lepas dengan adanya teman-temannya, meskipun hal yang dilakukan hal yang tidak baik bagi dirinya, IM merasa senang melakukan hal yang	IM masih susah berpendapat meskipun hal yang dilakukan teman-temannya sangat merugikan dirinya, IM hanya ikut-ikutan saja dengan apa yang dilakukan teman-

		dengan teman-temannya sudah menjadi hal yang biasa.		temannya karena dirasa masa muda harus dilakukan dengan senang-senang.	dilakukan oleh teman-temannya. IM juga tidak bisa jauh dengan kegiatan-kegiatan yang biasa dilakukan dengan teman-temannya.	temanya.
	2	IM Bercerita sudah menolak ajakan teman, namun IM masih ragu-ragu untuk menolak ajakan teman-temannya.	IM mengatakan masih menuruti kemauan teman yang mengajak IM untuk membolos dan merokok, namun IM masih saja takut untuk menolak ajakan teman-temannya.	IM bercerita masih mudah tertarik dengan ajakan teman-temannya, meskipun IM, mulai sadar hal yang dilakukan sangat tidak bermanfaat bagi dirinya.	IM masih susash percaya diri dalam meakukan kegiatan tanpa adanya teman-teman.	IM masih sulit untuk menyatakan pendapatnya dengan teman-temannya, karena merasa tidak enak hati jika menolak ajakan teman-temannya.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	3	IM masih malu-malu dalam bercerita dengan pneliti, IM ternyata masih sulit untuk mengungkapkna perasaannya dengan jujur apa yang dirasakan jika menolak ajakn teman-temannya.	IM sudah mulai bercerita, bahwa IM merasa bahwa yang dilakukan bersama teman-temannya adalah hal yang kurang baik, bahkan tidak baik bagi dirinya, IM sudah mulai sadar akan masa depannya yang harus direncanakan mulai sekarang.	IM masih mudah untuk tertarik ajakan teman-temannya.	IM masih mudah tidak percaya jika tanpa adanya teman-temannya. IM Msih sangat tergantung adanya teman-teman yang mempengarhunya, meskipun pengaru itu tidak baik bagi dirinya.	IM masih sulit untuk berpendapat, masih takut mengeluarkan pendapat dihadapan teman-temannya.

	4	IM sudah berusaha untuk menolak ajakan teman-temannya dengan tanap menyinggung perasaan orang lain, namun IM Masih merasa agak canggung dalam berlatih aserif.	IM mencoba akan berusaha untuk tidak menuruti kemuan yang diminta oleh teman-temannya yang menurut IM tidak bermanfaat dan membuang waktu. IM akan melakukan hal yang bermanfaat bagi dirinya tanpa terpengaruh dengan hal yang negatif.	IM akan berusaha mencoba tidak akan mudah tertarik dengan hal yang dilakukan teman-temannya. IM mencoba untuk berpikir bahwa yang dilakukan teman-temannya tidak bermanfaat bagi dirinya.	IM mulai mencoba untuk memperbaiki dirinya dengan percaya diri dan tidak terpengaruh dengan teman-temannya yang pada dasarnya kegiatan yang dilakukan tidak bermanfaat.	IM akan selalu berusaha dan belajar untuk mengungkapkan pendapatnya meskipun masih merasa takut dengan teman-temannya.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	5	IM sudah bisa mulai untuk menolak ajakan teman yang menurut IM tidak ada manfaatny tidak berguna bagi dirinya sendiri. IM sudah mulai untuk menolak dengan cara asertif dan tidak menyinggung perasaan teman-temannya.	IM merasa sudah mulai terbiasa untuk tidak selalu menuruti kemuan teman-temannya yang dirasa sangat tidak bermanfaat untuknya dan mencoba untuk mengajak teman-temannya hal yang lebih bermanfaat lagi.	IM sudah tidak mudah tertarik dengan ajakan teman-temannya yang sangat merugikan dirinya, dan sekarang IM sudah mulai berpikir akan menjadi manusia yang lebih baik lagi dan berguna bagi banyak orang lain dan teman-temannya.	IM mulai sudah intensif untuk melatih agar selalu percaya diri, bahwa adanya merokok, membolos adalah pengaruh yang negatif. Tanpa adanya teman yang seperti IM akan berusaha dengan gaya hidup yang lebih sehat.	IM sudah mulai belajar berpendapat dan IM mengatakan sudah mengungkapkan pendapatnya kepada teman-temannya, bahwa yang dilakukan adalah hal yang negatif.
EF	1	EF adalah satu siswa yang mempunyai	EF selalu menuruti apa yang dilakukan oleh ganknya, EF	EF bercerita bahwa sangat tertarik apayang	EF sadar bahwa EF merasa tidak percaya	EF merasa hanya ikut-ikut saja apa yang

		konformitas negatif, yang mana EF selalu nurut apa yang dilakukan oleh teman-temannya terutama gaya hidup yang tidak baik.	takut, jika EF tidak sesuai dengan teman-temannya, EF takut dicap tidak setia kawan, karena EF mempunyai pengalaman tidak punya teman disaat SMP.	dilakukan oleh teman-temannya, karena hal yang dilakukan bersama dengan temannya adalah suatu komitmen yang harus dilakukan.	diri tanpa adanya teman-teman disampinya, EF merasa juga tidak bisa jauh dari ganknya.	dilakukan oleh teman-temannya, karena EF adalah anggota baru yang baru masuk di ganknya tersebut.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	2	EF masih susah untuk menolak ajakan teman, karena menurut EF menuruti kemaun teman adalah salah satu hal yang harus dilakukan EF. EF takut jika menolak ajakan teman EF akan dijauhi.	EF selalu menuruti apa yang diminta oleh ganknya, karena menuruti kemaun teman. EF merasa dianggap oleh teman-temanny dan EF merasa bahagia jika bisa memenuhi perlakuan kelompoknya.	EF masih mudah tertarik dengan hal yang dilakukan oleh teman-temannya karena hal yang dilakukan teman-temannya adalah hal yang harus dilakukan.	EF masih tidak percaya diri, jika tanpa adanya teman-teman yang biasa bareng dengannya.	EF takut untuk berpendapat, karena jika EF berpendapat, EF takut dikira semena-mena di ganknya dan takut dikatakan “sok”.
	3	EF mencoba berusaha untuk tidak selalu nurut dengan teman-temannya karena memang yang dilakukan EF agar diakui sebagai teman yang selalu sama	EF bercerita bahwa masih sulit untuk menolak ajakan teman, meskipun teman-temannya mengajaknya hal yang kurang baik, tetapi agar EF selalu dianggap sebagai setia kawan dihadapan teman-temannya, padahal	EF masih mudah terpengaruh dengan adanya tekanan dari kelompok atau teman-temannya, jika EF tidak menuruti kemuan teman-temannya, karena EF takut akan dijauhi	EF masihberusaha untuk mencoba percaya diri tanpa atau adanya teman-teman se-ganknya, namun EF sudah terbiasa melakukan kegaiatan di sekolah apapun yang	EF masih belum bisa memberikan pendapat atau masukan terhadap apa yang akan direncanakan oleh teman-temannya, EF hanya bisa ikut-ikutan saja dengan

		dengan yang lainnya.	EF sangat tertekan dengan keadaan tersebut	teman-temannya.	dilakukan bersama teman-temannya, EF tidak bisa lepas dengan teman-temannya tersebut.	apa yang disuruh dan dilakukan oleh teman-temannya.
Inisial Konseli	**Pertemuan Ke-**	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
EF	4	EF sudah mulai untuk sedikit demi sedikit jujur apa yang dirasakan oleh dirinya, dan sudah mulai untuk berkata “tidak” untuk menolak ajakan teman-temannya yang kurang ada manfaatnya bagi dirinya dan sekolahnya.	EF mulai sadar, bahwa sekarang waktunya bukan hanya untuk senang-senang dan menghabiskan waktu bersama teman-temannya yang tidak bermanfaat, dan EF sudah mengurangi mengurangi permintaan dari teman-temannya yang tidak masuk akal baginya dan mulai sekarng EF mulai sudah bisa membedakan yang baik dan yang tidak bagi dirinya.	EF sudah mulai tidak mudah tertarik dan mudah terpengaruh adanya tekanan yang diberikan oleh teman-temannya. Karena memang EF tidak seharusnya mengikuti gaya hidup yang dimiliki oleh teman-temannya, EF sudah mulai mempunyai pendirian.	EF mulai berlatih untuk lebih percaya diri tanpa atau adanya teman di sekolah, EF sudah memikirkan masa depannya yang akan melanjutkan ke perguruan tinggi dan itu EF tidak harus tergantung adanya teman-teman yang dapat mempengarui hal-hal yang tidak baik.	EF berusaha memberikan pendapat, meskipun selam mempunyai teman hanya ikut-ikutan saja apa yang dikatakan teman-temannya. Dan mau berpendapat jika teman-temannya yang menyuruhnya untuk berpendapat.
	5	EF lebih berani untuk menolak ajakan temannya yang tidak bermanfaat bagi dirinya.	EF lebih mengetahui dirinya dan lebih menyadari kesalahannya yang dilakukan dengan teman-temannya.	EF sudah mempunyai ketegasan utuk tidak terpengaruh dengan tekanan dari ganknya dan EF sudah berani	EF lebih mempunyai percaya diri dengan atau tidak adanya teman-temannya dan tidak akan tergantung	EF lebih nyaman tanpa adanya tekanan dari teman-temannya dan EF sekarang bisa berpendapat kapanpun

				berkata “tidak” demi kebaikannya.	dengan ganknya.	tanpa menyinggung perasaan temannya.
Inisial Konseli	**Pertemuan Ke-**	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
NK	1	Dipertemuan pertama, NK masih canggung untuk bercerita dengan peneliti, tetapi NK mengatakan bahwa di sekolah punya gank dan masih nurut dengan apa yang dilakukan oleh teman-temannya, NK tidak pernah menolak ajakan teman-temannya.	NK selalu menuruti kemauan yang diminta kelompok atau ganknya.	NK mengaku bahwa memang sangat tertarik dan terpengaruh dengan gaya hidup dan aktivitas yang dilakukan bersama teman-temannya.	NK merasa tidak percaya diri tanpa teman-temannya. Karena teman-temannya tersebut adalah teman-teman yang terbiasa mengajaknya hangout.	NK tidak berani berpendapat jika merencakan suatu hal bersam tema-temannya, karena takut tidak nurut.
	2	NK bercerita, masih belum bisa menolak ajakan teman, apaun itu, kemanapun itu, yang terpenting NK merasa senang jika bersama teman-temannya.	NK menyadari memang masih menuruti apa yang diminta dan apa yang dilakukan oleh teman-temannya, meskipun NK merasa yang diminta dan yang dilakukan tidak masuk akal untuk dilakukan.	NK mengatakan bahwa masih mudah terpengaruh dengan teman-temannya baik aktivitas atau gaya hidup yang dilakukan oleh teman-temannya.	NK masih merasa tidak percaya diri jika teman-temannya menjauhinya, maka dari itu NK takut punya kesalahan sedikit dengan teman-temannya.	NK masih merasa takut untuk mengungkapnya pendapatnya.

	Pertemuan Ke-	Indikator Konformitas				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	3	NK mencoba berusaha untuk menolak ajakan teman-temannya yang menurut NK tidak bermanfaat dan hanya membuang waktu belajar, NK belajar selektif untuk menolak ajakan teman-temannya yang negatif.	NK mulai menyadari bahwa apa yang diminta teman-temannya, apa yang dilakuakn teman-temannya memang tidak masuk akal dan hanya membuang waktu saja. NK mulai untuk memilih kegiatan mana yang prioritas untuk dilakukan.	NK masih mengeluhkan bahwa masih mudah tertarik dengan ajakan teman, susah untuk berkata "tidak", karena yang teman-temannya sering ngajak *hangout*	NK berusaha belajar untuk lebih meningkatkan percaya dirinya.	NK merasa harus berani berpendapat tanpa harus takut dicela teman-temannya.
	4	NK sudah berusaha menolak ajkan teman-temannya dengan menjelaskan bahwa yang dilakukan tidak bermanfaat bagi dirinya dengan bahasa dan kata-kata asertif.	NK sudah menyadari permintaan teman yang tidak masuk akal, memang harus ditolak dengan menjelaskan secara baik-baik.	NK mulai tidak mudah tertarik dengan ajakan teman-temannya, dan berani berkata "tidak".	NK mulai belajar untuk percaya diri tanpa atau adanya teman-temannya tersebut. Bahwa teman-teman bukan hanya dalam ganknya saja.	NK mulai mengungkapkan apa yang ada di dalam hatinya tanpa merasa takut menyinggung perasaan teman-temannya.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**

	5	NK sudah lebih selektif dalam memilih-milih ajakan teman-temannya yang hanya membuang waktu dan yang yang bermanfaat.	NK sudah menyadari dirinya bahwa selalu menuruti kemuan teman yang tidak masuk akal harus ditolak dan tidak akan untuk diulanginya lagi.	NK bercerita sudah tidak mudah tertarik dengan hal-hal yang merugikan dirinya, NK sekarang berpikir untuk masa depannya.	NK lebih meningkatnya kepercayaan dirinya demi kebaikan dirinya, bahwa mempunyai teman sebaiknya yang bisa mempengarhi ke hal yang positif.	NK sudah berani untuk mengungkapnya pendapatnya tanpa pengaruh dari teman-temannya.
ZN	1	ZN mengatakan bahwa dirinya adalah satu gank dari teman-temannya di atas, ZN mengatakan bahwa dalam gank, dirinya masih merasa tidak pernah menolak ajakan teman-temannya, jika menolak NK takut akan berbeda sendiri.	ZN menuturkan bahwa dirinya selalu menuruti kemauan dan kegiatan yang dilakukan oleh teman-temannya yang banyak menghabiskan waktu untuk hal yang tidak bermanfaat.	ZN merasa memang tertarik dengan aktivitas yang dilakukan teman-temannya dan ZN merasa harus selalu sesuai dengan gaya hidup dan aktivitas yang dilakukan oleh teman-temannya.	ZN tidak bisa jauh dari teman-temannya dan sudah menjadi kebiasaan selalu bareng sama teman-temannya.	ZN selalu nurut-nurut saja apa yang diutarak sama teman-temannya tanpa memberikan pendapatnya. ZN merasa apa yang diutarakan teman-temannya selalu benar dan baik untuk dilakukan.
	Pertemuan Ke-	**Indikator Konformitas**				
		Menghindari Penolakan	**Pemenuhan Harapan Kelompok**	**Daya Tarik Kelompok**	**Kepercayaan**	**Pendapat**
	2	ZN brcerita bahwa dirinya masih sulit untuk berkata “tidak” dalam mengungkapkan	ZN mengatakan bahwa selalu menuruti apa permintaan teman-temannya, meskipun	ZN mengaku sangat mudah dipengaruhi teman-temannya dan mudah tertarik ajakan	ZN tidak bisa percaya diri dengan atau tanpa adanya teman-temannya tersebuyt, ZN merasa	ZN bercerita, tidak pernah berpendapat hal-hal yang akan dilakukan oleh teman-

		apa yang diminta teman-temannya.	permintaan teman-temannya tidak disukai oleh dirinya.	temannya yang hanya merugikan dirinya.	tidak bisa jauh dari ganknya.	temannya.
	3	ZN masih malu dalam bercerita dengan pneliti, ZN ternyata masih sulit untuk mengungkapkna perasaannya dengan jujur apa yang dirasakan jika menolak ajakn teman-temannya.	ZN bercerita bahwa masih sulit untuk menolak ajakan teman, meskipun teman-temannya mengajaknya hal yang kurang baik, tetapi agar ZN selalu dianggap sebagai setia kawan dihadapan teman-temannya, padahal ZN sangat tertekan dengan keadaan tersebut	ZN masih mengeluhkan bahwa masih mudah tertarik dengan ajakan teman, susah untuk berkata "tidak", karena yang teman-temannya sering ngajak *hangout*	ZN merasa tanpa adanya teman-teman ZN tidak apa-apa bahkan malah tidak percaya diri tanpa adanya teman-temannya disampingnya. ZN masih merasa takut.	ZN mengungkapkan bahwa dirinya masih sulit untuk mengungkapkan pendapatnya sendiri. ZN selalu ikut-ikutan pendapat yang lainnya.
	4	ZN sudah mulai membiasakn dengan menolak ajakn teman-temannya yang tidak bermanfaat dan ZN juga selektif dalam memilih kegiatan dengan teman-temannya, mana yang baik untuk dirinya dan begitu pula sebaliknya.	ZN sudah berusaha untuk sebisamungkin untuk tidak selalu menuruti kemaun teman-temannya yang tidak masuk akal dan ZN sadar selalu menuruti kemauan teman-temannya, malah bikin teman-temannya semena-mena dengan dirinya.	ZN mulai tidak tertarik dengan tawaran atau ajakan teman-temannya yang baginya hanya mengganggu waktu belajar. ZN lebih fokus untuk lebih giat daam belajar dan tidak mudah untuk dipengaruhi teman-temannya, meskipun teman-temannya mengajak untuk *hangout*	ZN lebih belajar untuk meningkatkan percaya diri untuk tidak mudah tertarik ajakan teman-temannya. ZN sadar bahwa dirinya dengan adanya teman-temannya itu, adalah pengaruh negatif bagi dirinya.	ZN merasa harus berani mengungkapkan pendapatnya apa yang menjadi pengaruh bagi dirinya.
	5	ZN sudah berhasil untuk menolak ajakn teman-temannya	ZN sudah menyadari selalu menuruti kemuan temannya dan ikut-ikutan gaya hidup	ZN sudah tidak mudahn untuk tertarik dengan hal-hal yang negatif	ZN sudah terbiasa percaya diri dengan apa yang dilakukan tanpa	ZN lebih nyaman tanpa adanya tekanan dari teman-temannya

		tanpamenyinggung perasaan teman-temannya dan ZN memberikan pengertian kepada ganknya hal yang lebih positif untuk dilakukan	teman-temannya adalah hal yang tidak baik, ZN mulai menata untuk masa depannya yang lebih baik.	yang dilakukan oleh ganknya.	atau adanya teman-temannya tersebut.	dan ZN sekarang bisa berpendapat kapanpun tanpa menyinggung perasaan temannya.

4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

Pembahasan penelitian tentang keefektifan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif yang telah dipaparkan di atas akan dibahas lebih lanjut dalam bagian ini. Hal-hal yang akan dibahas yaitu gambaran konformitas negatif keenam konseli sebelum diberikan perlakuan berupa teknik *assertive training*. Kesesuain hasil *pre test* dan *post test* dengan hasil analisis deskriptif kualitatif per indikator dan pada masing-masing konseli, konseli yang mengalami penurunan konformitas negatif beserta faktor penyebabnya, serta apakah teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif siswa kelas XI IPS SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak.

Hasil *pre test* terhadap keenam konseli menggambarkan kondisi konformitas sebelum diberikan konseling dengan teknik *assertive training*, hasil *pre test* menunjukkan bahwa keenam konseli memiliki perilaku konformitas negatif yang tinggi. Rata-rata tingkat konformitas keenam konseli bekisar antara 33,13%. Jika dilihat pada tiap indikator konformitas rata-rata dari keenam konseli juga menunjukkan pada kategori tinggi, indikator pemenuhan harapan kelompok menempati posisi tertinggi dari kelima indikator yang lain, rat-rata dari keenam konseli sebesar 76,36% dan indikator yang paling rendah persentasenya terdapat pada indikator pendapat yaitu sebesar 36,9%.

Permasalahan siswa yang mempunyai konformitas negatif terhadap kelompok akan dikurangi melalui dengan teknik *assertive training*.

Peneliti memilih konseling individu agar penanganan masalah setiap siswa akan lebih intensif. Pemilihan menggunakan teknik *assertive training* sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengurangi perilaku konformitas negatif.

Peneletian I Nyoman Yoga A, dkk (2013) tentang Efektifitas Konseling Behavioral Teknik *Assertive Training* untuk Meminimalisasi Perilaku Menyimpang pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singraja, dijelaskan bahwa tujuan penelitian adalah untuk mengetahui efektifitas konseling behavior teknik *assertive training* pada siswa kela VIII SMPN 2 Singaraja. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan perilaku menyimpang antara kelompok siswa yang mengikuti konseling behavioral dengan kelompok siswa yang tidak mengikuti konseling behavioral di kelas VIII SMP N 2 Singaraja, dilihat dari hasil analisis menerangkan bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel}, sehingga penerapan konselingbehavioral teknik *assertive training* untuk meminimalisasi perilaku menyimpang pada siswa sangat efektif.

Tujuan teknik ini untuk mengurangi konformitas negatif siswa ini sejalan dengan tujuan teknik *assertive training* oleh Willis (2004:72) yaitu agar konseli belajar bagaimana mengganti suatu respon yang tidak sesuai dengan respon yang baru yang sesuai serta mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain secara jujur dan terbuka dengan menghormati hak pribadi sendiri dan orang lain. Perubahan yang diharapkan yaitu konseli bisa mengatakan dengan jujur

apa yang dirasakan oleh dirinya tanpa menyuinggung perasaan orang lain, dapat menolak ajakan dari kelompok, tidak selalu menurui kemauan dan harapan dari kelompok, dan tidak mudah tertarik dan tidak mudah untuk dipengaruhi serta dapat percaya diri tanpa atau adanya kelompok tertentu "gank", dan dapat mengungkapkan pendapat.

Konseling ini diharapakan mampu mengatasi konformitas negatif konseli dengan berbagai macam penyebab dan dampak yang berbeda pada masing-masing konseli. Namun dalam prosesnya disesuaikan dengan kondisi konseli apakah siap menerima perubahan atau tidak. Hasil *pos test* pada penelitian data kuantitatif menunjukkan bahwa rata-rata konseli mengalami penurunanan perilaku konformitas negatif yang awalanya tinggi menjadi kategori rendah. Dari hasil *post test* tersebut menunjukkan bahwa semua konseli mengalami penurunan dari hasil *pre test*.

Perubahan hasil konseling dilihat dari hasil analisis data kuantitatif yang dijabarkan pada tiap indikator juga menunjukkan hasil peningkatan dari konformitas negatif dengan hasil rendah. Hasil dari *pre test* pada keenam konseli menunjukkan indikator pemenuhan harapan kelompok memiliki hasil yang tertinggi. Sedangkan indikator pendapat memiliki hasil yang paling rendah. Sementara, hasil dari *post test* pada keenam konseli menunjukkan indikator pendapat memiliki hasil yang terendah. Sedangkan indikator daya tarik kelompok tertinggi. Peningkatan terendah dimiliki oleh indikator pendapat, sedangkan peningkatan tertinggi dimiliki oleh daya tarik kelompok.

Perbandingan hasil analisis data kuantitatif melalui skala konformitas dengan hasil analisis data konseling menunjukkan kesesuaian yang tepat. Pada deskripsi hasil konseling masing-masing masing-masing menunjukkan komitmennya untuk merubah diri menjadi lebih baik lagi, rata-rata dari mereka sanggup merubah dirinya dalam hal untuk menolak ajakan dari teman yang tidak bermanfaat dan membuang waktu serta berani mengugkapkan perasaan yang sesungguhnya atau berani untuk mengungkapkan pendapat.

Hasil konseling terhadap masalah perilaku konformitas negatif konseli memang masih belum memberikan pengaruh yang besar terhadap penyelesaian masalah secara keseluruhan. Namun, mampu mengurangi beberapa hal yang menjadi indikator dari konformitas negatif. Peningkatan hasil *pre test* ke *post test* baik pada masing-masing konseli maupun jika dilihat dari per indikator, menunjukka adanya pengaruh dari proses konseling yang dijalani oleh masing-masing konseli. Hasil analisis data konseling yang dijabarkan per indikator pun mendukung analisis data kuantitatif.

Kesimpulan dari hasil pembahasan ini berdasarkan hasil penelitian dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa cenderung tidak dapat menolak dari tekanan-tekanan dari temannya, dan tidak tegas dalam menyatakan keinginannya secara jujur dan terbuka sesuai dengan isi hatinya. Keterkaitan antara penelitian terdahulu dengan

fenomena yang diteliti adalah, teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif, beberapa faktor seperti tidak dapat menyatakan keinginan dan harapan sesuai dengan isi hati klien, ikut-ikutan perilaku yang sesuai teman, tidak dapat menolak tekanan-tekanan dari temannya, sehingga teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa kelas XI IPS di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak.

Hal tersebut menunjukkan bahwa terjadi perubahan ke arah yang lebih baik pada konseli setelah diberikan perlakuan berupa teknik *assertive training.* Konseli mengalami perubahan untuk berubah lebih baik dalam berani mengungkapkan "tidak" (menolak) ajakan teman-temannya yang selalu mengajak *hangout* , tidak selalu menuruti kemuan dan harapan kelompok yang tidak masuk akal, tidak mudah terpengaruh dan tertarik dengan hal atau kegiatan serta gaya hidup yang dilakukan teman-temannya yang tidak bermanfaat, menumbuhakn rasa percaya diri tanpa atau adanya gank, serta mampu mengungkapkan pendapat tanpa rasa takut ditolak oleh kelompok.

4.3 Keterbatasan Penelitian

Hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti tidak terlepas dari keterbatasan yang ditemui selama proses penelitian di sekolah. Adapun keterbatasan tersebut yaitu:

1. Kemampuan atau *skill* peneliti dalam melakukan konseling masih belum bisa dikatakan baik. Namun peneliti terus belajar dan menyiapkan diri ketika akan melaksanakan konseling dengan membaca dan mempelajari kembali proses konseling yang baik dan benar sesuai dengan teknik konseling.
2. Untuk mengetahui konformitas negatif konseli alat pengumpul data yang digunakan hanya skala konformitas saja. Hal ini memungkinkan konseli untuk menjawab sesuai standar yang berlaku pada umunya karena ingin memiliki hasil yang baik. Meskipun pada proses sebelum pengisian, peneliti sudah menjelaskan dan member pemahaman untuk diisi seacar jujur sesuai kondisi masing-masing konseli.
3. Kontrol terhadap perilaku siswa hanya bisa dilakukan saat proses konseling, perilaku siswa ketika di sekolah atau di rumah tidak dapat diamati oleh peneliti, sehingga kemungkinan terjadi bebera perilaku yang tidak diharapkan muncul ketika di luar proses konseling.
4. Untuk mengurangi konformitas negatif pada siswa teknik yang digunakan hanya *assertive training* saja. Sehingga masih kurang maksimal dalam memberikan treatmen untuk mengurangi perilaku konformitas negatif. Sehingga perlu adanya teknik yang lain untuk mengurangi perilaku konformitas negatif.
5. *Culture* di Indonesia yang masih melekat adanya untuk “menolak” masih sulit untuk diungkapkan, apalagi bagi para perempuan yang mempunyai perasaan “rikuh” untuk menolak hal yang disukainya.

Sehingga untuk mengurangi perilaku konformitas negatif masih perlu adanya belajar untuk membiasakan diri untuk menolak hal yang dirasa tidak masuk akal untuk dilakukan.

BAB 5
PENUTUP

5.1 Simpulan

Simpulan yang dapat diambil dari penelitian yang berjudul keefektifan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa kelas XI di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016 yaitu sebagai berikut :

1. Sebelum mendapatkan perlakuan berupa konseling individu dengan teknik *assertive training* keenam konseli memiliki perilaku konformitas negatif.
2. Adanya penurunan perilaku konformitas negatif pada enam konseli setelah mendapatkan perlakuan berupa konseling individu dengan teknik *assertive training.*
3. Teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif siswa, hal ini dibuktikan dengan hasil uji wilcoxon yang menunjukkan bahwa $T_{hitung} \leq T_{tabel}$ dengan membandingkan jenjang terkecil dari hasil *pre test* dan *post test* dan hasil dari $Z_{hitung} > Z_{tabel}$.

5.2 Saran

Saran peneliti untuk penelitian yang berjudul keefektifan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada siswa kelas XI di SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak Tahun Ajaran 2015/2016 agar dapat berjalan lebih baik lagi yaitu sebagai berikut :

1. Guru BK di sekolah dapat menggunakan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif siswa.
2. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa indikator daya tarik kelompok memiliki persentase yang paling rendah. Oleh karena itu, Guru BK di sekolah dapat mempertimbangkan untuk pemberian layanan lebih lanjut agar keenam konseli dapat menyesuaikan diri lebih baik lagi.
3. Waktu pelaksanaan konseling setelah jam pulang sekolah memang kurang efektif dikarenakan siswa sudah merasa lelah dan ingin cepat pulang, Proses konseling yang menyenangkan akan sedikit mengusir rasa lelah dan jenuh siswa. Namun, jika dari pihak sekolah mengijikan untuk melakukan konseling saat jam pelajaran, akan lebih efektif lagi karena waktu yang tidak terburu-buru oleh jam pulang dan kondisi di sekolah yang tidak terlalu ramai karena siswa yang lain sedang melakukan pembelajaran di kelas.
4. Peneliti yang akan melakukan penelitian dengan menggunakan konseling individu model apa saja, hendaknya lebih mempersiapkan diri dan sering melakukan latihan konseling sesuai dengan pendekatan yang dipilihnya agar proses pelaksanaan konseling berjalan lebih baik lagi.
5. Agar perubahan perilaku konseli dapat terpantau dengan maksimal perlu kerjasama dengan guru BK di sekolah dan orang tua di rumah, agar kontrol terhadap perubahan perilaku selama proses konseling maupun pasca konseling berakhir dapat diamati lebih detail dan hasilnya lebih akurat.

Daftar Pustaka

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktik).* Jakarta: Rineka Cipta

Baron, Robert & Byne. 2003. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga

Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.

Corey, Gerald. 2005. *Theory and Practice of Counseling & Psychotherapy Seventh Edition*. America: Thomson Learning

Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya

Gibson, Robert L dan Marriane H.Mitchell. 2011. *Bimbingan dan Konseling (Edisi ketujuh)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Hurlock, Elizabeth. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga

Komalasari, Gantina dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks

Mulawarman. 2011. *Modul Praktikum Model-Model Konseling (Edisi Pertama).* Semarang: Tim Dosen Unnes

Myers, G.David. 2012. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika

Nazir, Moh. 2003. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia

Nelson, Richard & Jones. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar

Ratna, Lilis. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish

Sarwono, Prawiroharjo. 1991. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka

Sears, O. David. 1970. *Social Psychology*. America: United States of America

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Sugiyo. 2006. *Psikologi Sosial*. Semarang: FIP Unnes

Sugiyono. 2012. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

Sutoyo, Anwar. 2009. *Pemahaman Individu*. Semarang: CV Widya Karya

Tylor, Shelley dkk. 1997. *Social Psychology (Ninth Edition)*. Los Angeles: University of California

Willis, Sofyan. 2007. Konseling Individual Teori dan Praktek. Bandung: CV Alfabeta

Yoga, Aruna, dkk. 2014. *Efektifitas Konseling Behavioral Teknik Assertive Training untuk Meminimalisasi Perilaku Menyimpang pad Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singraja*. E-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling Volume. 2 No. 1

Zebua. A.S dan Nurdjayadi, R.D. 2001. *Hubungan antara Konformitas dan Konsep Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Remaja Putri*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan: Phronesis Volume 3

LAMPIRAN

REKAMAN KONSELING INDIVIDU

KONSELI 1

A. Identitas konseli

Nama : AF (untuk menjaga asas kerahasiaan dalam proses konseling maka nama konseli disamarkan)

Kelas : XI IPS

Alamat : Ds. Grogol

Agama : Islam

Hobi : Memasak

Anak Ke- : 3

Nama Ayah/pekerjaan: Satibi/swasta

Nama Ibu/Pekerjaa : Kartisah/Ibu rumah tangga

B. Pertemuan

No.	Hari, Tanggal	Jam	Tempat
1.	Selasa, 10 Mei 2016	13.30-14.15	Ruang BK SMA Islam Nahdlatusysyubban
2.	Selasa, 17 Mei 2016	13.30-14.15	
3.	Selasa, 24 Mei 2016	13.30-14.15	
4.	Selasa, 31 Mei 2016	12.30-13.15	
5.	Selasa, 7 Juni 2016	isidental	

C. Eksplorasi masalah data klien yang telah diketahui

AF siswa kelas XI yang diketahui memiliki konformitas negatif dilihat dari hasil *pre test*. AF anak yang sedikit tertutup, tidak pernah berdiskusi dengan

siapapun mengenai permasalahan yang dihadapi. AF selama di sekolah memang tidak pernah lepas dengan gaya hidup teman-temannya.

D. Data penting yang terjaring dalam konseling

Selama proses konseling, data yang terungkap tidak terlalu banyak, hal ini terjadi karena AF anak yang tertutup dan tidak pandai dalam bercerita. Hubungan AZ dengan teman-temannya di sekolah baik, karena memang AF punya gank di sekolah, apapun yang dilakukan teman-temannya, AF selalu menuruti kemauan dan harapan yang diminta oleh teman-temannya meskipun yang diminta oleh teman-temannya tidak masuk akal dan memang hanya membuang waktu saja dan tidak betmanfaat.

AF ingin sekali menolak ajakan teman-temannya karena sering hangout hanya menghabiskan uang dan waktu saja yang tidak bermanfaat, namun AF takut yuntuk mengungkapkan pendapatnya, karena AF berpikir jika menolak ajakan teman-temannya, AF dicap tidak setia kawan, amka dari itu hal apapuan akan selalu AF laukan untuk teman-temannya.

E. Diagnosa masalah (simpulan situasi masalah-menurut pendekatan *Person centered Theraphy* dan sebab-sebabnya)

Masalah konformitas negatif yang dialami oleh AF memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan konseli yang lain, namun pada intinya sama seperti yang dicirikan dalam indikator-indikator skala konformitas. Faktor penyebab yang berbeda juga menimbulkan dampak yang berbeda pula, meskipun permasalahan yang dihadapi sama, yaitu konformitas negatif. Dari penuturan AF tentang hubungannya dengan teman-temannya memang baik, namun AF sangat terpaksa jika teman-temannnya meminta AF untuk melakukan hal-hal yang menurutnya tidak bermanfaat.

Dampaknya AF selalu menuruti kemuan teman-temannya dan selalu diam jika disuruh-suruh teman-temannya, karena AF memang tidak berani untuk mengungkapn perasaannya secara jujur apa yang di rasakan AF selam mempunyai

gank, AF sangat tertekan dan merasa tidak bebas. AF mengatakan juga mudah tertarik dan mudah dipengaruhi oleh teman-temannya juga.

F. Alternatif pemecahan masalah

Pemecahan konformitas negatif yang dialami oleh AF sesuai dengan faktor penyebabnya adalah dengan memberikan pemahaman kepada AF untuk bisa berproses menjadi pribadi yang lebih baik lagi dengan melakukan penolakan dengan tanpa menyinggung perasaan orang lain atau menyampaikan pendapat dengan cara asertif. Setelah proses berani mengungkapkan apa yang dirasakan oleh AF secara asertif, AF dipahamkan kembali untuk melakukan perbaikan diri menuju ke arah yang lebih positif agar dampak yang ditimbulkan dari masalah konformitas negatif tersebut dapat diatasi.

G. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang disarankan oleh peneliti mendapat respon yang baik dari AF, meskipun putusan masalah ini dilakukan secara bertahap per pertemuan. Hal pertama yang dilakukan untuk mengatasi masalah konformitas negatif pada AF adalah dengan mengetahui bagaimana pandangan AF terhadap hidupnya dan masa depannya. Dan peneliti meminta AF untuk mengevaluasi dirinya sendiri apa yang dilakukan selam ini dengan teman-temannya sudah benar atau belum,.

H. Evaluasi proses dan hasil

Proses pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar, meskipun kadang AF merasa jenuh karena proses konseling per pertemuan yang menurutnya lama. AF bisa berkomitmen untuk menjalani proses konseling dengan melakukan hal-hal yang sudah menjadi keputusan pemecahan masalahnya. Hasil dari konseling dengan AF cukup baik, setelah diberikan *post test* untuk mengukur konformitas

AF setelah proses konseling berakhir menunjukkan adanya peningkatan dari hasil konformitas pada *pre test* (sebelum konseling).

Demak, Juni 2015

Mengetahui,

Konselor pamong,	Peneliti,	Konseli,
M. Cholid Noor	Candra Dewi	AF
NIP	NIM 1301412009	

REKAMAN KONSELING INDIVIDU

KONSELI 2

A. Identitas konseli

Nama	: SM (Inisial)
Kelas	: XI
Jenis Kelamin	: Perempuan
Alamat	: Ploso
Agama	: Islam

Hobi : Jalan-Jalan

Anak Ke- : 4

Nama Ayah / Pekerjaan : Mustain / Karyawan Swasta

Nama Ibu / Pekerjaan : Khoiriyyah / Petani

B. Pertemuan

No.	Hari, Tanggal	Jam	Tempat
1.	Rabu, 11 Mei 2016	13.30-14.15	Ruang BK SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak
2.	Rabu, 18 Mei 2016	13.30-14.15	
3.	Rabu, 25 Mei 2016	12.30-13.15	
4.	Rabu, 1 Juni 2016	12.30-13.15	
5.	Rabu, 8 Juni 2016	isidental	

C. Eksplorasi masalah data klien yang telah diketahui

SM adalah siswa kelas IX yang diketahui memiliki konformitas negatif dilihat dari hasil *pre test*. SM adalah anak yang tertutp, sejak pertemuan pertama SM memang masih sulit untuk diajak komunikasi. Masalahnya pertama kali SM melakukan konseling dan baru mengenal peneliti. SM bercerita bahwa di sekolah SM mempunyai “gank” dan selalu melakukan hla-hal yang selalu merugikan dirinya yang selalu mengikuti kegiatan-kegiatan teman-temannya yang dirasa hanya membuang waktu saja seperti selalu mengadakan jalan-jalan setiap seminggu sekali, dan membolos disaat jam pelajaran.

D. Data penting yang terjaring dalam konseling

Selama proses konseling, peneliti yang harus aktif untuk bertanya kepada konseli, pasalnya konseli tidak mau bercerita jika tanpa ditanya oleh peneliti, dari hasil cerita SM bahwa hubungan SM dengan teman-temannya baik-baik saja,

sesekali memang pernah terjadi konflik antara teman-temannya karena masalah pendapat untuk acara hangout bersama teman-temannya. SM memang sulit untuk mengatakan yang sejujurnya kepada teman-temannya bahwa yang dirasakan SM memang akhir-akhir ini selalu mengikuti apa yang dilakukan teman-temannya.

SM memang sulit percaya diri tanpa adanya gank nya tersebut, SM merasa dengan adanya teman-temannya tersebut SM merasa bisa senang-senang, meskipun apa yang dilakukan teman-temannya memang selalu merugikan dirinya, seperti membolos disaat jam sekolah, SM merasa takut jika SM tidak menuruti gaya yang dilakukan oleh teman-temannya, SM takut dijauhi teman-temannya tersebut.

E. Diagnosa masalah (simpulan situasi masalah-menurut pendekatan *Person centered Theraphy* dan sebab-sebabnya)

Masalah konformitas negatif yang dialami oleh SM memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan konseli yang lain, namun pada intinya sama seperti yang dicirikan dalam indikator-indikator skala konformitas. Faktor penyebab yang berbeda juga menimbulkan dampak yang berbeda pula, meskipun permasalahan yang dihadapi sama, yaitu konformitas negatif. Dari penuturan SM tentang hubungannya dengan teman-temannya permasalahan yang dihadapi SM dapat disimpulkan faktor penyebab yang membuat SM mengalami konformitas negatif yaitu mudah terpengaruh dan tertarik dengan ajakan teman-temannya. SM merasa lebih percaya diri dengan mengikuti gaya hidup teman-temannya, tanpa memikirkan adanya dampak yang akan diterimanya,yang terpenting SM bisa senang-senang dan selalu bisa *hangout* bersama dengan teman-temannya.

F. Alternatif pemecahan masalah

Pemecahan masalah konformitas negatif yang dialami oleh SM sesuai dengan faktor penyebabnya adalah dengan memberikan pemahaman kepada SM untuk bisa memandang permasalahan dengan baik, dan dapat memikirkan masa

depannya yang harus direncanakan mulai sejaka dini, kemudian mengajak SM juga bisa merencanakan masa depannya, setelah itu mendampingi SM untuk bisa melakukan proses evaluasi diri (penilaian diri) perilaku yang dilakukan selam ini. Proses terakhir dengan melihat apakah yang dilakukan oleh SM itu baik atau tidak bagi dirinya kelak.

G. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang disarankan oleh peneliti mendapat respon yang baik dari SM, meskipun putusan masalah ini dilakukan secara bertahap per pertemuan. Hal pertama yang dilakukan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada SM adalah dengan mengetahui bagaimana pandangan SM terhadap hidupnya dan masa depannya. Peneliti meminta SM untuk menganalisis kegaiatan yang dilakukan bersama teman-temannya, apa yang menjadi akibat jika SM selalu mengikuti gaya hidup teman-temannya tersebut, Peneliti meminta SM untuk menentukan tujuan untuk berteman yang lebih bermanfaat dan tidak hanya membuang waktu dan boros saja dalam mengikuti kegiatan ganknya, SM lebih bisa membedakan kegaiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh gank nya baik atau tidaknya, dan berlatih untuk memikirkan masa depannya yang lebih baik lagi serta dapat mengungkapkan apa yang dirasa oleh SM secara asertif tanpa menyinggung perasaan teman-temannya.

H. Evaluasi proses dan hasil

Proses pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar, meskipun kadang SM merasa waktu konseling berjalan tidak sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. SM bisa berkomitmen untuk menjalani proses konseling dengan melakukan hal-hal yang sudah menjadi keputusan pemecahan masalahnya. Hasil dari konseling dengan SM cukup baik, setelah diberikan *post test* untuk mengukur konformitas SM setelah proses konseling berakhir menunjukkan adanya peningkatan dari hasil konformitas pada *pre test* (sebelum konseling).

Demak, Juni 2015

Mengetahui,

Konselor pamong,	Peneliti,	Konseli,
M. Cholid Noor	Candra Dewi	SM
NIP	NIM 1301412009	

REKAMAN KONSELING INDIVIDU

KONSELI 3

A. Identitas konseli

Nama : NK (Inisial)

Kelas : XI

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Ds. Pulosari

Agama : Islam

Hobi : Memasak

Anak Ke- : 5

Nama Ayah / Pekerjaan : Ahmad Nasir / Swasta

Nama Ibu / Pekerjaan : Kastipah / Ibu Rumah Tangga

B. Pertemuan

No.	Hari, Tanggal	Jam	Tempat
1.	Sabtu, 14 Mei 2016	12.45-13.30	Ruang BK SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak
2.	Senin, 23 Mei 2016	13.30-14.15	
3.	Sabtu, 28 Mei 2016	12.30-13.15	
4.	Sabtu, 4 Juni 2016	12.45-13.30	
5.	Sabtu, 11 Juni 2016	isidental	

C. Eksplorasi masalah data klien yang telah diketahui

NK siswa kelas XI yang diketahui memiliki konformitas negatif, dilihat dari hasil *pre test* yang menunjukkan kategori rendah pada NK. NK dikatakan anak yang pendiam juga, karena memang NK baru pertama kali melakukan konseling. NK mengatakan bahwa di sekolah mempunyai teman yang dikatakan gank. Kegaiatan yang dilakukan bersama teman-temannya bisa dikatakan sulit untuk dihindari NK, karena sudah menjadi suatu kebiasaan, dimana yang dikatan gank harus bisa kompak meskipun dapat dikatakan hal yang dilakukannya memang hanya membuang waktu yang tidak bermanfaat dan untuk senang-senang.

D. Data penting yang terjaring dalam konseling

Selama proses konseling dengan NK beberapa data yang terjaring kurang lengkap, hal ini disebabkan NK anak yang sangat tertutup. Menurut penuturannya NK selalu menuruti permintaan dan kemauan temannya yang dirasa NK memang membebani NK, NK merasa dirinya mudah dipengaruhi teman-temannya, NK takut jika NK menolak ajakan teman-temannya. NK sulit untuk menolak ajakan teman-temannya karena dirasa teman-temannya tersebut adalah teman-teman yang selalu ada untuk dirinya. Menurut penuturan NK, pernah terjadi konflik dengan teman-temannya tersebut, karena NK pernah tidak mengikuti apa yang menjadi aturan dalam kelompoknya, NK merasa jika perbendapat tidak pernah di hargai.

E. Diagnosa masalah (simpulan situasi masalah-menurut pendekatan *Person centered Theraphy* dan sebab-sebabnya)

Permasalah konformitas negatif yang dimiliki NK memang begitu menonjol seperti selalu menuruti kemauan teman-temannya,dan mudah terpengaruh dengan apa yang dilakukan kelompoknya, NK merasa takut jika dirinya tidak sama dengan apa yang dilakukan oleh teman-temannya, NK sulit untuk menolak atau berkata “tidak” untuk menolak hal yang dapat merugikan dirinya yaitu dengan meninggalakn pelajaran disaat jam pelajaran masih berlangsung.

F. Alternatif pemecahan masalah

Pemecahan masalah untuk mengatasi permasalahan NK yaitu dengan memberikan pemahaman kepada NK bahwa untuk menyatakan perasaan itu tidak sulit, namun butuh tekad dan komitmen NK untuk terus berlatih dalam mengatakan secara asertif tanpa menyinggung perasaan orang lain bahkan teman-temannya sendiri, Peneliti meminta NK untuk menganalisis kembali apa yang dilakukan dengan teman-temannya tersebut akibat yang akan terimanya, peneliti meminta NK untuk berlatih membedakan komunikasi secara asertif, agresif, dan asertif, meminta konseli untuk selalu mengevalusi apa yang menjadi kebutuhannya untuk menyiapkan masa depan yang lebih baik lagi tanpa pengaruh dari teman-temannya yang mempengaruhi untuk berperilaku konformitas negatif.

G. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang disarankan oleh peneliti mendapat respon yang baik dari NK, meskipun putusan masalah ini dilakukan secara bertahap per pertemuan. Hal pertama yang dilakukan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada NK adalah dengan mengetahui bagaimana pandangan NK terhadap hidupnya dan masa depannya. Peneliti meminta NK untuk menganalisis kegaiatan yang dilakukan bersama teman-temannya, apa yang menjadi akibat jika NK selalu mengikuti gaya hidup teman-temannya tersebut, Peneliti meminta NK untuk

menentukan tujuan untuk berteman yang lebih bermanfaat dan tidak hanya membuang waktu saja dalam mengikuti kegiatan ganknya, NK lebih bisa membedakan kegaiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh gank nya baik atau tidaknya, dan berlatih untuk memikirkan masa depannya yang lebih baik lagi serta dapat mengungkapkan apa yang dirasa oleh NK secara asertif tanpa menyinggung perasaan teman-temannya.

H. Evaluasi proses dan hasil

Proses pelaksanaan konseling berjalan kurang lancar, karena NK memiliki komitmen yang kurang untuk menyelesaikan permasalahannya ini. NK masih belum memiliki tekad yang kuat untuk memperbaiki diri. Hasil dari konseling dengan NK kurang baik, meskipun setelah diberikan *post test* untuk mengukur *self esteem* NK setelah proses konseling berakhir menunjukkan adanya peningkatan dari hasil *self esteem* pada *pre test* (sebelum konseling), namun peningkatan tersebut tidak sebaik konseli yang lain.

Demak, Juni 2015

Mengetahui,

Konselor pamong,	Peneliti,	Konseli,
M. Cholid Noor	Candra Dewi	NK
NIP	NIM 1301412009	

REKAMAN KONSELING INDIVIDU

KONSELI 4

A. Identitas konseli

Nama : IM (Inisial)

Kelas : XI

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Alamat : Ds. Ploso

Agama : Islam

Hobi : Bermain Sepak Bola

Anak Ke- : 2

Nama Ayah / Pekerjaan : Sugiarto / Tani

Nama Ibu / Pekerjaan : Maskanah / Tani

B. Pertemuan

No.	Hari, Tanggal	Jam	Tempat
1.	Kamis, 12 Mei 2016	13.30-14.15	Ruang BK SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak
2.	Kamis, 19 Mei 2016	13.30-14.15	
3.	Kamis, 26 Mei 2016	12.30-13.15	
4.	Kamis, 2 Juni 2016	12.30-13.15	
5.	Kamis, 9 Juni 2016	isidental	

C. Eksplorasi masalah data klien yang telah diketahui

IM adalah salah satu siswa kelas XI yang dikatakan mempunyai konformias negatif, hal tersebut bisa dikatakan karena dilihat dari hasil *pre test* yang telah dilakukan. IM adalah salah satu anak yang suka bercerita. IM bercerita bahwa dirinya suka melakukan hal-hal yang negatif karena pengaruh dari teman-temannya, karena IM merasa takut jika ajakan teman-temannya tidak diikutinya IM dikatakan laki-laki tidak pemberani alias penakut.

D. Data penting yang terjaring dalam konseling

Selama proses konseling, IM banyak menceritakan permasalahannya tanpa harus ditanya oleh peniliti. IM menceritakan bahwa sering berbohong kepada orang tuanya, IM mengatakan bahwa IM sering pulang sekolah duluan, karena memang sekolahnya sudah tidak ada pelajaran lagi dan gurunya ada rapat, padahal IM membolos karena ikut-ikutan teman-temannya tersebut, IM mengatakan bahwa dirinya sering membolos karena ajakan teman-temannya. Hal yang lebih parah lagi adalah ikut-ikut merokok, awalanya IM tidak perokok, namun adanya pengaruh dari teman-temannya IM ikut-ikutan merokok karena takut dicap laki-laki tidak pemberani, awal dari situ IM coba-coba untuk merokok dan sampai kecanduan.

IM di sekolah awalnya, anak yang pendiam, mematuhi aturan sekolah, semenjak IM kelas XI pengaruh teman-temannya sangat kuat sehingga IM merasa harus ikut-ikutan yang dilakukan teman-temannya agar dicap “laki-laki gantle”. Awalnya IM menolak ajakan teman-temannya namun IM takut tidak punya teman-teman yang diajaknya nongkrong untuk bisa senang-senang da tidak ada teman yang diajaknya *hangout*. IM belum memikirkan untuk masa depannya kelak.

E. Diagnosa masalah (simpulan situasi masalah-menurut pendekatan *Person centered Theraphy* dan sebab-sebabnya)

Masalah konformitas negatif yang dialami oleh IM memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan konseli yang lain, namun pada intinya sama seperti yang dicirikan dalam indikator-indikator skala konformitas. Faktor penyebab yang berbeda juga menimbulkan dampak yang berbeda pula, meskipun permasalahan yang dihadapi sama, yaitu konformitas negatif. simpulan dari penuturan IM dapat diketahui penyebab IM memiliki konformitas negatif adalah disebabkan mudah terpengaruh

dengan teman-teman-temannya dan takut dikatakan laki-laki tidak pemberani dihadapan teman-temannya atau bisa dikatakan IM tidak percaya diri.

F. Alternatif pemecahan masalah

Pemecahan masalah untuk mengatasi permasalahan IM yaitu dengan memberikan pemahaman kepada IM bahwa untuk menyatakan perasaan itu tidak sulit, namun butuh tekad dan komitmen IM untuk terus berlatih dalam mengatakan secara asertif tanpa menyinggung perasaan orang lain bahkan teman-temannya sendiri, Peneliti meminta IM untuk menganalisis kembali apa yang dilakukan dengan teman-temannya tersebut akibat yang akan terimanya, peneliti meminta IM untuk berlatih membedakan komunikasi secara asertif, agresif, dan asertif, meminta konseli untuk selalu mengevalusi apa yang menjadi kebutuhannya untuk menyiapkan masa depan yang lebih baik lagi tanpa pengaruh dari teman-temannya yang mempengaruhi untuk berperilaku konformitas negatif.

G. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang disarankan oleh peneliti mendapat respon yang baik dari IM, meskipun putusan masalah ini dilakukan secara bertahap per pertemuan. Hal pertama yang dilakukan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada IM adalah dengan mengetahui bagaimana pandangan IM terhadap hidupnya dan masa depannya. Peneliti meminta IM untuk menganalisis kegaiatan yang dilakukan bersama teman-temannya, apa yang menjadi akibat jika IM selalu mengikuti gaya hidup teman-temannya tersebut, Peneliti meminta IM untuk menentukan tujuan untuk berteman yang lebih bermanfaat dan tidak hanya membuang waktu saja dalam mengikuti kegiatan ganknya, IM lebih bisa membedakan kegaiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh gank nya baik atau tidaknya, dan berlatih untuk memikirkan masa depannya yang lebih baik lagi serta

dapat mengungkapkan apa yang dirasa oleh IM secara asertif tanpa menyinggung perasaan teman-temannya.

H. Evaluasi proses dan hasil

Proses pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar, IM memiliki tekad yang sangat kuat untuk menyelesaikan permasalahannya, Hal ini dibuktikan dengan komitmen untuk berubah. Semua alternatif pemecahan masalah dilakukan IM dengan sangat baik. Hasil konseling dilihat dari perolehan skor *post test* menunjukkan peningkatan yang baik. Pada akhir konseling, IM dapat menolak ajakan teman-temannya untuk berhenti merokok dan berhenti untuk membolos karena tidak ingin membohongi orang tuanya lagi dan berpikir untuk masa depan yang lebih baik lagi.

Demak, Juni 2015

Mengetahui,

Konselor pamong,	Peneliti,	Konseli,
M. Cholid Noor	Candra Dewi	IM
NIP	NIM 1301412009	

REKAMAN KONSELING INDIVIDU

KONSELI 5

A. Identitas konseli

Nama : EF (Inisial)

Kelas : XI

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Ds. Donorejo

Agama : Islam

Hobi : Memasak

Anak Ke- : 3

Nama Ayah / Pekerjaan : Nur Wachid / Kuli Panggul

Nama Ibu / Pekerjaan : Ngatemi / Ibu Rumah Tangga

B. Pertemuan

No.	Hari, Tanggal	Jam	Tempat
1.	Jumat, 13 Mei 2016	11.00-11.45	Ruang BK SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak
2.	Sabtu, 21 Mei 2016	12.45-13.30	
3.	Jumat, 27 Mei 2016	12.30-13.15	
4.	Jum'at, 3 Juni 2016	12.30-13.15	
5.	Jumat, 10 Juni 2016	isidental	

C. Eksplorasi masalah data klien yang telah diketahui

AF adalah anak kelas XI yang dikatakan memiliki konformitas negatif, itu dikatakan dari hasil analisis *pre test*. AF adalah salah satu konseli yang sangat antusias sekali untuk mengikuti konseling meskipun baru pertama kali mengikuti konseling dengan peneliti. AF mengatakan di sekolahnya AF mempunyai gank semenjak kelas XI, pada saat kelasX AF tidak mempunyai teman karena masih awal memasuki sekolah dan masih tahap perkenalan masih takut untuk berkomunikasi dengan teman-teman baru.

D. Data penting yang terjaring dalam konseling

Selama proses konseling, AF banyak menceritakan permasalahannya tanpa harus ditanya oleh peniliti. AF bercerita bahwa dirinya berubah semenjak mempunyai gank di sekolahnya disaat kelas XI, dirinya mudah untuk megikuti

ajakan teman-temannya untuk membolos, keluar disaat jam pelajarn masih berlangsung, mengikuti gaya hidup teman-temannya, awalanya semenjak kelas X, dirinya selalu mendapat prestasi, sekarang dengan pengaruh dari gank nya AF menjadi anak yang malas belajar.

AF mengatakan dirinya takut tidak punya teman-teman di sekolah seperti ganknya tersebut, karena dulu waktu SMP, AF tidak punya teman sekali dan teman-teman SMP nya dulu sangat individualis, maka semenjak SMA saat ini AF mempunyai gank, harus menuruti kemauan dan permintaan yang diminta oleh ganknya tersebut, AF harus bisa menyesuaikan apa yang dilakukan oleh teman-temannya meskipun sangat tidak baik bagi dirinya. AF juga merasa takut jikatidak mengikuti teman-temannya AF akan dijauhi karena AF adalah anggota baru di ganknya tersebut.

E. Diagnosa masalah (simpulan situasi masalah-menurut pendekatan *Person centered Theraphy* dan sebab-sebabnya)

Masalah konformitas negatif yang dialami oleh AF memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan konseli yang lain, namun pada intinya sama seperti yang dicirikan dalam indikator-indikator skala konformitas. Faktor penyebab yang berbeda juga menimbulkan dampak yang berbeda pula, meskipun permasalahan yang dihadapi sama, yaitu konformitas negatif. Dari penuturan AF beberapa permasalahan yang dihadapi AF dapat disimpulkan faktor penyebab yang membuat AF mengalami konformitas negatif yaitu tidak dapat menolak ajakan teman-temannya karena AF merasa baru mempunyai gank yang awalanya AF tidak mempunyai teman sama sekali, AF selalu tertarik dengan apa yang dilakukan oleh teman-temannya meskipun AF sadar apa yang dilakukannya tidak bermanfaat bagi dirinya. Selalu ingin sama dengan teman-temannya.

F. Alternatif pemecahan masalah

Pemecahan masalah untuk mengatasi permasalahan EF yaitu dengan memberikan pemahaman kepada EF bahwa untuk menyatakan perasaan itu tidak sulit, namun butuh tekad dan komitmen EF untuk terus berlatih dalam mengatakan secara asertif tanpa menyinggung perasaan orang lain bahkan teman-temannya sendiri, Peneliti meminta EF untuk menganalisis kembali apa yang dilakukan dengan teman-temannya tersebut akibat yang akan terimanya, peneliti meminta EF untuk berlatih membedakan komunikasi secara asertif, agresif, dan asertif, meminta konseli untuk selalu mengevalusi apa yang menjadi kebutuhannya untuk menyiapkan masa depan yang lebih baik lagi tanpa pengaruh dari teman-temannya yang mempengaruhi untuk berperilaku konformitas negatif.

G. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang disarankan oleh peneliti mendapat respon yang baik dari EF, meskipun putusan masalah ini dilakukan secara bertahap per pertemuan. Hal pertama yang dilakukan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada EF adalah dengan mengetahui bagaimana pandangan EF terhadap hidupnya dan masa depannya. Peneliti meminta EF untuk menganalisis kegaiatan yang dilakukan bersama teman-temannya, apa yang menjadi akibat jika EF selalu mengikuti gaya hidup teman-temannya tersebut, Peneliti meminta EF untuk menentukan tujuan untuk berteman yang lebih bermanfaat dan tidak hanya membuang waktu saja dalam mengikuti kegiatan ganknya, EF lebih bisa membedakan kegaiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh gank nya baik atau tidaknya, dan berlatih untuk memikirkan masa depannya yang lebih baik lagi serta dapat mengungkapkan apa yang dirasa oleh EF secara asertif tanpa menyinggung perasaan teman-temannya.

H. Evaluasi proses dan hasil

Proses pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar, meskipun kadang EF merasa waktu konseling berjalan tidak sesuai kesepakatan karena EF adalah tipe

anak yang suka bercerita sehingga membutuhkan waktu yang lebih lama. EF bisa berkomitmen untuk menjalani proses konseling dengan melakukan hal-hal yang sudah menjadi keputusan pemecahan masalahnya. Hasil dari konseling dengan EF cukup baik, setelah diberikan *post test* untuk mengukur konformitas EF setelah proses konseling berakhir menunjukkan adanya peningkatan dari hasil *self esteem* pada *pre test* (sebelum konseling).

Demak, Juni 2015

Mengetahui,

Konselor pamong,	Peneliti,	Konseli,
M. Cholid Noor	Candra Dewi	EF
NIP	NIM 1301412009	

REKAMAN KONSELING INDIVIDU

KONSELI 6

A. Identitas konseli

Nama : ZN (Inisial)

Kelas : XI

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Ds. Grogol

Agama : Islam

Hobi : Travelling

Anak Ke- : 5

Nama Ayah / Pekerjaan : Kaswadi / Tani

Nama Ibu / Pekerjaan : Kobesah / Tani

B. Pertemuan

No.	Hari, Tanggal	Jam	Tempat
1.	Senin, 16 Mei 2016	13.30-14.15	Ruang BK SMA Islam Nahdlatusysyubban Demak
2.	Jumat, 20 Mei 2016	11.00-11.45	
3.	Senin, 30 Mei 2016	12.30-13.15	
4.	Senin, 6 Juni 2016	13.30-14.15	
5.	Senin, 13 Juni 2016	isidental	

C. Eksplorasi masalah data klien yang telah diketahui

ZN adalah siswa kelas XI yang diketahui memiliki konformitas negatif, hal tersebut bisa diungkapkan karena dari hasil analisis *pre test* yang telah dilakukan. ZN adalah anak yang susah bercerita atau pendiam saat konseling, namun setelah berjalan ZN mau bercerita. ZN bercerita bahwa dirinya di sekolah mempunyai kelompok teman dan ZN sangat suka apa yang dilakukan oleh teman-temannya yang selalu mengajaknya jalan-jalan, hal tersebut sangat sesuai dengan hobinya ZN.

D. Data penting yang terjaring dalam konseling

Selama proses konseling, ZN banyak menceritakan permasalahannya namun harus banyak ditanya oleh peneliti. ZN mengungkapkan bahwa adanya teman-teman sekolah sangat berpengaruh bagi dirinya, karena jika tanpa adanya tersebut ZN tidak dapat percaya diri untuk melakukan suatu aktivitas, karena memang sudah menjadi suatu kebiasaan bagi dirinya mengikuti gaya hidup teman-temannya semenjak kelas X. ZN merasa dianggap teman-temannya jika ZN itu “sama” seperti apa yang dilakukan teman-temannya.

ZN menyadari bahwa yang dilakukan bersama teman-temannya itu memang tidak positif. Hal yang biasa dilakukan ZN bersama teman-temannya yaitu selalu hangout, belanja, serta meninggalkan pelajaran disaat jam pelajaran. ZN merasa

tidak mudah untuk menolak ajakan teman-temannya tersebut, karena ZN memang sudah mengikuti aturan yang ditetapkan oleh kelompok.

E. Diagnosa masalah (simpulan situasi masalah-menurut pendekatan *Person centered Theraphy* dan sebab-sebabnya)

Masalah konformitas negatif yang dialami oleh ZN memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan konseli yang lain, namun pada intinya sama seperti yang dicirikan dalam indikator-indikator skala konformitas. Faktor penyebab yang berbeda juga menimbulkan dampak yang berbeda pula, meskipun permasalahan yang dihadapi sama, yaitu konformitas negatif. Dari penuturan ZN tentang permasalahan yang dihadapi ZN dapat disimpulkan faktor penyebab yang membuat ZN memiliki konformitas negatif yaitu tidak dapat menolak ajakan teman-temannya, karena sudah menjadi hal biasa dirinya lakukan, mudah dipengaruhi juga untuk diajak jalan-jalan dan *shopping*.

F. Alternatif pemecahan masalah

Pemecahan masalah untuk mengatasi permasalahan ZN yaitu dengan memberikan pemahaman kepada ZN bahwa untuk menyatakan perasaan itu tidak sulit, namun butuh tekad dan komitmen ZN untuk terus berlatih dalam mengatakan secara asertif tanpa menyinggung perasaan orang lain bahkan teman-temannya sendiri, Peneliti meminta ZN untuk menganalisis kembali apa yang dilakukan dengan teman-temannya tersebut akibat yang akan terimanya, peneliti meminta ZN untuk berlatih membedakan komunikasi secara asertif, agresif, dan asertif, meminta konseli untuk selalu mengevalusi apa yang menjadi kebutuhannya untuk menyiapkan masa depan yang lebih baik lagi tanpa pengaruh dari teman-temannya yang mempengaruhi untuk berperilaku konformitas negatif.

G. Putusan pemecahan masalah dan implementasinya

Alternatif pemecahan masalah yang disarankan oleh peneliti mendapat respon yang baik dari ZN, meskipun putusan masalah ini dilakukan secara bertahap per pertemuan. Hal pertama yang dilakukan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada ZN adalah dengan mengetahui bagaimana pandangan ZN terhadap hidupnya dan masa depannya. Peneliti meminta ZN untuk menganalisis kegaiatan

yang dilakukan bersama teman-temannya, apa yang menjadi akibat jika ZN selalu mengikuti gaya hidup teman-temannya tersebut, Peneliti meminta ZN untuk menentukan tujuan untuk berteman yang lebih bermanfaat dan tidak hanya membuang waktu saja dalam mengikuti kegiatan ganknya, ZN lebih bisa membedakan kegaiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh gank nya baik atau tidaknya, dan berlatih untuk memikirkan masa depannya yang lebih baik lagi serta dapat mengungkapkan apa yang dirasa oleh ZN secara asertif tanpa menyinggung perasaan teman-temannya.

H. Evaluasi proses dan hasil

Proses pelaksanaan konseling berjalan dengan lancar, meskipun kadang ZN merasa waktu konseling berjalan tidak sesuai kesepakatan jadwal. ZN bisa berkomitmen untuk menjalani proses konseling dengan melakukan hal-hal yang sudah menjadi keputusan pemecahan masalahnya. Hasil dari konseling dengan ZN cukup baik, setelah diberikan *post test* untuk mengukur konformitas ZN setelah proses konseling berakhir menunjukkan adanya peningkatan dari hasil konformitas pada *pre test* (sebelum konseling).

Demak, Juni 2015

Mengetahui,

Konselor pamong,	Peneliti,	Konseli,
M. Cholid Noor	Candra Dewi	ZN
NIP	NIM 1301412009	