KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN PERILAKU ASERTIF PADA SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 1 PECANGAAN

SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh

Fifi Zaimatun Nisfa
1301415051

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2020

UNNES

UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN PERILAKU ASERTIF PADA SISWA KELAS XI DI SMA NEGERI 1 PECANGAAN

SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling

oleh

Fifi Zaimatun Nisfa
1301415051

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2020

PERNYATAAN

Saya Fifi Zaimatun Nisfa menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi dengan judul "Keefektifan Konseling Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan" ini benarbenar hasil orisinil atas karya saya sendiri, bukan buatan orang lain, serta tidak menjiplak karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Adapun pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk sesuai dengan ketentuan kode etik ilmiah.

Semarang, 26 Oktober 2019

Fifi Zaimatun Nisfa
1301415051

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Keefektifan Konseling Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan" yang disusun oleh Fifi Zaimatun Nisfa dengan NIM 1301415051 telah dipertahankan dihadapan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Kamis tanngal 12 Desember 2019

Panitia :

Ketua

Dr. Sungkowo Edy Mulyono, S.Pd., M.Si.
NIP. 196807042005011001

Sekretaris

KusnartoKurniawan, S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 197101142005011002

Penguji I

Dr. Anwar Sutoyo, M.Pd.
NIP. 195811031986011001

Penguji II

Sunawan, S.Pd., M.Si., Ph D.
197807012006041002

Penguji III

Prof. Dr Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.
NIP.196801151995122001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

Jangan berkata “iya” jika kamu ingin bertakta “tidak” karena pada akhirnya kamu akan menyakiti dirimu sendiri. Gapailah kebahagiaanmu dengan penuh ketegasan. (Fifi zaimatun nisfa)

Persembahan :

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

Almamater tercinta Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahi robbil alamin, segala puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya sebagai penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Pecangaan" ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu ucapan terimakasih peneliti sampaikan terutama kepada Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons. selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan ilmu, saran, motivasi, bimbingan, dan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini. Ucapan terimakasih juga penulis sampaikan kepada :

1. Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan menimba ilmu di Universitas Negeri Semarang.
2. Dr. Achmad Rifai RC, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian.
3. Kusnarto Kurniawan, S.Pd., M.Pd., Kons. Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang yang

telah memberikan dukungan dan membantu kelancaran penyusunan skripsi.

4. Tim penguji skripsi yang telah menguji skripsi dan memberikan masukan untuk kesempurnaan skripsi.
5. Kepala SMA Negeri 1 Pecangaan yang telah memberikan ijin penelitian.
6. Dra. Muhammad Sri Mukayak selaku Guru BK SMA Negeri 1 Pecangaan, yang telah membantu dan memberikan kesempatan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian.
7. Keluarga di rumah khususnya kedua orang tua, Ibu Sriyati dan Bapak Achris Asyarif sebagai sumber doa dan dukungan yang paling utama serta kakak saya Wahyu Widiyono sebagai inspirasi.
8. Calon pendamping hidup yang senantiasa selalu membantu dan memberikan dukungan.
9. Teman-teman Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Semarang angkatan 2015 yang telah memberikan warna dan berjuang bersama.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Hanya ucapan terima kasih dan doa, semoga mendapatkan balasan baik dari Allah SWT. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi dalam kehidupan.

Semarang, 29 Oktober 2019

Penulis

ABSTRAK

Nisfa, Fifi zaimatun. 2019. Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Pecangaan. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang. Pembimbing Prof. Dr. Mungin Eddy Wibowo, M.Pd., Kons.

Penelitian ini dilaksanakan berdasarkan fenomena yang terjadi pada siswa-siswa di sekolah yang memiliki perilaku asertif rendah. perilaku asertif adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat mengekpresikan apa yang dirasakanya terhadap suatu hal dengan tanpa menyinggung ataupun menyakiti perasaan individu lain. Keberhasilan kegiatan belajar mengajar terjadi apabila terdapat dinamika didalam kelas, adanya komunikasi yang efektif antara semua elemen dalam sekolah.

Namun karena rendahnya perilaku asertif yang dimiliki oleh siswa kegiatan belajar mengajar didalam kelas cenderung pasif, banyak siswa yang merasa takut dalam bertanya, malu dalam mengungkapakan pendapat didalam kelas, ada juga siswa yang sering membolos karena tidak adanya keberanian menolak ajakan teman untuk membolos, hal ini jika dibiarkan terus menerus dikhawatirkan akan mengganggu prestasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan bahwa konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat membantu meningkatkan tingkat perilaku asertif siswa.

Jenis penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimen* dengan desain penelitian *one group pretest posttest design.* Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan, yang berjumlah 384 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* adalah 7 siswa yang memiliki perilaku asertif sangat rendah dan rendah. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes skala psikologis yang diberikan sebelum dan sesudah diberikan perlakukan konseling kelompok teknik dikusi kelompok. Metode analisis data menggunakan *analisis deskriptif* dan uji *Wilcoxon.*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok teknik diskusi kelompok mengalami peningkatan. Dari hasil *pretest* sebesar 51.50% dan hasil *post test* menjadi 71.24%. Peningkatan yang dialami mencapai 19.74%. Dalam penelitian ini terdapat keefektifan teknik diskusi kelompok terhadap peningkatan perilaku asertif siswa kelas XI dengan taraf signifikansi 5% diperoleh ($z = -2,366$, $p<0.05$) dengan demikian dapat disimpulkan hipotesis yang diajukan diterima.

Kata-kata kunci : Konseling Kelompok, diskusi kelompok, perilaku asertif.

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL i
PERNYATAAN ii
PENGESAHAN iii
MOTO DAN PERSEMBAHAN iv
KATA PENGANTAR vi
ABSTRAK vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR BAGAN xiii
DAFTAR LAMPIRAN xiv
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 8
1.3 Tujuan Penelitian 9
1.4 Manfaat Penelitian 9
BAB II KAJIAN PUSTAKA 11
2.1 Penelitian Terdahulu 11
2.2 Perilaku Asertif 15
2.2.1 Pengertian Perilaku Asertif 16
2.2.2 Aspek-Aspek Perilaku Asertif 29
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Asertif 21
2.3 Konseling Kelompok 22
2.3.1 Pengertian Konseling 22
2.3.2 Fungsi Konseling 25
2.3.3 Pengertian Kelompok 27

2.3.4 Pengertian Konseling Kelompok 28
2.3.5 Dinamika Kelompok 30
2.3.6 Asas-Asas Konseling Kelompok 32
2.3.7 Tujuan Konseling Kelompok 34
2.3.8 Pemimpin Kelompok 37
2.3.9 Tahapan Konseling Kelompok 38
2.4 Teknik Diskusi Kelompok 42
2.4.1 Pengertian Diskusi Kelompok 42
2.5 Kerangka Berpikir 44
2.6 Hipotesis 45
BAB III METODE PENELITIAN 46
3.1 Jenis penelitian 46
3.2 Desain penelitian 47
3.2.1 Evaluasi awal (*pre-test)* 48
3.2.2 Pemberian perlakuan(*treatment)* 48
3.2.3 Evaluasi akhir *(post-test)* 52
3.3 Variabel penelitian 52
3.3.1 Identifikasi vaiabel penelitian 52
3.3.2 Definisi operasional variabel 53
3.4 Subjek penelitian 54
3.4.1 Populasi penelitian 54
3.4.2 Sampel penelitian 55
3.4.3 Instrumen penelitian 56
3.5.1 Penyusunan instrumen 56
3.5.2 Validitas instrumen 57

3.5.3 Reliabilitas instrumen 58

3.6 Metode dan alat pengumpulan data 60

3.7 Teknik analisis data 64

3.7.1 Analisis deskriptif presentase 65

3.7.2 Analisis inferensial 67

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 69

4.1 Hasil penelitian 69

4.1.1 Tingkat perilaku asertif siswa kelas xi sma negeri 1 pecangaan sebelum diberikan konseling kelompok teknik diskusi kelompok 70

4.1.2 Tingkat perilaku asertif siswa kelas xi sma negeri 1 pecangaan setelah diberikan konseling kelompok teknik diskusi kelompok 78

4.1.3 Keefektifan konseling kelompok teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan perilaku asetif siswa kelas xi sma negeri 1 pecangaan 86

4.1.4 Hasil uji wilcoxon 89

4.1.5 Deskripsi proses pemberian konseling kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa kelas xi sma negeri 1 pecangaan 92

4.2 Pembahasan 99

4.3 Keterbatasan penelitian 107

BAB V PENUTUP 108

5.1 Simpulan 108

5.2 Saran 108

DAFTAR PUSTAKA 110

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

3.1 Sistematika kegiatan dan alokasi waktu konseling 50
3.2 Jumlah siswa kelas xi sma negeri 1 pecangaan..... 55
3.3 Kisi-kisi pedoman observasi 61
3.4 Skor skala perilaku asertif..... 64
3.5 Kategori perilaku asertif siswa..... 67
4.1 Hasil *pre-test* tingkat perilaku asertif siswa kelas xi..... 71
4.2 Hasil *pre-test* tingkat perilaku asertif anggota konseling kelompok..... 72
4.3 Distribusi hasil *pre-test* per aspek sebelum diberikan perlakuan..... 73
4.4 Distribusi aspek mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia sebelum diberikan perlakuan 74
4.5 Distribusi aspek bertindak menurut kepentingan sendiri 75
4.6 Distribusi aspek membela diri sendiri sebelum diberikan perlakuan..... 76
4.7 Distribusi aspek mengekpresikan perasaan secara jujur sebelum diberikan perlakuan 76
4.8 Distribusi aspek mempertahankan hak-hak pribadi sebelum diberikan perlakuan 77
4.9 Distribusi aspek menghargai hak-hak orang lain sebelum diberikan perlakuan 78
4.10 Hasil *post-test* tingkat perilaku asertif anggota konseling kelompok..... 79
4.11 Distribusi hasil *post-test* per aspek setelah diberikan perlakuan..... 80
4.12 Distribusi aspek mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusiasetelah diberikan perlakuan 81
4.13 Distribusi aspek bertindak menurut kepentingan sendiri setelah diberikan perlakuan..... 82
4.14 Distribusi aspek membela diri sendiri setelah diberikan perlakuan..... 83

4.15 Distribusi aspek mengekpresikan perasaan secara jujur setelah diberikan perlakuan 84
4.16 Distribusi aspek mempertahankan hak-hak pribadi setelah diberikan perlakuan 85
4.17 Distribusi aspek menghargai hak-hak orang lainsetelah diberikan perlakuan 86
4.18 Hasil perbandingan tingkat perilaku asertif siswa *pre-test* dan *post-test* konseling kelompok teknik diskusi kelompok 87
4.19 Perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* perilaku asertif siswa per aspek 88
4.20 Hasil perhitungan uji hipotesis 90
4.21 Deskripsi hasil penelitian tiap pertemuan konseling kelompok teknik disksusi kelompok 92

DAFTAR BAGAN

Bagan **Halaman**

2.1 Kerangak berpikir 45
3.1 Desain penelitian 47
3.3 Tahapan Penyusunan Instrumen 57
4.1 Grafik skor pretest dan postest..... 89

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran **Halaman**

1. Panduan wawancara data awal 113
2. Hasil wawancara data awal 114
3. Kisi-kisi perilaku asertif sebelum tryout 126
4. Skala psikologis perilaku asertif sebelum tryout 129
5. Tabulasi hasil tryout 123
6. Hasil uji validitas dan reliabilitas 129
7. Hasil uji validitas dan reliabilitas menggunakan spss 131
8. Kisi-kisi instrumen perilaku asertif setelah tryout 135
9. Skala psikologis perilaku asertif setelah tryout 138
10. Hasil asesmen *pre-test* perilaku asertif kelas xi 141
11. Tabulasi hasil *pre-test* dan *post-test* 149
12. Rpl konseling kelompok teknik diskusi kelompok 152
13. Lembar kesediaan 177
14. Dokumentasi 178
15. Surat ijin penelitian 180
16. Surat selesai penelitian 181

BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dalam tumbuh kembang setiap individu sangat perlu untuk dapat menguasai setiap kemampuan yang dapat menunjang individu tersebut berkembang secara optimal. Sebagian besar kemampuan tersebut didapat dari hasil belajar, belajar dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja baik di sekolah maupun dilingkungan tempat tinggal. Belajar terjadi karena adanya interaksi dengan lingkungan ataupun individu lainya.

Pada hakekatnya individu merupakan makhluk sosial yang saling interaksi dan membutuhkan satu sama lain, saling bekerjasama dalam kehidupan. Untuk dapat melakukan kerjasama dan berhubungan dengan individu lain dengan baik diperlukan adanya komunikasi yang baik pula. Agar komunikasi bisa berlangsung secara efektif seseorang perlu memiliki kemampuan asertif. Kemampuan asertif merupakan suatu kemampuan seseorang agar tegas dalam mengambil keputusan dalam hidupnya dan mempertahankan hak pribadinya.

Dalam berhubungan sosial individu harusnya memiliki perilaku asertif terhadap siapapun. Sehingga mereka mampu mengasah dan mengembangkan apa saja potensi yang ada dalam dirinya dan juga mampu untuk mengungkapkan apa yang sedang dia rasakan dengan jujur dan tanpa merasa terbebani. Dan menjalani semuanya dengan penuh kesadaran bukan hanya sekedar ikut-ikutan terhadap hal yang terkadang tidak disukai.

Lioyd (1991) menyatakan ada beberapa karakteristik asertif, antara lain : a mampu mengatakan “tidak” dengan sopan dan tegas, individu tersebut mampu menyatakan tidak ketika ada keinginan dari orang lain ataupun pandangannya, b) mampu mengekspresikan perasaan jujur, individu tersebut tidak menyangkal perasaan atau keinginannya terhadap orang lain. bersikap realistis, individu tersebut tidak melebih-lebihkan, mengecilkan sesuatu hal, c) Individu tersebut akan berbicara sesuai realita dan jujur kepada orang lain, dan d) mampu mengekspresikan kesukaan dan prioritas, individu tersebut tidak menangguhkan sesuatu untuk bergaul dengan siapapun dan individu tersebut akan menyatakan perioritas atau kesukaannya tanpa ada perasaan tertekan.

Perilaku asertif ditunjukan dengan kemampuan individu untuk dapat menyatakan pikiran, perasaan serta keinginan secara tepat, jujur, terbuka, dan bertanggung jawab, serta langsung menuju pada tujuan tanpa berbelit, penuh dengan kepercayaan diri dan teguh pada pendirian tanpa adanya perasaan cemas terhadap individu lain, dan tanpa menyakiti atau mengesampingkan orang lain dan tanpa melanggar apa yang menjadi hak-hak individu lain.

Namun pada kenyataanya masih banyak kasus yang ditemukan karena rendahnya perilaku asertif seperti hasil obeservasi dilakukan oleh peneliti terhadap interaksi siswa kelas XI IPS dengan teman-temanya, banyak siswa yang membolos ketika mata pelajaran tertentu dan memilih untuk nongkrong di kantin sekolah. Ketika ditanya mereka menjawab “karena diajak oleh teman sendiri, tidak enak jika menolak ajakan teman dekat”. Banyak siswa yang juga merokok dikantin belakang, ketika peneliti bertanya awal mula mengenal roko

darimana mereka menjawab “ diberi teman, diajak oleh teman, diolok-olok teman ketika tidak merokok” Hal ini semakin menyakinkan ketika peneliti mengadakan wawancara terhadap guru BK dan juga beberapa guru yang mengajar mengenai perilaku siswa dikelas maupun diluar kelas.

Guru BK yang ada di SMA Negeri 1 Pecangaan Bapak Sri Mukayak mengatakan bahwa “siswa di SMA Negeri 1 Pecangaan banyak yang memiliki perilaku asertif rendah terutama pada kelas XI IPS hal ini ditandai banyaknya siswa yang sering membolos ketika jam pergantian pelajaran, mereka pergi kekantin bersama teman-temanya, ketika dipanggil keruang BK ya mereka tidak ada kesadaran untuk datang sendiri, jika dianggil keruang BK nunggu temanya kalau temanya mau datang nanti yang lainya ikut datang. Mereka itu seperti membuat sebuah geng dalam pertemanan, dimana jika satu anggotanya membolos yang lainya ikut membolos, dalam ujian pun mereka saling mencontek, itu seperti hal yang lumrah bagi mereka dan tidak ada yang menolak untuk memberi jawaban selama itu masih dalam anggota geng mereka”

Banyak siswa yang tidak sadar akan hak pribadi yang dimiliki oleh masing-masing indvidu hal ini terlihat dari interaksi siswa yang tidak dapat menolak ajakan teman untuk membolos, mencotek dengan alasan sungkan dan takut dimusuhi. Banyak siswa yang takut untuk bertanya mengenai mata pelajaran yang mereka tidak paham didalamnya dengan alasan takut. Setiap siswa memiliki hak pribadi yang harus mereka ketahui seperti setiap individu mempunyai hak untuk bertanya, hak untuk berpendapat, hak untuk berbicara,

hak untuk berkata tidak terhadap hal yang tidak disukai. Banyak siswa yang tidak dapat menegakan hak-hak pribadinya dikarenakan rendahnya perilaku asertif yang dimiliki oleh siswa.

Harusnya dalam kegiatan disekolah setiap siswa harus dapat menegakan hak-hak pribadinya yang meliputi hak untuk menyatakan apa yang diinginkan, menolak hal yang tidak diinginkan, mengembangkan hubungan yang saling menguntungkan dengan orang lain, hak untuk memperoleh penghargaan dengan karyanya tanpa meyinggung hak pribadi orang lain.

Jika tingkat asertifitas yang rendah ini terus menerus dibiarkan maka akan berpotensi buruk terhadap nilai akademik siswa dikelas, Sikap dan perilaku asertif yang tingkatanya rendah maka hal itu akan berdampak terhadap indeks prestasi dan hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Pada tingkat tertentu perilaku yang non-asertif akan merugikan diri sendiri serta orang lain (Allahyari & Jenaabadi, 2015) bukan hanya itu, hal ini juga akan berpengaruh terhadap pergaulan siswa tersebut. Siswa tidak akan mampu untuk berkata tidak ketika diajak untuk melakukan hal buruk oleh temanya. Seperti membolos dan mencontek, karena terdapat perasaan tidak enak dan sungkan untuk menolak ajakan teman dan terdapat rasa khawatir ketika menolak ajakan teman. Menurut Alberti dan Emmons (dalam Warington, 2015), perilaku yang tidak asertif akan membuat individu menjadi merasa cemas karena selalu menyangkal dorongan untuk mengekspresikan segala pikiran dan perasaannya.

Menurut Sugiyo (2005: 110) akibat dari emosi, sikap, dan perilaku yang tidak tegas atau asertif dapat berakibat sosial yaitu tidak adanya persetujuan dari orang lain. Jadi individu yang tidak tegas atau tidak asertif akan dijauhi dari lingkungannya, dengan kondisi yang demikian akan mengurangi rasa percaya diri karena tidak mampu bersosialisasi dengan baik. Orang yang asertif bukan orang yang suka menahan diri dan juga bukan pemalu, tapi orang yang bisa mengungkapkan perasaannya tanpa bertindak agresif atau melecehkan orang lain.

Disinilah pentingnya peran seorang konselor untuk menegakan dan menyadarkan tentang pentingnya perilaku asertif dalam kehidupa sehari-hari terlebih didalam lingkungan sekolah dimana peserta didik banyak menghabiskan sebagian besar waktunya didalam lingkup sekolah. Sejauh ini usaha yang dilakukan oleh guru BK di SMA Negeri 1 Pecangaan hanya memberikan bimbingan klasikal didalam kelas dan kurang efektif untuk terlihat hasilnya.

Sekolah sebagai lembaga formal yang secara khusus dibentuk untuk menyelenggarakan pendidikan bagi warga masyarakat. Dalam Sekolah siswa dibentuk untuk menjadi pribadi yang cerdas, mandiri, dan berkarakter, mereka dididik setiap hari dan bertemu dengan teman-teman sekolah dan saling berinteraksi satu sama lain, berbagi wawasan dan pengalaman yang nantinya mampu untuk menunjang terbentuknya siswa yang cerdas, mandiri, dan berkarakter.

Didalam sekolah terdapat sejumlah bidang-bidang seperti bidang administrasi, bidang pengajaran dan bidang bimbingan dan konseling. Yang mana semuanya memilki arah yang sama yaitu memberi kemudahan bagi pencapain tujuan penidikan nasional. Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan bagian yang integral dari keseluruhan program pendidikan. Dalam bimbingan konseling terdapat sembilan layanan antara lain yaitu layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan penguasaan konten, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konseling individual, layanan mediasi dan layanan konsultasi.

Salah satu layanan bimbingan konseling di sekolah adalah layanan Konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan upaya untuk membantu setiap individu yang dilalui dengan proses interaksi yang bersifat pribadi diantara konselor dan konseli, dengan tujuan agar konseli bisa paham akan dirinya sendiri dan juga paham akan lingkungan dimana ia tinggal, mampu untuk membuat keputusan yang mandiri dan juga mampu untuk menentukan tujuan hidupnya yang didasarkan pada nilai-nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan juga efektif dalam berperilaku dalam Nurihsan (2007:10). Layanan konseling kelompok ini merupakan program bimbingan dan konseling di sekolah yang menunjang keberhasilan siswa dalam belajar.

Hasil penelitian Rahmawati (2017) menunjukan bahwa adanya pengaruh yang efektif terhadap penggunaan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok terhadap peningkatan konsep diri peserta didik. Hasil

dari penelitian ini menunjukan perubahan yang signifikan pada skor angket konsep diri peserta didik yang awalnya hasil pre-test sebesar 65,8 menjadi 114,5. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Berpengaruh Secara Siginifikan Dalam Meningkatkan Konsep Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP N 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017" terbukti kebenaranya.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Rifda El Fiah dan Ice Anggralisa (2016) menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok denagn teknik realita terbukti efektif mengatasi kesulitas komunikasi interpersonal khususnya pada peserta didik kelas X MAN KRUI Lampung Barat Tahun Pelajaran 2015/2016.

Layanan konseling kelompok dilaksanakan dengan teknik diskusi kelompok yang diikuti oleh para anggota kelompok didalamnya. Pemilihan teknik diskusi kelompok juga dimaksudkan untuk mampu mendiskusikan permasalahan secara bersama dan juga mampu dan berani mengemukakan pendapat dimulai dari lingkup kecil yaitu kelompok, yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku asertif.

Manfaat dan tujuan yang diperoleh dari penggunaan teknik diskusi kelompok untuk para siswa antara lain, siswa mampu untuk memdapatkan berbagai macam informasi yang penting dan berharga dari teman diskusi dan pembimbing atau ketua diskusi, mampu untuk membangkitkan semangat dan motivasi siswa dan mampu untuk melakukan sebuah tugas, mampu untuk mengembangkan kemampuan siswa untuk berpikir kritis, mampu melakukan

sintesis dan analisi terhadap data ataupun informasi yang diterima oleh siswa tersebut, mampu untuk terus mengembangkan keberanian dan keterampilan siswa untuk terus mengemukakan pendapat secara jelas, lugas dan terarah serta membiasakan untuk saling kerja sama antara siswa, menurut Dewa Ketut Sukardi (2008)

Dengan teknik ini diharapkan siswa yang memiliki perilaku asertif rendah mampu membuka pola pikirnya menjadi lebih terbuka dan berani untuk mengekspresikan segala sesuatu yang dirasakan terhadap orang lain namun masih dalam kategori sopan, siswa menjadi peserta didik mampu untuk menggali potensi diri yang ada tanpa merasa bersalah maupun merasa tebebani.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti bermaksud untuk mengadakan penelitian dengan mengangkat judul "Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Terhadap Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Pecangaan".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus permasalahan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1.2.1 Bagaimana tingkat perilaku asertif siswa kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan sebelum diberikan konseling kelompok teknik diskusi kelompok?

1.2.2 Bagaimana tingkat perilaku asertif siswa kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan setelah diberikan konseling kelompok teknik diskusi kelompok?

1.2.3 Bagimana tingkat keefektifan konseling kelompok teknik diskusi kelompok terhadap peningkatan perilaku asertif siswa kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan ?

1.3 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1.3.1 Mendeskripsikan tingkat perilaku asertif siswa kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan sebelum diberikan konseling kelompok teknik diskusi kelompok.

1.3.2 Mendeskripsikan tingkat perilaku asertif siswa kelas XI SMA Negeri 1 Pecangaan setelah diberikan konseling kelompok teknik diskusi kelompok.

1.3.3 Membuktikan tingkat keefektifan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok terhadap peningkatan perilaku asertif pada siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Pecangaan ?

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini terbagi jadi dua yaitu manfaat penelitian secara teoretis dan manfaat penelitian secara praktis

1.4.1 Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi bagi pegembangan ilmu pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya untuk pengembangan perilaku asertif pada siswa di sekolah.

1.4.2 Manfaat praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh guru BK, sekolah, dan peneliti lebih lanjut.

1. Bagi guru BK

Dapat dijadikan sebagai refrensi atau masukan dalam melaksanakan kegiatan bimbingan konseling disekolah.

2. Bagi kepala sekolah

Dapat dijadikan sebagai bahan untuk menangani siswa dengan kasus yang sama.

3. Bagi peneliti lebih lanjut

Dapat dijadikan sebagai acuan untuk dikembangkan dalam penelitian berikutnya dengan masalah penelitian yang sama.

BAB 2
KAJIAN PUSTAKA

Pada bagian ini peneliti akan membahas lebih lanjut tentang keefektifan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok terhadap peningkatan perilaku asertif pada siswa yang terjadi di SMA Negeri 1 Pecangaan. Oleh karena itu, didalam kajian pustaka kali ini peneliti akan membahas mengenai teori-teori relevan. Tinjauan pustaka pada bab dua ini meliputi, penelitian terdahulu, kajian teoritis mengenai pengertian konseling kelompok, teknik diskusi kelompok,dan perilaku asertif.

2.1 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu adalah penelitian yang sudah pernah dilakukan oleh peneliti lain dan mempunyai persamaan variabel atau kemiripan penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan. Tujuannya adalah sebagai acuan atau bahan refrensi tuntunan bagi peneliti pemula dan juga untuk memantapkan dan memperkuat penelitian yang bakal dilakukan. Penelitian yang terdahulu digunakan oleh peneliti tentu mempunyai hubungan dengan judul penelitian ini. Penelitian terdahulu yang peneliti gunakan memiliki keterkaitan mengenai variabel atau kemiripan penelitian dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti itu sendiri , sehingga penelitian tadi dapat diandalkan sebagai bahan acuan ataupun rujukan bagi peneliti agar posisi penelitian ini jelas arahnya. Penelitian relevan terdahulu yang digunakan peneliti adalah sebagai berikut:

Rifda El Fiah dan Ice Anggralisa (2016) Dalam Jurnal Bimbingan dan Konseling dengan judul “Efekitvitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Realita Untuk Mengatasi Kesulitan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas X Man Krui Lampung Barat T.P 2015/2016“ menyimpulkan layanan konseling kelompok denagn teknik realita terbukti efektif mengatasi kesulitas komunikasi interpersonal khususnya pada peserta didik kelas X MAN KRUI Lampung Barat Tahun Pelajaran 2015/2016 jika dilaksanakan secara intensif.

Hasil dari pemberian layanan konseling kelompok yang dilakukan menggunakan teknik realita dan dilaksanakan di MAN KRUI Lampung Barat terbukti efektif dapat mengatasi kesulitan dalam komunikasi interpersonal. Dari siswa yang sebelumnya memiliki tingkat komunikasi interpersonal rendah, yang kemudian diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok menggunakan teknik realita, maka kesulitan dalam komunikasi interpersonal yang dialami oleh peserta didik tersebut dapat diatasi secara efektif.

Persamaan penelitian Rifda El Fiah dan Ice Anggralisa dengan topik yang akan diteliti adalah tentang konseling kelompok yiatu sama-sama menggunakan metode konseling kelompok dan perbedaan penelitian El Fiah dan Ice Anggralisa dengan topik yang akan diteliti yaitu pada teknik konseling yang digunakan. Pada penelitian Rifda El Fiah dan Ice Anggralisa menggunakan teknik realita sedangkan pada penlitian kali ini peneliti menggunakan teknik diskusi kelompok.

Kiki Elistina (2014) Skripsi Konseling Kelompok Terhadap Siswa Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar di SMP Negeri 3 Depok menyimpulkan bahwa konseling kelompok terdiri dari beberapa tahap yaitu tahap pra konseling (pembentukan kelompok, membuat tujuan kelompok, menentukan materi dan menentukan waktu serta tempat pelaksanaan konseling kelompok), tahap transisi, tahap kegiatan konseling kelompok, tahap pengakhiran konseling kelompok dan tindak lanjut. Persamaan pada penelitian ini adalah strategi kosneling yang digunakan yaitu konseling kelompok.

Avinatara Nabila Putri dan Moch Nursalim (2016) dengan judul "Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Sidoarjo" Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan motivasi belajar pada subjek, yang juga berarti bahwa metode teknik diskusi mampu meningkakan motivasi belajar.

Hal tersebut dapat diketahui dengan adanya peningkatan skor motivasi belajar siswa kelas VIII kelompok eksperimen SMP Negeri 2 Sidoarjo yang sebeumnya dibagi menjadi 2 kelompok : kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

Persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada teknik yang digunakan yaitu teknik diskusi kelompok, yang terbukti mampu untuk meningkatkan motivasi belajar. Dan

persamaan ini yang membuat penelitian yang akan dilakukan menjadi semakin yakin untuk menggunakan teknik diskusi kelompok sebagia tekniknya.

Siti Rahmawati (2017) Skripsi dengan judul Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Pada Peningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VIII SMP N 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017 mengatakan bahwa analisis data pada penlitian ini menggunakan uji wilcoxon signed rank test dengan tingkat signifikan $\alpha = 0{,}05$ dapat dilihat dari nilai Z sebesar -2.871 pada taraf signifikan 5% dan hasilnya menunjukan perubahan yang signifikan pada skor angket konsep diri peserta didik yang awalnya hasil pre-test sebesar 65,8 menjadi 114,5. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan "Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Berpengaruh Secara Siginifikan Dalam Meningkatkan Konsep Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP N 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017" terbukti kebenaranya.

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu penggunaan konseling kelompok dan teknik diskusi kelompok, hanya saja perbedaan pada penelitian yang akan diteliti adalah pada variabel Y . Pada penelitian ini variabel Y nya adalah meningkatkan konsep diri peserta didik dan pada penelitian yang akan dilakukan variabel Y nya adalah peningkatan perilaku asertif.

Kiki Elistina (2014) Skripsi mengenai Konseling Kelompok Terhadap Siswa Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar di SMP Negeri 3 Depok menyimpulkan bahwa konseling kelompok terdiri dari beberapa tahap yaitu tahap pra-konseling (pembentukan kelompok, membuat tujuan kelompok, menentukan materi dan menentukan waktu serta tempat pelaksanaan konseling kelompok) tahap transisi, tahap kegiatan konseling kelompok, tahap pengakhiran konseling kelompok dan tindak lanjut. Persamaan pada penelitian ini adalah strategi konseling yang digunakan yaitu konseling kelompok.

2.2 Perilaku Asertif

Menurut Alberti dan Emmons (dalam Warington, 2015), perilaku yang tidak asertif akan membuat individu menjadi merasa cemas karena selalu menyangkal dorongan untuk mengekspresikan segala pikiran dan perasaannya. Sedangkan menurut Moon (2009) akan menyebabkan seseorang tidak bisa mengutarakan keluhan ketika haknya tidak dihormati oleh orang lain, menekan perasaan pribadi untuk menyenangkan orang lain, hanya bisa berharap akan mendapatkan apa yang diinginkan namun tidak mampu meminta apa yang diinginkan, tidak mampu mengekspresikan perasaan secara terbuka, serta tidak mendapatkan apa yang diinginkan dan yang menjadi haknya.

Menurut Hasanah, Suharso, dan Saraswati (2014) ketidakmampuan dalam berperilaku asertif dapat menimbulkan perilaku yang pasif bahkan agresif. Sikap dan perilaku asertif yang menunjukan kategori rendah akan

berdampak terhadap prestasi dan hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Pada tingkat tertentu perilaku yang non-asertif akan merugikan diri sendiri serta orang lain (Allahyari & Jenaabadi, 2015).

Menurut Moon (2009) terdapat beberapa keuntungan berperilaku asertif dalam situasi akademik yakni ketika asertif seseorang akan lebih mungkin untuk mendapatkan apa yang dibutuhkan untuk menjadi individu yang sukses, lebih kritis dalam berfikir, dapat mampu untuk menghindari situasi yang dapat menyebabkan terjadinya frustasi, dan berhenti menunggu sesuatu datang dan memulai membuat sesuatu itu terjadi.

2.2.1 Pengertian Perilaku Asertif

Perilaku asertif adalah sebuah bentuk, dari pola atau gaya interkasi dengan manusia (Nursalim, 2013: 138). Perilaku asertif diperlukan untuk lebih mengenal siapa diri kita dan dapat bersikap jujur dalam berinteraksi dan membina hinbungan dengan orang lain.

Menurut Alberti & Emmons dalam (Nursalim, 2013:138) perilaku asertif adalah sebuah perilaku yang ditunjukan untuk menegaskan diri (*self affirmative)* yang positif mengusulkan kepuasan terhadap kehidupan pribadi dan peningkatan kualitas dalam sebuah hubungan dengan orang lain.

Menurut Jakuwsboski & Lange (1978) dalam (Nursalim, 2013:138) mengemukakan perilaku asertif sebagai perilaku yang dapat digunakan untuk membela kepentingan atau hak pribadi, mengungkapkan perasaan dan juga pikiran baik perasaan positif maupun perasaan negatif secara jujur dan

langsung tanpa mengurangi hak-hak ataupun mengganggu kepentingan orang lain.

Untuk lebih lanjutnya Alberti dan Emmons (1975) dalam (Nursalim, 2013:138) merinci sepuluh daftar perilaku yang menunjukan perilaku asertif yaitu: (1) Dapat mengungkapkan diri secara utuh. (2) Sangat menghormati kepentingan orang lain. (3) Dapat mengkomunikasikan segala sesuatu secara langsung dan tegas. (4) Selalu jujur. (5) Memperlakukan orang lain secara setara dalam sebuah hubungan. (6) Verbal, mengandung isi pesan yang meliputi perasaan, fakta, pendapat, permintaan, keterbatasan. (7) Non verbal, mengandung bentuk pesan seperti kontak mata, suara, postur tubuh, ekspresi pada wajah, gerak isyarat tubuh, jarak fisik, waktu, kelancaran berbicara, dan mendengarkan. 8. Layak bagi orang lain dan juga situasi, dan tidak universal. (9) Dapat diterima secara sosial. (10) Dipelajari, karena perilaku asertif bukan merupakan bakat yang diturunkan oleh orang tuanya.

Sedangkan Menurut Lioyd dalam jurnal Novalia dan Tri Dayakisni (2013:174) perilaku asertif adalah sebuah perilaku yang sifatnya aktif, serta langsung, dan juga jujur. Perilaku yang ditunjukan dengan memberikan kesan hormat atau *respect* terhadap diri sendiri maupun kepada orang lain sehingga mampu untuk memandang sebuah keinginan, kebutuhan, dan hak yang kita miliki sama dengan keinginan yang terpikirkan, kebutuhan dan hak orang lain atau bisa di artikan juga sebagai gaya yang wajar dan tidak

lebih dari sikap langsung, jujur, dan penuh dengan penghormatan terhadap orang lain saat berinteraksi dengan orang lain.

Menurut Sriyanto dkk dalam jurnal psikologi (2014: 76) asertivitas merupakan kekuatan atau kemampuan untuk dapat mengekspresikan hak-hak pribadinya dan kebutuhan diri, dengan cara yang baik dan positif tanpa menyinggung ataupun melangar dan mengganggu hak-hak orang lain. Hubungan yang dibangun dengan orang lain penuh dengan rasa percaya diri, mendapatkan kehormatan dari orang lain dengan komunikasi yang dibangun dengan orang lain secara langsung jujur dan juga terbuka merupakan ciri orang yang mempunya perilaku asertif. Perilaku asertif sangat besar manfaatnya bagi individu antara lain untuk menjaga komunikasi agar tetap jujur, dan untuk bisa mengendalikan diri serta bermanfaat untuk mengingkatkan kemampuan untuk dapat mengambil keputusan secara tepat dan mandiri.

Atkinson dalam jurnal Novalia dan Tri Dayakisni (2013:174) menyatakan bahwa menjadi asertif mensyaratkan apa saja hak-hak anda, atau apa yang diinginkan sari suatu situasi dan mampu mempertahankannya sekaligus tidak melanggar hak orang lain. Keasertifan adalah keadaan dimana pikiran kita juga memiliki keterampilan untuk berkomunikasi secara verbal maupun non verbal. Keasertifan juga diartika tentang memiliki pemikiran, dan mampu menjalankan pemikiran itu. Keasertifan merupakan kemampuan untuk dapat mengekpresikan bahwa anda tidak memilih untuk mengklaim hak anda di dalam semua situasi, karena anda tahu jika anda

mau atau perlu untuk melakukannya, anda dapat melakukannya. Sedangkan tujuan perilaku asertif itu sendiri adalah (a) Membuat proses terjalinya sebuah komunikasi antar sesama berjalan secara lancar dan efektif serta langsung mengarah pada tujuan komunikasi tersebut tidak berbelit-belit. (b) Membangun hubungan antar sesama dengan setara dan sejajar dan saling menghormati.

Dari berbagai uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk dapat mengekpresikan apa yang dirasakanya terhadap suatu hal dengan tanpa menyinggung ataupun menyakiti perasaan individu lain ketika mengekpresikanya, serta mampu menolak atau menerima segala sesuatu yang dianggap baik maupun tidak baik dengan tanpa menyingggung atau merugikan orang lain.

2.2.2 Aspek perilaku asertif

Perilaku Asertif menurut Alberti dan Emmons (2002) sendiri mempunyai aspek - aspek yang perlu diketahui yaitu:

a. Mempromosikan Kesetaraan dalam Hubungan Manusia

   Yaitu mampu membangun relasi secara setara dengan menerima kekurangan dan kelebihan yang ada dalam dirinya dan dapat menerima kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh orang lain. Dan mampu menghormati hak orang lain tanpa merugikan hak diri sendiri, sehingga tidak ada pihak yang merasa dirugikan.

b. Bertindak Menurut Kepentingan Sendiri

Mampu membuat keputusan atas kepentingannya sendiri, memiliki arti bahwa setiap keputusan yang dibuat didasarkan kebutuhan dan kepentingan diri sendiri tanpa merasa harus mengalah karena merasa tidak enak dengan orang lain disekitarnya dan dapat membuat tujuan dalam hidupnya dan berusaha untuk memenuhi tujuan tersebut.berani meminta bantuan saat kesulitan.

c. Membela Diri Sendiri

Orang yang asertif mampu untuk mengatakan tidak untuk dapat menolak ajakan maupun pendapat orang lain yang tidak sesuai dengan apa yang dia pikirkan serta mampu untuk terus mempertahankan pendapatnya didepan umum. Mampu untuk menanggapi sebuah kritikan, hinaan dari individu lain dengan tegas namun tetap menghormati hak orang lain.

d. Mengekpresikan Perasaan Secara Jujur

Berani untuk selalu terbuka dengan orang lain dalam megekrpesikan perasaan baik itu perasaan yang bahagia maupun perasaan yang sedih. Tanpa ada rasa beban atau merasa bersalah dalam mengungkapkanya.

e. Mempertahankan Hak-hak Pribadi

Orang asertif akan selalu mampu untuk mengungkapkan segala yang dipikirkan atau pun pendapatnya dalam menegakkan haknya sebagai pribadi dalam berkehidupan sosial maupun bermasyarakat.

Berani untuk mengatakan tidak untuk dapat menolak hal yang menurutnya tidak baik bagi dirinya maupun bagi orang lain.

f. Menghargai Hak-hak Orang Lain

Mampu menghargai apa yang orang lain rasakan, mampu menghargai pendapat yang orang lain kemukakan, dan selalu berusaha untuk menghargai setiap hak orang lain dalam kehidupan bersosial dan bermasyarakat.

2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi

Terdapat enam faktor yang berpengaruh terhadap perkembangan perilaku asertif menurut Rathus dan Nevid (2013) dalam siti dan desi, faktor tersebut antara lain:

1. Jenis kelamin.

   Wanita cenderung lebih sulit bersikap asertif seperti halnya mengungkapkan apa yang sedang dirasakan dan dipikiran dibanding dengan pria.

2. *Self esteem.*

   Orang yang memiliki keyakinan diri yang tinggi akan mampu mengekspresikan pendapat dan perasaan tanpa adanya kerugian bagi orang lain maupun diri sendiri.

3. Kebudayaan.

   Tuntutan lingkungan menentukan batas-batas perilaku wajar seroang individu, dimana batas perilaku tersebut sesuai dengan usia, jenis kelamin, dan status social seseorang.

4. Tingkat pendidikan.

   Semakin tinggi pendidikan maka semakin luas wawasan yang dimilikinya, sehingga mampu untuk memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka terhadap sesuatu yang baru.

5. Tipe kepribadian.

   Pada situasi yang sama tidak semua orang mampu untuk memberikan respon yang sama pula. Hal ini dapat dipengaruhi oleh tipe kepribadian yang dimiliki oleh masing-masing orang.

6. Lingkungan.

   Perilaku seseorang akan tergantung dari bagaimana mereka melihat kondisi dan situasi tertentu yang berada di lingkungan sekitarnya, misalnya perlakuan orang tua terhadap anaknya.

2.3 Konseling Kelompok

2.3.1 Pengertian Konseling

Menurut Prayitno (2004:93) Konseling merupakan sebuah proses pemberian bantuan dimana konselor berperan membantu konseli untuk mampu membuat gambaran-gambaran tentang sebuah fakta-fakta yang berkaitan dengan pilihan, rencana, atau penyesuaian-penyesuaian diri yang perlu dibuat oleh individu itu sendiri.

Menurut jones dkk dalam bukunya Hibana S. Rahman mengatakan bahwa konseling merupakan kegiatan yang meilibatkan semua fakta untuk dikumpulkan dan semua pengalaman siswa tersebut difokuskan pada masalah tertentu yang butuh untu segera dientaskan untuk dibahas dan

diatasi sendiri oleh siswa yang bersangkutan, dimana siswa tersebu akan diberi bantuan pribadi dan langsung menunjuk dalam sebuah pemecahan masalah tersebut. Bukan konseleor yang memecahkan masalah untuk siswa, namun konseling harus ditujukan pada upaya perkembangan yang lebih baik dan lebih maju dari siswa tersebut untuk mampu mandiri dalam memecahkan masalahnya sendiri tanpa bergantung kepada orang lain dan tanpa bantuan orang lain atau konselor.

Pengertian konseling menurut Willis (2010:18) mengartikan konseling sebagai upaya kegiatan bantuan yang diberikan oleh seorang pembimbing yang sudah terlatih dan berpengalaman dan profesional dibidangnya terhadap individu-individu yang membutuhkan pertolonganya, dengan tujuan supaya individu tersebut mampu untuk mengembangkan potensinya secara optimal, mampu untuk mengatasi masalahnya sendiri, dan juga mampu untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan dan situasi yang selalu berubah.

Menurut Winkel (2007:34) berpendapat bahwa terdapat dua aspek pokok dalam konseling. Yaitu aspek yang terdapat pada proses dan aspek yang terdapat pada pertemuan tatap muka. Aspek proses menunjuk pada kenyataan bahwa konseli/klien mengalami suatu rangkaian perubahan dalam diri sendiri, dimana ketika konseli/klien yang mempunyai permasalahan disaat permasalahanya disadari, dapat diungkapkan namun belum ada penyelesainya kepada masalah yang telah dientaskan secara memuaskan. Rangkaian perubahan dalam diri sendiri itu biasanya mengikuti urutan,yaitu

mulai dari menceritakan sebuah masalah secara tuntas, kemudian melihat inti dari masalah dengan lebih jelas dan gamblang, menyadari semua respon yang ada dalam dunia yang dirasakan terhadap masalah itu senidri secara lebih utuh, menghadapi masalah yang ada dengan perasaan yang lebih relaks, jernih dan lebih masuk akal, lalu dapat menemukan penyelesaikan yang memuaskan atas masalah yang sedang dibahas, dan mendapat keberanian untuk mengambil keputusan dan mewujudkan penyelesaian itu dalam tindakan-tindakan nyata setelah sesi konseling berakhir.

Aspek tatap muka diperlihatkan ketika konseli atau klien atau siswa memandang dan bertatapan dengan konselir dan terciptalah sebuah percakapan atau wawancara dengan konselor yang membahas mengenai permasalahan apa yang sedang dihadapi oleh konseli. Aspek yang lainnya, yakni komunikasi antar pribadi dan juga respon konselor yang bersifat menolong permasalahan yang diceritakan konseli/klien, merupakan suatu wujud nyata dan perwujudan dari dua aspek yang telah disebutkan di atas.

Dari pengertian di atas maka dapat peneliti simpulkan bahwa pengertian konseling itu sendiri merupakan suatu proses hubungan pemberian bantuan yang dilakukan dengan cara wawancara konseling antara konselor dan konseli yang dilakukan oleh seorang profesional (konselor) terhadap konseli yang sedang mengalami suatu masalah, dimana masalah tersebut dikhawatirkan dapat mengambat prestasi dan tumbuh kembang seorang konseli/klien/siswa yang memiliki masalah, untuk

nantinya ditemukan pemecahan-pemecahan masalah serta memandirikan konseli untuk nantinya dapat menjadi pribadi yang tidak bergantung terhadap konselor.

2.3.2 Fungsi konseling

Adapun fungsi konseling menurut Asmani (2010:60)

a. Fungsi Pemahaman adalah fungsi yang menunjukan adanya misi dalam bimbingna dan konseling untuk membuat siswa agar memahami dan menyadari dirinya sendiri secara utuh yang meliputi potensi, lingkungan, pendidikan, pekerjaan, serta norma agama. Dengan begitu siswa dituntut untuk mampu mengembangkan segala yang ada dalam dirinya secara optimal, dan juga mampu untuk adaptasi dengan lingkungan yang setiap saat dapat berubah-ubah.
b. Fungsi Preventif merupakan fungsi yang ada dalam bimbingan dan konseling yang berfungsi untuk mencegah atau mengantisiasi teradinya berbagai macam masalah yang memungkinkan untuk terjadi pada siswa dan agar bisa dicegah supaya tidak terjadi. Melalui fungsi ini konselor memberikan kegiatan bimbingan kepada siswa tentang cara untuk menghindarkan diri dari perbuatan yang dapat membahayakan dan merugikan dirinya sendiri.
c. Fungsi Pengembangan yaitu fungsi dari bimbingan dan konseling yang sifatnya lebih kepada pro-aktif dari fungsi - fungsi lainnya. Konselor senantiasa menciptakan lingkungan yang tenang (kondusif), yang mampu untuk memfasilitasi perkembangan peserta didik.

d. Fungsi Penyembuhan yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu peserta didik bersifat kuratif. Fungsi ini berkaitan dengan upaya dalam pemberian bantuan kepada siswa yang telah mengalami berbagai macam masalah, baik yang menyangkut aspek pribadi, sosial, belajar ataupun masalah karir.

e. Fungsi penyuluhan yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu peserta didik untuk dapat memilih kegiatan ekstrakulikuler dalam sekolah, jurusan atau program studi yang pas dengan dirinya, dan memantapkan karir atau jabatan sesuai dengan minat, bakat, keahlian dan ciri-ciri kepribadian lainnya yang dimiliki sehingga tidak terjadi kesalahan pada penempatan.

f. Fungsi Adaptasi yaitu fungsi yang terdapat pada bimbingan dan konseling untuk membantu para pelaksana pendidikan, kepala sekolah, staff, konselor dan juga guru untuk dapat menyesuaikan terhadap program pendidikan pada latar belakang pendidikan, minat, kemampuan dan kebutuhan oleh siswa.

g. Fungsi Penyesuaian yaitu fungsi bimbingan dan konseling dalam membantu siswa agar dapat menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan lingkungannya secara dinamis dan juga konstruktif.

h. Fungsi Perbaikan yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk dapat membantu siswa sehingga siswa mampu untuk memperbaiki kekeliruan baik dalam hal berfikir berperasaan maupun dalam hal bertindak. Konselor melakukan intervensi terhadap siswa supaya siswa memiliki

pola pikir yang baik, sehat, rasional dan juga memiliki perasaan yang tepat, sehingga dapat mengantarkan peserta didik kepada tindakan atau kehendak yang produktif juga normatif sesuai dengan kaidah yang ada.

i. Fungsi Fasilitator adalah fungsi bimbingan dan konseling dalam memberikan kemudahan bagi siswa dalam hal untuk mencapai perkembangan dan pertumbuhan yang optimal, serasi selaras dan seimbang pada seuruh aspek dalam kehidupan seorang siswa.

j. Fungsi Pemeliharaan yaitu fungsi bimbingan dan konseling untuk dapat membantu siswa supaya dapat menjaga diri sendiri dan mampu untuk bisa mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta didalam dirinya sendiri.

2.3.3 Pengertian kelompok

Shaw dalam Wibowo (2019:43) mendefinisikan kelompok sebagai kumpulan beberapa individu yang saling bergantung, dan saling berinteraksi satu sama lain secara langsung dan lebih menggambarkan unsur-unsur dasar konsep kelompok. Definisi kelompok dapat diartikan sebagai:

1) sejumlah orang yang berkumpul bersama untuk dapat mencapai tujuan bersama,

2) kumpulan orang-orang yang bergantung dalam beberapa hal,

3) kumpulan individu yang berinteraksi satu sama lain,

4) Suatu kesatuan sosial yang terdiri dari lebih dari satu orang yang menganggap diri mereka berada dalam lingkup satu kelompok,

5) Sekumpulan individu yang interaksinya tersusun oleh serangkaian peran dan norma-norma yang berlaku didalamnya,

6) Sekelompok orang yang saling mempengaruhi satu sama lain,

7) sekelompok orang yang mencoba untuk memuaskan beberapa kebutuhan pribadinya melalui kebersamaan mereka. Johnson & Johnson dalam Wibowo (2019:43).

Kelompok dapat terbentuk karena memiliki latar belakang ataupun tujuan yang sama. Menurut Wibowo (2019:42) kumpulan individu mampu untuk membentuk menjadi sebuah kelompok apabila:

1) Ada interaksi antar individu-individu didalamnya
2) Anggota dalam kelompok tersebut berusaha untuk mencapai beberapa tujuan yan telah ditentukan bersama.
3) Anggota didalamnya tidak ada unsur paksaan dari siapapun untuk ikut dalam kelompok, sehingga mereka suka rela membentuk kelompok karena dirasa memiliki tujuan dan keinginan yang sama secara ikhlas dan sadar.

2.3.4 Pengertian Konseling Kelompok

Kelompok merupakan sekumpulan dari sejumlah individu yang didalamnya terdapat aktivitas atau kegiatan yang mengarahkan anggota pada tujuan kelompok itu sendiri. Wibowo (2019: 56) mengemukakan konseling kelompok merupakan proses hubungan antara konselor dengan beberapa klien, yang berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari, guna untuk membantu klien dalam melakukan perubahan dengan

pehatian pada perkembangan dan penyesuaian diri dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan modifikasi perilaku, pengembangan keterampilan hubungan personal, nilai, sikap atau membuat keputusan karir.

Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan yang memiliki tujuan untuk membantu individu melalui proses interaksi yang dilakukan oleh konselor dan konseli yang bersifat pribadi, agar konseli dapat memahami akan dirinya sendiri dan lingkunganya, mampu untuk membuat keputusan dan mampu untuk menentukan tujuan berdasarkan nilai-nilai yang selama ini diyakininya sehingga konseli mampu untuk merasa bahagia dan efektif perilakunya, menurut Achmad Juntika dalam bimbingan dan konseling dalam berbagai latar belakang (2007:10).

Sedangkan menurut Winkel dalam buku bimbingan dan konseling di institusi pendidikan mengatakan bahwa konseling kelompok adalah sebuah layanan bimbingan dan konseling dengan bentuk khusus dari layanan konseling yaitu percakapan atau wawancara konseling antara konselor yang profesional dan beberapa orang sekaligus (sebagai anggota kelompok) yang tergabung dalam kelompok kecil. Konseling kelompok sebenarnya tidak terbatas hanya pada lingkungan pendidikan sekolah saja, melainkan di Indonesia sementara waktu ini, masih terikat pada pelayanan bimbingan di institusi pendidikan dan ini pun hanya terjadi pada jenjang pendidikan menengah dan perguruan tinggi saja.

Dari beberapa pengertian yang dikemukakan oleh para ahli maka dapat peneliti simpulkan bahwa konseling kelompok merupakan upaya

pemberian bantuan kepada para anggota kelompok yang mengikuti kegiatan konseling, dengan tujuan pengentasan masalah dan memandirikan para anggota kelompok sehingga jika suatu saat para anggota kelompok mengalami permasalahan yang sama atau hampir sama atau masalah yang lainya, mampu diselesaikan secara mandiri, bijaksana dan efektif.

Konseling kelompok diartikan sebagai kegiatan konseling yang mana didalam konseling tersebut memanfaatkan adanya dinamika kelompok untuk dapat mencapai tujuan yaitu ditemukanya solusi dari masalah yang dialami oleh anggota kelompok. Melalui terjadinya dinamika pada kelompok yang intensif atau terus menerus, serta pembahasan topik-topik tertentu, mampu untuk mendorong pengembangan perasaan individu, pikiran, persepsi, pandangan atau wawasan, dan sikap yang mampu untuk menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih baik dan lebih efektif.

2.3.5 Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok berperan penting dalam keberhasilan konseling kelompok, menurut Wibowo (2019:45) dinamika kelompok adalah pusat dari sebuah keberadaan manusia hal ini dikarena manusia merupakan bagian dari kelompok kecil itu sendiri. Dinamika kelompok mengacu pada kekuatan-kekuatan interaksi didalam kelompok saat mereka sedang berorganisasi dan beroperasi untuk mecapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Dinamika kelompok merupakan suatu konsep yang menggambarkan sebuah proses didalam kelompok yang selalu bergerak,

berkembang dan dapat menyesuaikan diri dengan keadaan yang selalu berubah-ubah setiap waktu.

Johnson & Johnson 2009 dalam Wibowo (2019:46) mengemukakan bahwa dinamika kelompok adalah suatu lingkup pengetahuan sosial yang lebih berkonsentrasi pada pengetahuan tentang hakikat kehidupan kelompok yang menunjukan sebuah kemajuan didalamya. Kehidupan dalam kelompok dijiwai oleh adanya dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok itu sendiri. Dinamika kelompok ini melibatkan adanya interaksi antar masing-masing anggota yang dibimbing oleh adanya pemimpin kelompok. Seperti yang dijelakan oleh Gibson (2011: 278) yang menyatakan bahwa dinamika kelompok mengacu kepada kekuatan-kekuatan sosial dan pengoperasian yang bermain di dalam kelompok di waktu tertentu.

Dinamika yang benar-benar hidup akan mampu untuk mengarahkan pada tercapainya tujuan konseling dan memberikan manfaat kepada masing-masing siswa atau konseli. Usaha dalam membangun sebuah dinamika pada kelompok tidak terlepas dari peranan masing-masing anggota dan pemimpin kelompok. Peran pemimpin kelompok dalam membangun sebuah dinamika kelompok yaitu pada awal kegiatan kelompok, pemimpin perlu untuk menyampaikan beberapa hal penting yaitu hal yang terkait dengan harapan bersama, peranan, cara, kesukarelaan, kerahasiaan, dan penghargaan yang akan dijalankan pada kegiatan selanjutnya dalam konseling kelompok.

2.3.6 Asas-asas konseling kelompok

Konseling kelompok dilakukan dalam lingkup kelompok dan diikuti oleh lebih dari satu orang dan terdapat asas-asas didalamnya yang harus dipatuhi oleh seluruh angggota kelompok dan asas yang paling utama dalam konseling kelompok adalah asas kerahasiaan, dimana setiap hal yang terucap oleh seluruh anggota kelompok akan menjadi rahasia kelompok dan tidak boleh untuk disebar luaskan diluar anggota kelompok tersebut.

Dalam melakukan kegiatan konseling kelompok tidak terlepas dari sejumlah asas yang harus ditaputhi oleh semua anggota kelompok. Berikut asas dalam konseling kelompok yang harus diperhatikan dan dipatuhi oleh para anggota menurut Winkel (2004:30).Asas-asas tersebut yaitu:

1) Asas Kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang akan dibahas dalam konseling kelompok merupakan masalah yang bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok harus bersedia menjaga rahasia semua pembicaraan maupun tindakan yang terjadi selama proses konseling kelompok berjalan.

2) Asas Kesukarelaan

Dalam konseling kelompok kehadiran para anggota kelompok harus bersifat sukarela penuh kesadaran dan tanpa adanya paksaan dari siapapun begitu juga dengan pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela tanpa paksaan.

3) Asas Keterbukaan

Keterbukaan dari semua anggota kelompok sangat diperlukan sekali untuk keberhasilan konseling, karena jika keterbukaan ini tidak muncul dalam proses konseling maka akan terdapat keragua-raguan atau kekhawatiran dari para anggota sehingga tidak terjadi adanya saling tukar pikiran dan diskusi didalamnya.

4) Asas Kegiatan

Hasil dari sebuah layanan konseling kelompok tidak akan berarti apabila peserta didik atau para anggota tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya mampu untuk menimbulkan suasana nyaman agar pesertadidik yang ikut dalam kegiatan bimbingan merasa nyaman dalam menyampaikan apa yang dikeluhkan dalam hal pribadi.

5) Asas Kenormatifan

Dalam kegatan konseling kelompok, para anggota harus bisa untuk menghargai setiap anggota kelompok lain ketika sedang berpendapat. Jika ada anggota kelompok yang sedang berpendapat maka setiap anggota kelompok lain harus memersilahkan dan mengargai dan tidak terjadi rebutan untuk berpendapat melainkan saling bergantian.

6) Asas Kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat *up to date* atau sekarang. Hal ini memiliki arti bahwa masalah yang dibahas adalah masalah yang terjadi pada saat ini dan bersifat mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang

membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah yang sudah dua tahun yang lalu ataupun masalah yang pernah dialami waktu kecil.

2.3.7 Tujuan konseling kelompok

Segala hal yang dilakukan oleh manusia tentu tidak lepas dari tujuan itu sendiri, begitupun pentingnya diadakan konseling kelompok tentu memiliki tujuan yang ingin dicapai. Tujuan dalam konseling kelompok itu sendiri yaitu untuk mengarahkan dinamika kelompok pada sebuha penyelesaian masalah yang efektif. Selain itu tujuan konseling kelompok juga untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi setiap individu atau anggota kelompok yang ada didalamnya, khususnya pada kemampuan berkomunikasi antar anggota kelompok, serta yang utama adalah terpecahkannya masalah-masalah yang dialami oleh para anggota kelompok.

Tujuan konseling kelompok menurut Wibowo (2019:139) adalah untuk memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggota didalmanya secara individu yang menjadi bagian dari kelompok tersebut. Setiap anggota tentu memiliki kebutuhan dan pengalaman hidup yang berbeda-beda, dengan begitu setiap anggota mampu untuk saling berbagai dan menerima serta menghargai dalam konseling kelompok.

Menurut latipun (2010:118) Layanan pada konseling kelompok dibedakan menjadi dua tujuan, yaitu satu tujuan teoritis dua tujuan operasional. Tujuan teoritis berkaitan dengan tujuan yang secara umum dilalui dengan proses konseling, yaitu untuk mengembangkan pribadi,

pemecahan dan pembahasan mengenai masalah pribadi yang dialami oleh setiap anggota kelompok agar masalah yang dialami tersebut segera terselesaikan dengan cepat dan efektif melalui bantuan anggota kelompok yang lainnya, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan apa yang diharapkan siswa dan masalah yang sedang dihadapi siswa.

Kemudian Corey dalam Wibowo (2019:141) menyatakan bahwa idealnya anggota kelompok akan menentukan tujuan spesifik dari pengalaman kelompok itu sendiri. Tujuan yang ingin dicapai oleh anggota kelompok melalui layanan konseling kelompok. Berikut bebrapa tujuan yang mungin dicapai oleh anggota kelompok iu sendiri sebagai berikut :

1) Untuk meningkatkan pemahaman konseli tentang dirinya dengan lebih baik, menemukan dan menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya,

2) Konseli mengenali kesamaan kebutuhan dan masalah sehingga anggota dapat saling terhubung untuk memberikan bantuan

3) Untuk membantu konseli bagaimana cara membangun hubungan yang bermakna dan mendalam

4) Untuk membantu anggota menemukan sumber dalam keluarga besar, dan komunitas sebagai cara menangani masalah mereka

5) Konseli memiliki peningkatan dalam penerimaan diri, kepercayaan diri, kepedulian diri, dan untuk memperoleh pandangan baru dari diri sendiri dan oranglain

6) Untuk berlatih bagaimana mengekspresikan perasaan/emosi dengan cara yang sehat

7) Untuk mengembangkan perhatian dan kasih sayang untuk kebutuhan dan perasaan orang lain

8) Untuk menemukan cara alternatif dalam menangani masalah perkembangan dan menyelesaikan konflik-konflik tertentu

9) Untuk meningkatkan pengerahan diri konseli,interdependensi dan tanggungjawab terhadap diri sendiri dan orang lain

10) Untuk menyadarkan konseli akan suatu pilihan dan membuat pilihan secara bijak

11) Membantu konseli dalam membuat rencana terukur untuk mengubah kebiasaan tertentu

12) Untuk melatih keterampilan sosial yang efektif

13) Untuk melatih bagaimana menghadapi oranglain dengan perhatian kepedulian, kejujuran, dan keterusterangan

14) Untuk memperjelas nilai seseorang dan memutuskan apa dan bagaimana cara mengubahnya.

Berdasarkan kutipan diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan untuk dapat melatih kemampuan berkomunikasi pada siswa, rasa tenggang rasa, rasa simpati, serta terentaskannya masalah yang sedang dialami oleh setiap anggota kelompok. Pentingnya tujuan dalam konseling kelompok yaitu untuk mengarahkan dinamika kelompok kepada penyelesaian masalah yang

efektif. Selain itu juga untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi antar individu, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok, serta yang utama adalah terpecahkannya masalah yang sedang dialami oleh anggota kelompok.

2.3.8 Pemimpin Kelompok

Dalam konseling kelompok terdapat anggota kelompok dan pemipin kelompok. Pemimpin kelompok disini adalah konselor yang profesional dan memiliki tanda pengenal oragnisasi profesi, penggunaan kode etik, dan standar etik, serta telah mendapat pengakuan dari badan akreditasi yang mengatur pelatihan, sertifikat serta izin praktek. Gale & Austin dalam Wibowo (2019:406).

Konselor sebagai pemimpin kelompok merupakan salah satu komponen penting dalam berjalanya konseling kelompok. Pemimpin kelompok memiliki pengaruh yang sangat kuat dalam menentukan berjalanya kosneling kelompok yang efektif dan efisien. Pemimpin kelompok harus mampu untuk mengarahkan perilaku anggota kelompok sesuai dengan kebutuhan dan juga harus mampu untuk cepat tanggap terhadap segala perubahan yang terjadi dalam kelompoknya sebagai akibat dari perkembangan kegiatan kelompok itu Wibowo (2019: 408).

Menurut Gibson (2011: 290) pemimpin kelompok yang efektif secara umum yaitu :

1) Pemimpin mampu unutk tetap menjaga dirinya agar tetap berkata dan bersikap jujur, mampu untuk terbuka dan bersikap etis setiap saat selama proses konseling berjalan.

2) Pemimpin mampu untuk memiliki jwa yang terbuka dan menerima segala masukan dari semua anggota kelompok bahkan opini anggota yang tidak disetujuinya untuk dicerna dan diambil sisi baiknya.

3) Tujuan utama bagi seorang pemimpin di sepanjang waktu adalah mengawasi dan memperhatikan pertumbuhan pribadi dan kesejahteraan bagi semua anggota kelompok.,

4) Pemimpin mampu meenggambarkan nilai dan perilaku yang bisa meningkatkan kualitas hidup setiap anggota kelompoknya.

Dengan demikian dapat peneliti simpulkan bahwa pemimpin kelompok yang efektif akan menunjang keberhasilan pemimpin dalam menjalankan perannya disetiap tahap-tahap pelaksanaan konseling kelompok. Yaitu membantu anggota kelompok untuk selalu berkembang dan mencapai tujuan konseling yang ingin dicapai melalui dinamika kelompok yang diciptakan didalamnya.

2.3.9 Tahapan Konseling Kelompok

Dalam melaksanakan kegitaan konseling kelompok pasti akan melalui sebuah proses atau yang biasa disebut dengan tahapan konseling. Karena pada dasarnya konseling merupakan sebuah proses yang memiliki tujuan mulia yaitu membantu klien agar mampu untuk mengembangkan

segala potensi yang dalam diri serta membantu untuk mengentaskan masalah dengan memandirikan.

Dalam konseling kelompok terdapat enam tahap yang harus dilewati untuk dapat mencapai tujuan keberhasilan konseling kelompok yang efektif dan efisien Wibowo (2019:282) keenam tahap tersebut adalah:

1. Tahap sebelum memasuki kelompok

   Pada konseling kelompok tahap ini, hal yang harus dilakukan oleh pemimpin kelompok atau konselor adalah menyaring anggota kelompok atau mencari anggota kelompok yang memiliki pengalaman kelompok sebelumnya, dan sebelum memutuskan untuk bergabung pada pada kelompok konseling ini mereka bertemu satu sama lain dan memiliki kesempatan untuk saling berkenalan satu sama lain dan pada akhrinya mereka membuat keputusan untuk mau berpartisipasi atau tidak.

2. Tahap permulaan *(beginning stage)*

   Dalam tahap ini konselor sebagai pemimpin kelompok menjelaskan secara eksplisit kepada para anggota kelompok tentang adanya layanan konseling kelompok, konselor memberi tahu anggota kelompok tentang tujuan, sasaran, teknik, prosedur, batasan, resiko, potensial, dan manfaat layanan dan juga informasi terkait lainya. Pada tahap ini terdapat adanya pengenalan, dan pelibatan diri atau tahap pemasukan diri ke dalam kehidupan suatu kelompok, tahap utnuk menentukan setiap agenda, tahap menentukan norma yang disetujui

dalam kelompok dan tahap untuk penggalian sebuah ide dan juga perasaan. Pada tahap ini umumnya setiap anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan apa tujuan atau harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing anggota, sebagian, maupun seluruh anggota dalam konseling kelompok. Pada tahap ini konselor hendaknya aktif mengarahkan apa yang seharusnya dilakukan oleh anggota kelompok, yaitu konselor perlu memandu dan perkenalan, pelibatan diri, agenda, norma kelompok, penggalian setiap ide dan juga perasaan.

3. Tahap transisi *(trasnsition stage)*

Pada tahap transisi erat kaitanya dengan maslah kegelisahan muncul, kekuatan, serta kepercayaan antara anggota kelompok yang merupakan masalah berkaitan dengan interaksi verbal. Tahap transisi juga dikatakan sebagai masa badai yang mana anggota mulai bersaing dengan anggota lainnya dalam kelompok untuk mendapatkan tempat didalam kelompok itu sendiri. Di masa ini akan muncul perasaan kecemasan, pertentangan, pertahanan, ketegangan, konflik, konfrontasi, dan tranferensi. Pada masa transisi ini konselor perlu untuk melihat perasaan para anggota ketika sebuah kelompok menjadi resisten. Tugas konselor adalah membantu para anggota untuk mengenali dan mengatasi halangan, kegelisahan, keengganan, sikap mempertahankan diri, dan ketidaksabaran yang timbul.

4. Tahap kerja *(working stage)*

Pada tahap ini hubungan antar anggota dalam kelompok sudah mulai terjadi kemajuan, dimana dalam tahap ini sudah mulai terjalin rasa saling percaya antar anggota kelompok, rasa empati, saling mengikuti dan berkembang lebih dekat secara emosional dan kelompok tersebut akan menjadi kelompok yang kohesif. Kelompok kohesif merupakan rasa kebersamaan atau komunitas dalam suatu kelompok didalamya. Kelompok kohesif itu sendiri merupakan modal dasar sebagia kekuatan untuk menahan kelompok bersaman-sama karena mulai menangani isu-isu yang semakin menegangkan.

5. Tahap pengakhiran *(termination stage)*

Pada tahap pengakhiran hal yang paling penting adalah merefleksikan pengalaman, memproses kenangan, mengevaluasi apa yang telah dipelajari, menyatakan perasaan bertentangan, dan membuat keputusan kognitif. Selama pada tahap ini anggota kelompok saling berbagi apa yang telah mereka pelajari, bagaimana merekah telah mampu berubah, dan bagaimana mereka berencana untuk menggunakan apa yang telah didapat pada sesi konseling kedepanya atau diluar kelompok. Pada tahap ini para anggota juga mengucapkan selamat tinggal dan mengakhiri sesi konseling.

6. Evaluasi kerja konseling kelompok

Corey dalam Wibowo (2019:358) mengatakan sesi terjahir pada tahapan konseling kelompok bukan berarti pekerjaan dari pemimpin

kelompok selesai karena ada pertimbangan penting setelah pemutusan hubungan kerja. Terdapat dua masalah secara dinamis terkait dengan keberhasilan penyelasaian pengembangan kelompok yaitu evaluasi dan tindak lanjut. Evaluasi adalah aspek dasar dari pengalaman kelompok dan itu dapat menguntungkan baik anggota kelompok maupun pemimpin kelompok sebuah praktek membutuhkan penilain yang realistis dan pembelajaran yang telah terjadi sehinggga kedepanya akan menjadi lebih baik dari sebelumnya.

2.4 Teknik Diskusi Kelompok

2.4.1 Pengertian Diskusi Kelompok

Pengertian teknik sendiri merupakan cara tertentu yang dipilih dan digunakan oleh konselor dalam menunjang maksimalnya hasil darin proses konseling yang mana konseling itu sendiri memiliki tujuan untuk membantu konseli, supaya mampu berkembang secara maksimal serta menemukan atau paham akan potensi yang ada dalam dirinya, serta mampu untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan cara mempertimbangkan kondisi dari lingkungannya yakni nilai-nilai sosial, budaya dan agama.

Menurut Romlah (2001: 87) Diskusi kelompok adalah wawancara atau percakapan yang sebelumnya telah direncanakan dan terdiri dari tiga orang atau lebih dengan memiliki tujuan untuk dapat memecahkan masalah atau untuk memperjelas suatu persoalan, dan terdapat seorang ketua kelompok didalamnya yang mengatur berjalanya diskusi kelompok. Dalam melaksanakan konseling kelompok, diskusi kelompok tidak hanya

digunakan untuk memecahkan masalah, tetapi juga digunakan untuk memecahkan persoalan, serta untuk mengembangkan pribadi untuk menjadi pribadi yang lebih baikd an juga mandiri.

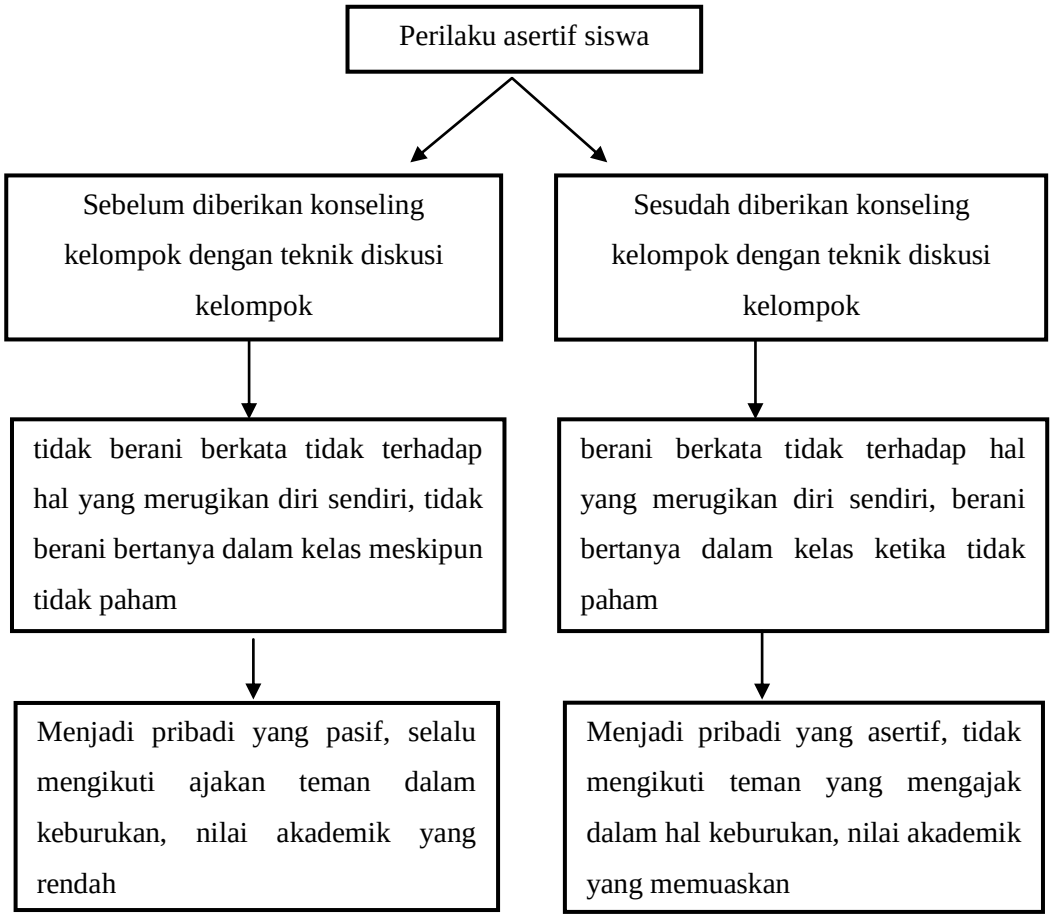
Sudjana (2001:99) mengatakan bahwa diskusi kelompok merupakan pembicaraan yang dilakukaan melalui adanya tatap muka yang sebelumnya sudah direncanakan antara dua orang peserta didik atau lebih tentang topik atau pokok bahasan tertentu dan dilakukan dibawah pimpinan seseorang pemimpin kelompok.

Tohirin (2007: 291) Mengemukakan bahwa diskusi merupakan proses terjadinya interaksi dan saling bertukar pendapat yang dilakukan oleh dua orang atau lebih untuk membahas suatu masalah tertentu. Diskusi kelompok adalah sebuah cara dimana para siswa dapat memperoleh kesempatan untuk bisa memecahkan masalah secara bersama-sama dengan anggota kelompok lain.

Dari pengertian dari beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa teknik diskusi kelompok merupakan salah satu dari beberapa teknik atau strategi yang ada dalam kegiatan konseling yang bertujuan untuk mempermudah proses konseling supaya dapat berjalan secara efektif dan efisien. Dalam teknik diskusi kelompok terdapat beberapa anggota dan seorang pemimpin kelompok atau konselor, dan terjadi proses saling interaksi dan saling bertukar pikiran atau pengalaman yang mereka miliki masing-masing untuk dapat memecahkan suatu pokok permasalahan atau topik yang sedang didiskusikan ataupun dibahas dalam konseling.

2.5 Kerangka Berpikir

Menurut Sugiyono (2013:60) kerangka berpikir adalah sintesa mengenai hubungan diantara variabel yang telah disusun dari berbagai teori yang sudah dideskripsikan sebelumnya. Kerangka berpikir pada penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa karena konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat membantu siswa yang perilaku asertifnya rendah untuk bisa meningkatkan perilaku asertif hingga tingkat perilaku asertifinya tinggi. Berikut akan digambarkan alu kerangka berpikir dari penelitian ini.



Bagan 2.1 Kerangka Berpikir.

2.6 Hipotesis

Hipotesis adalah sebuah jawaban yang masih bersifat sangat sementara terhadap rumusan masalah atau sub masalah yang diusung oleh peneliti dalam penelitianya dan dijabarkan melalui landasan teori dan masih harus diadakanya uji kebenaran melalui berbagai macam data yang telah terkumpul. Dan didasarkan juga pada kerangka berpikir, maka diajukan hipotesis oleh peneliti sebagai berikut:

Ha : terdapat perbedaan perilaku asertif pada siswa setelah diberikan treatment berupa konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok.

BAB 5
PENUTUP

5.1 Simpulan

Simpulan yang dapat diambil dari penelitian yang berjudul keefektifan konseling kelompok teknik diskusi kelompok terhadap peningkatan perilaku asertif siswa kelas xi sma negeri 1 pecangaan yaitu sebagai berikut :

5.1.1 Sebelum mendapatkan perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok ketujuh konseli memiliki tingkat perilaku asertif rata-rata rendah.

5.1.2 Terdapat peningkatan perilaku asertif pada tujuh konseli setelah mendapatkan perlakuan atau *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok.

5.1.3 Konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok terbukti efektif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa, hal ini dibuktikan dengan hasil uji wilcoxon yang menunjukkan bahwa Thitung ≤ Ttabel dengan membandingkan jenjang terkecil dari hasil *pre-test* dan *post-test* dan hasil dari Zhitung> Ztabel.

5.2 Saran

5.2.1 Saran untuk Guru BK

Diharapkan Guru BK dapat lebih rajin dalam memberikan layanan, baik klasikal, kelompok, maupun individu. Dan diharapkan guru BK mampu mengembangkan ketrampilan layanan yang merupakan bagian dari kompetensi profesional sebagai dasar untuk

melaksanakan konseling kelompok dengan menggunakan beberapa teknik yang disesuaikan dengan sasaran layanan yaitu siswa. Sehingga tercapailah tujuan konseling yang efektif dan efisien.

5.2.2 Saran untuk Kepala Sekolah

Diharapkan untuk lebih memperhatikan tugas BK dan jam BK, supaya guru BK mampu untuk fokus terhadap ke optimalan fungsi belajar siswa, dan guru bk mampu untuk memberikan konseling kelompok dengan teknik diskusi kelompok secara rutin untuk dapat mengembangkan siswa lebih asertif dan lebih berani dalam mengutarakan hak-haknya didepan umum, yang dapat berdampak pada prestasi siswa dalam kelas.

5.2.3 Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya,dapat meneliti variabel yang sama yaitu perilaku asertif siswa dengan lebih luas tidak hanya dalam lingkup sekolah melainkan dalam lingkup bermasyarakat dan menggunakan teknik atau metode yang lebih tepat serta sesuai dengan kebutuhan siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Aidha, Nindia Harnes Prima dan Titin Indah Pratiwi. (2013). Jurnal BK UNESA. Volume 03 Nomor 01 Tahun 2013, 216- 224 : Penerapan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii D Smp Negeri 1 Ngariboyo. Surabaya.

Allahyari, Bahman, Hossein Jenaabadi. (2015). The Role of Assertiveness and Self-Assertion in Female High School Students` Emotional Self-Regulation. *Creative Education*, 6, 1616-1622.

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian SuatuPendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.

Asmani, Jamal Ma'ruf. Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling di Sekolah, Yogjakarta: Diva Press, 2010.

Corey, Gerald. (2012). Theory and Pratic of Group Counseling (Eight Edition). USA: Nelson Education.

Elistina, Kiki. 2014. Konseling Kelompok Terhadap Siswa Dalam Mengatasi Kesulitan Belajar di SMP Negeri 3 Depok. Yogyakarta. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Fahmi, Nasrina Nur Dan Slamet. (2016). Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Smk Negeri 1 Depok Sleman. Jurnal Hisbah

Fiah, Rifda El. Ice Anggralisa. (2016). Jurnal Bimbingan dan Konseling, 03 (1) : 47-62 : Efektifitas Layanan Konseling kelompok dengan pendekatan realita untuk mengatasi kesulitan komunikasi interpersonal peserta didik kelas MAN Krui Lampung Barat T.P 2015/2016.

Gibson, R. L., & Mitchel, M. H. (2011). *Bimbingan dan Konseling* (edisi ketujuh). Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Gunarsa, Singgih D. 2007. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.

Hasanah, Ana Mar Atul, Suharso, Sinta Saraswati. (2014) Pengaruh Perilaku Teman Sebaya terhadap Asertivitas Siswa. *Indonesian Journal of Guiding Counseling*, 3, 39-46.

Jamir, T., & Devi, N. (2014). International Journal in Management and Social Science, 2(12), 477-489 : *The relationship between bullying victimization, self esteem and depression among school going adolescents.* Diunduh dari http://www.ijmr.net.in

Juntika, Nurihsan Ahmad. 2007. *Bimbingan Dan Konseling Dalam Berbagai Latar Belakang*. Bandung: Refika AditamaJurnal dakwah dakwah & komunikasi.Vol.6No.1 pp.ISSN: 1978-1261

Latipun, *Psikologi Konseling*, Malang: UMM Press, 2010.

Lianasari, dewi dkk. (2018). *Indonesian Journal of Educational Counseling* : efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik brainstorming untuk meningkatkan kemampuan perilaku asertif siswa.

Marliani, Rosleny. 2016. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja.* Bandung: CV Pustaka Setia.

Moon, Jennifer. (2009). *Achieving Success through Academic Assertiveness Real Life Strategies for Today's Higher Education Students*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.

Novalia tri Dayakisni, (2013). Jurnal ilmiah psikologi terapan, Vol. 01 No.01 : Perilaku Asertif Dan Kecenderungan Menjadi Korban Bullying. *Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

Nurihsan, Achmad Juntika. 2007. Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar belakang. Bandung: Refika Aditama.

Nursalim, Mochamad. (2013). Strategi Intervensi dan Konseling. Jakarta: Akademia Permata.

Prayitno, Seri Layanan Konseling Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok, Padang, Jurusan Bimbingan dan konseling fakultas ilmu dan pendidikan universitas negeri padang. 2004, h.1

Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta : Ghalia Indonesia.

Putri, Avinatara Nabila dan Moch Nursalim. 2016. Jurnal mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA : Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Sidoarjo. Surabaya.

Rahman, Hibana S. 2003. *Bimbingan dan Konseling pola 17*. Yogyakarta : UCY press.

Rahmawati S. 2017. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Konsep Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP N 19 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017 [skripsi]. Bandar Lampung (ID): UIN Raden Intan Lampung.

Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Penerbit Universitas Negeri Malang.

Sriyanto dkk. (2014). Perilaku asertif dan kecenderungan kenakalan remaja berdasarkan pola asuh dan peran media sosial. jurnal psikologi.

Sudjana. 2001. *Metode dan Teknik Pembelajaran Partisipatif. Bandung* : Falah produktion.

Sugiyo. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES Press.

Suharsimi Arikunto.2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*: Jakarta: Rikena Cipta.

Thalib, Syamsul Bachri. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: KENCANA PRENADA MEDIA GROUP. Dalam https://books.google.co.id/books?id=gHADwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false di unduh pada 16/April/2018 pukul 09.43 WIB.

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling disekolah Madrasah.* Pekan Baru : PT Raja Grafindo.

Warrington, Savannah. (2015). An Evaluation of Behavioral Skills Training to Teach Assertiveness Skills to College Students. *Ellectronoc Theses*. Paper 223.

Wibowo, M. E. (2019). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : UNNES Press.

Widoyoko, E. P., (2017). Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian. Jogjakarta. Pustaka Pelajar

Willis. S. S. (2010). *Konseling Individual: Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.

Winkel& Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Intitusi Pendidikan*Yogyakarta: Media Abadi.

Winkel, W. S., & Hastuti, S. 2004. *Bimbingan Dan Konseling Di Institus*.

Winkel. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. 2004. Gramedia Widia Sarana Indonesia.

Zakiyah Siti , Desi N. (2017). pengaruh persepsi mahasiswa tentang cara mengajar dosen terhadap perilaku asertif mahasiswa psikologi di Universitas Negeri Surabaya. Jurnal Psikologi Pendidikan. Vol.4.No.3. surabaya.