BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Dasar Tentang Konseling Behavioral

1. Pengertian Konseling Behavioral

Behaviorisme adalah aliran dalam psikologi yang didirikan oleh John B. Wathson pada tahun 1913 dan digerakkan oleh Burrhus Frederic Skinner. Behaviorisme lahir sebagai reaksi atas psikoanalisis yang berbicara tentang alam bawah yang tidak tampak. Behaviorisme ingin menganalisis bahwa perilaku yang tampak saja yang dapat diukur, dilukiskan, dan diramalkan. Terapi perilaku ini lebih mengkonsentrasikan pada modifikasi tindakan, dan berfokus pada perilaku saat ini daripada masa lampau. Belakangan kaum behavioris lebih dikenal dengan teori belajar, karena menurut mereka, seluruh perilaku manusia adalah hasil belajar. Belajar artinya perubahan perilaku organisme sebagai pengaruh lingkungan.

Dilihat dari sejarahnya, konseling behavior tidap dapat dipisahkan dengan riset-riset perilaku pada binatang, sebgaimana yang dilakukan Ivan Pavlov dengan teorinya classical conditiononing. Kemudian Skinner juga mengembangkan teori belajar operan, kepedulian utama dari Skinner adalah mengenai perubahan tingkah laku. Jadi hakikat teori Skinner adalah teori belajar, bagaimana individu memiliki tingkah laku baru, menjadi lebih terampil, menjadi lebih tahu.[1]

[1] Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang : UMM Press, 2009), hal. 322.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Konseling behavioral menaruh perhatian pada upaya perubahan tingkah laku.[2] Konseling behavioral merupakan suatu proses membantu orang untuk belajar memecahkan masalah interpersonal, emosional, dan keputusan tertentu.[3] Terapi tingkah laku adalah penerapan aneka ragam tekhnik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar.[4]

Secara umum terapi tingkah laku adalah pendekatan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berlandaskan pada berbagai teori tentang belajar dalam usaha melakukan pengubahan tingkah laku. Dalam penyelesaian masalah, kondisi masalah harus dispesifikkan. Saat ini, bentuk pendekatan ini banyak digunakan karena penekanannya pada perubahan tingkah laku, dimana tingkah laku tersebut bias didefinisikan secra operasional, diamati dan diukur.

2. Pandangan Tentang Sifat Manusia

Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. 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 prosedur-prosedur pada data yang dapat diamati.

Pendekatan behavioristik tidak menguraikan asumsi-asumsi filosofis tertentu tentang manusia secara langsung. Setiap orang dipandang

---

[2]Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang : UMM Press, 2008), hal. 128.

[3]Mohammad Surya, *Teori Teori Konseling* (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 23.

[4]Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 193.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memiliki kecenderungan-kecenderungan positif dan negatif yang sama. Manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Segenap tingkah laku manusia itu dipelajari. Meskipun berkeyakinan bahwa segenap tingkah laku pada dasarnya merupakan hasil dari kekuatan-kekuatan lingkungan dan faktor-faktor genetilk, para behavioris memasukkan pembuatan putusan sebagai salah satu bentuk tingkah laku.[5]

Pandangan behavioristik radikal memandang manusia pasif, mekanistik, dan deterministic. Manusia merupakan "objek" yang dapat diubah menurut keinginan orang yang ingin mengubahnya. Pandangan inilah yang mendapat kritikan dari beberapa ahli. John Watson, pendiri behaviorisme adalah seorang behavioris radikal yang pernah menyatakan bahwa ia bisa mengambil sejumlah bayi yang sehat dan menjadikan bayi-bayi itu apa saja yang diinginkannya, dokter, ahli hokum, seniman, perampok, pencopet melalui bentuk lingkungan.Sedangakan menurut Bandura menolak keras pandangan yang menyatakan bahwa manusia bersifat mekanistik dan deterministic, karena menurutnya manusia adalah pribadi yang memiliki kebebasan dalam menghadapi stimulus dari lingkungan dan bukanlah subjek yang pasif.

Dustin & George mengemukakan pandangan mereka tentang konsep manusia sebagai berikut:

[5] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009) hal. 195

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Manusia bukanlah individu yang baik atau jahat sehingga memiliki kemampuan untuk berprilaku baik atau jahat.
b. Manusia dapat mengonseptualisasikan dan mengontrol perilakunya sendiri.
c. Manusia dapat memperoleh perilaku yang baru.
d. Perilaku manusia dapat mempengaruhi atau dipengaruhi oleh perilaku orang lain.[6]

3. Ciri-ciri dan Tujuan Terapi Behavior

Terapi tingkah laku berbeda dengan sebagian besar pendekatan terapi lainnya, ditandai oleh:

a. Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik.
b. Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatment.
c. Perumusan prosedur treatment yang spesifik yang sesusai dengan masalah dan,
d. Penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi.

Terapi tingkah laku tidak berlandaskan sekumpulan konsep yang sistematik, juga tidak berakar pada suatu teori yang dikembangkan dengan baik. Sekalipun memiliki banyak teknik, terapi tingkah laku hanya memiliki sedikit konsep. Terapi ini merupakan suatu pendekatan induktif yang berlandaskan eksperimen-eksperimen dan menerapkan metode eksperimental dan proses terapeutik.[7]

---

[6] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta: KENCANA, 2011), hal :168-169

[7] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009) , hal. 196

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

George dan Cristiani mengatakan bahwa konselor harus cermat dan jelas dalam menentukan tujuan konseling. Kecermatan dalam penentuan tujuan akan membantu konselor menentukan teknik dan prosedur perlakuan yang tepat sekaligus mempermudah pada saat mengevaluasi tingkat keberhasilan konseling.hal yang patut diperhatikan adalah perumusan tujuan harus dilakukan secra spesifik. Untuk merumuskan tujuan konseling, Krumboltz dan Thorensen menetapkan tiga kriteria utama yang dapat digunakan, yaitu:

a. Tujuan konseling harus disesuaikan dengan keinginan klien.
b. Konselor harus bersedia membantu klien mencapai tujuannya.
c. Konselor mampu memperkirakan sejauh mana klien dapat mencapai tujuannya.[8]

Secara umum, tujuan dari terapi behavioristik adalah menciptakan suatu kondisi baru yang lebih baik melalui proses belajar sehingga perilaku simtomatik dapat dihilangkan. Sementara itu tujuan terapi behavioristic secara khusus adalah mengubah tingkah laku adaptif dengan cara memperkuat tingkah laku yang diharapkan dan meniadakan perilaku yang tidak diharapkan serta berusaha menemukan cara-cara bertingkah laku yang tepat.[9]

[8] Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang : UMM Press, 2008), hal. 130

[9] Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-dasar Konseling*, (Jakarta: KENCANA, 2011), hal: 171.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Teknik-teknik dalam Konseling Behavior

Salah satu sumbangan terapi tingkah laku adalah pengembangan prosedur-prosedur terapeutik yang spesifik yang memiliki kemungkinan untuk diperbaiki melalui metode ilmiah. Teknik-teknik tingkah laku harus menunjukkan keefektifannya melalui alat-alat yang objektif dan ada usaha ynag konstan untuk memperbaikinya. Krumboltz dan Thorensen menyatakan bahwa "konseling tingkah laku adalah suatu sistem yang mengoreksi dirinya sendiri". Dia juga menyatakan mengutip dari Huber & Millman, mendorong eksperimen tentang prosedur terpeutik: "tidak ada pembatasan-pembatasan atas teknik-teknik yang bias dicoba oleh para konselor kecuali, tentunya pembatas etis. Eksperimentasi adalah bagian yang esensial dari tugas konselor".[10]

Dalam terapi tingkah laku, teknik-teknik spesifik yang beragam bias digunakan secara sistematis dan hasilnya bisa dievaluasi. Teknik-teknik ini bisa digunakan jika saatnya tepat untuk menggunakannya, dan banyak diantaranya yang bias dimasukkan kedalam praktek psikoterapi yang berlandaskan model-model lain. Lesmana membagi teknik terapi behavioristic dalam dua bagian, yaitu teknik-teknik tingkah laku umum dan teknik-teknik spesifik. Urainnya adalah sebagai berikut:

a. Teknik tingkah laku umum

1) Skedul penguatan adalah suatu teknik pemberian penguatan pada klien ketika tingkah baru selesai dipelajari dimunculkan oleh klien.

[10] Syamsu Yusuf & A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung:PT. Remaja Rosdakarya, 2012), hal.12

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penguatan harus dilakukan secara terus-menerus sampai tingkah laku tersebut terbentuk dalam diri klien.

2) Shaping adalah teknik terapi yang dilakukan dengan mempelajari tingkah laku baru secara bertahap. Konselor dapat membagi-bagi tingkah laku yang ingin dicapai dalam beberapa unit, kemudian mempelajarinya dalam unit-unit kecil.

3) Ekstingsi adalah teknik terapi berupa penghapusan penguatan agar tingkah laku meladaptif tidak berulang. Ini didasarkan pada pandangan bahwa individu tidak akan bersedia melakukan sesuatu apabila tidak mendapatkan keuntungan.[11]

b. Teknik-teknik spesifik

1) Desensitisasi sistematik

Desensitisasi sistematik adalah teknik yang paling sering digunakan. Teknik ini diarahkan kepada klien untuk menampilkan respon yang tidak konsisten dengan kecemasan. Desensitisasi sistematik melibatkan teknik relaksasi dimana klien diminta untuk menggambarkan situasi yang paling menimbulkan kecemasan sampai titik dimana klien tidak merasa cemas.

Desentisisasi sistematik adalah salah satu teknik yang paling luas digunakan dalam terapi tingkah laku. Wolpe pengembang teknik desensitisasi, mengajukan argument bahwa segenap tingkah laku neurotik adalah ungkapan dari kecemasan dan

[11] Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang : UMM Press, 2008), hal. 136

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bahwa respon kecemasan bisa dihapus oleh penemuan respon-respon yang secara inheren berlawanan dengan respon tersebut.[12]

Dalam teknik ini, Wolpe telah mengembangkan suatu respon, yakni relaksasi, yang secara fisiologis bertentangan dengan kecemasan yang secara sistematis diasosiasikan dengan aspek-aspek dari situasi yang mengancam. Dan juga Wolpe menyimpulkan ada tiga penyebab teknik desensitisasi sistematik mengalami kegagalan, yaitu:

a) Klien mengalami kesulitan dalam relaksasi yang disebabkan karena komunikasi konselor dank klien yang tidak efektif atau karena hambatan ekstrem yang dialami klien.
b) Tingkatan yang menyesatkan atau tidak relevan, hal ini kemungkinan disebabkan karena penanganan tingkatan yang keliru.
c) Klien tidak mampu membanyangkan.

Desensitiasi sistematik adalah teknik yang cocok untuk menangani fobia-fobia, tetapi keliru apabila menganggap teknik ini hanya bisa diterapkan pada penanganan ketakutan-ketakutan.

[12] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 198.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Latihan Asertif

Pendekatan behavioral yang dengan cepat mencapai popularitas 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. Latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang:

a) Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung.
b) Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.
c) Memiliki kesulitan untuk mengatakan "tidak".
d) Mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya.
e) Merasa tidak punyak hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.[13]

3) Terapi Aversi

Teknik-teknik pengondisian aversi, yang telah digunakan secara luas untuk meredakan gangguan-gangguan behavioral yang spesifik, melibatkan pengasosiasisan tingkah laku simtomatik dengan suatu stimulus yang menyakitkan sampai tingkah laku yang tidak diinginkan terhambat kemunculannya.

[13] Singgih gunarsa, *konseling dan psikoterapi*, (Jakarta : gunung mulia, 2007), hal.220

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Stimulus-stimulus aversi biasanya berupa hukuman dengan kejutan listrik atau pemberian ramuan yang membuat mual. Kendali aversi bisa melibatkan penarikan pemerkuat positif atau penggunaan berbagai bentuk hukuman.

Teknik aversi adalah metode-metode yang paling kontroversial yang dimiliki oleh para behavioris meskipun digunakan secara luas sebagai metode-metode untuk membawa orang-orang kepada tingkah laku yang diinginkan.[14]

4) Pengondisian operan

Tingkah laku operan adalah tingkah laku yang memancar yang menjadi ciri organisme aktif. Ia adalah tingkah laku beroperasi dilingkungan untuk menghasilkan akibat-akibat. Tingkah laku operan merupakan tingkah laku yang paling berarti dalam kehidupan sehari-hari, yang mencakup membaca, berbicara, berpakaian, makan dengan alat-alat makan, bermain, dan sebagainya.

5) Penguatan Positif

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara yang ampuh untuk mengubah tingkah laku. Penguatan positif adalah teknik yang digunakan melalui pemberian ganjaran segera setelah tingkah

[14] Mohammad Surya, *Teori Teori Konseling* (Bandung : Pustaka Bani Quraisy, 2003), hal. 27.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

laku yang diharapkan muncul. Contoh penguatan positif adalah senyuman, persetujuan, pujian, bintang emas, mendali , uang, dan hadiah lainnya. Pemberian penguatan positif dilakukan agar klien dapat mempertahankan tingkah laku baru yang telah terbentuk.[15]

6) Pencontohan

Dalam pencontohan, individu mengamati seorang model dan kemudian diperkuat untuk mencontoh tingkah laku sang model. Bandura menyatakan bahwa belajar yang bisa diperoleh melalui pengalaman langsung bisa pula diperoleh secara tidak langsung dengan mengamati tingkah laku orang lain berikut konsekuensi-konsekuensinya. Dalam teknik ini, klien dapat mengamati seseorang yang dijadikan modelnya untuk berprilaku kemudian diperkuat dengan mencontoh tingkah laku sang model. Dalam hal ini konselor, dapat bertindak sebagai model yang akan ditiru oleh klien.

7) Token Economy

Metode token economy dapat digunakan untuk membentuk tingkah laku apabila persetujuan dan pemerkuat-pemerkuat yang tidak bisa diraba lainnya tidak memberikan pengaruh. Metode ini menekankan penguatan yang dapat dilihat dan disentuh oleh klien yang dapat ditukar oleh klien dengan objek atau hak

[15] Alwisol, *Psikologi Kepribadian* (Malang : UMM Press, 2009), hal. 325

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

istimewa yang diinginkannya. Token economy dapat dijadikan pemikat oleh klien untuk mencapai sesuatu.

Penggunaan tanda-tanda sebagai pemerkuat-pemerkuat bagi tingkah laku yang lanyak memilki beberapa keuntungan, yakni:

a) Tanda-tanda tidak kehilangan nilai insentifnya.
b) Tanda-tanda bisa mengurangi penundaan yang ada diantara tingkah laku yang lanyak dengan ganjarannya.
c) Tanda-tanda bisa digunakan sebagai pengukur yang kongkret bagi motivasi individu untuk mengubah tingkah laku tetentu.
d) Tanda-tanda adalah bentuk perkuatan yang positif.
e) Individu memiliki kesempatan untuk memutuskan bagaimana menggunakan tanda-tanda yang diperolehnya, dan.
f) Tanda-tanda cenderung menjembatani kesenjangan yang sering muncul diantara lembaga dan kehidupan sehari-hari.[16]

5. Fungsi dan peran terapis

Terapis tingkah laku harus memainkan peran aktif dan direktif dalam pemberian treatment, yakni terapis menerapkan pengetahuan ilmiah pada pencarian pemecahan masalah-masalah manusia, para kliennya. Terapis tingkah laku secara khas berfungsi sebagai guru, pengarah dan ahli dalam mendiagnosis tingkah laku yang meladaptif dan dalam menentukan prosedur-prosedur penyembuhan yang diharapkan, mengarah pada tingkah laku yang baru dan adjustive.

[16] Fenti hikmawati, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: pt raja grafindo persada, 2010), hal. 54

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Krasner mengatakan bahwa konselor berperan sebagai "mesin perkuatan" bagi kliennya. Konselor dalam prakteknya selalu memberikan penguatan positif atau negative untuk membentuk tingkah laku baru klien.

Goodstein juga menyebut peran terapis sebagai pemberi perkuatan. Menurut Goodstein, peran konselor adalah menunjang perkembangan tingkah laku yang secra social layak dengan secara sisitematis memperkuat jenis tingkah laku klien semacam itu.

Satu fungsi penting lainnya adalah peran terapis sebagai model bagi klien. Bandura menunjukkan bahwa sebagian besar proses belajar yang muncul melalui pengalaman langsung juga bisa diperoleh melalui pengamatan terhadap tingkah laku orang lain. Ia mengungkapkan bahwa salah satu proses fundamental yang memungkinkan klien bisa mempelajari tingkah laku baru adalah imitasi atau pencontohan social yang disajikan oleh terapis.[17]

B. Teknik latihan assertive dalam konseling behavioral

1. Pengertian latihan assertif dalam konseling behavioral

Latihan assertif atau latihan keterampilan sosial adalah salah satu dari sekian banyak topik yang tergolong popular dalam terapai perilaku. Untuk menjelaskan arti perkataan asertif dapat dilakukan melalui uraian pengertian perilaku asertif. Perilaku asertif adalah perilaku antar seseorang yang melibatkan kejujuran, keterbukaan pikiran dan perasaan yang

[17] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 219-222

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ditandai dengan kesesuaian sosial dan kemampuan untuk menyesuaikan diri tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain.[18]

Latihan asertf adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Latihan asertif ini diberikan pada individu yang mengalami kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain melecehkan dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.

Latihan asertif merupakan penerapan tingkah laku untuk membentu individu atau kelompok dalam mengembangkan hubungan langsung dalam situasi-situasi interpersonal.[19]

Latihan asertif merupakan teknik yang sering kali digunakan oleh pengikut aliran behavioristic. Teknik ini sangat efektif jika dipakai untuk mengatasi masalah-masalah yang berhubungan dengan rasa percaya diri, pengungkapan diri, atau ketegasan diri.

Corey menyatakan bahwa latihan asertif akan sangat berguna bagi mereka yang mempunyai masalah tentang.

a. Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau rasa tersinggung.
b. Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.
c. Memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”

[18] Singgih gunarsa, *konseling dan psikoterapi*, (Jakarta : gunung mulia, 2007), hal. 215

[19] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama, 2009), hal. 215-217

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya.
e. Merasa tidak punyak hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikirannya sendiri.

Latihan asertif menggunakan prosedur-prosedur bermain peran. Terapi ini bisa diterapkan pada kelompok atau individu. Terapi kelompok latihan assertif pada dasarnya merupakan penerapan latihan tingkah laku pada kelompok dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal.[20]

Hjelle & Ziegler menyatakan langkah-langkah untuk melaksanakan teknik bermain peran. Langkah-langkah dalam melaksanakan permainan peran ini sebagai berikut:

a. Beri instruksi kepada konseli dengan jelas (eksplisit) tentang peran konseli yang ingin dilatihkan.
b. Demonstrasikan perilaku apa yang diinginkan oleh konseli dan minta konseli untuk mengikuti. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat perhatian konseli terhadap perilaku yang akan dilatihkan.
c. Minta konseli untuk menetapkan permainan peran yang akan diamatinya. Permainan peran ini akan dilaksanakan secara *overtly* (dilakukan/dipraktekkan) atau *covertly* (hanya dalam benak konseli).

[20] Gerald Corey, Konseling & Psikoterapi, (Bandung: PT Rafika Aditama 2009), hal. 213-215.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

d. Berikan feedback terhadap setiap perilaku yang dimunculkan oleh konseli, dan berikan instruksi baru atau demonstrasikan keterampilan-keterampilan baru yang dibutuhkan konseli.
e. Berikan petunjuk dan lakukan penetapan permainan peran sebagai upaya untuk mendorong konseli agar dapat bermain peran berikutnya.[21]

Latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavior yang menitik beratkan pada kasus seseorang yang mengalami kesulitan untuk menyatakan perasaannya.

Latihan asertif merupakan salah satu tekhnik dalam konseling behavior. Konseling adalah upaya pemberian bantuan kepada individu sehingga dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.[22]

Robinson mengartikan adalah semua bentuk hubungan antara dua orang, dimana yang seorang, yaitu klien dibantu untuk lebih mampu menyesuaikan diri secara efektif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. Suasana hubungan konseling ini meliputi penggunaan wawancara untuk memperoleh dan memberikan berbagai informasi, melatih atau mengajar, meningkatkan kematangan, memberikan bantuan melalui pengambilan keputusan dan usaha-usaha penyembuhan (terapi).[23]

---

[21] Hartono & Boy soedarmadji, *Psikologi Konseling*, (Jakarta:KENCANA, 2012), hal. 129-130

[22] Andi mappiare AT, *pengantar konseling & psikoterapi*, (Jakarta: pt. raja grafindo persada, 2006), hal. 10

[23] Syamsu Yusuf & A. Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung:PT. Remaja Rosdakarya, 2012), hal. 7

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Konseling merupakan salah satu teknik dalam bimbingan, tetapi merupakan teknik inti atau teknik kunci. Hal ini dikarenakan konseling dapat memberikan perubahan yang mendasar, yaitu mengubah sikap. Sikap mendasari perbuatan, pemikiran, pandangan dan perasaan, dan lain-lain.

Menurut Leona E. Tylor, ada lima karekteristik yang merupakan prinsip-prinsip konseling, kelima karekteristik tersebut adalah:

a. Konseling tidak sama dengan pemberian nasehat, sebab didalam pemberian nasehat proses berpikir ada dan diberikan oleh penasehat, sedang dalam konseling proses berpikir dan pemecahan ditemukan dan dilakukan oleh klien sendiri.
b. Konseling mengusahakan perubahan-perubahan yang bersifat fundamental yang berkenaan dengan pola-pola hidup
c. Konseling lebih menyangkut sikap daripada perbuatan atau tindakan
d. Konseling ebih berkenaan dengan penghayatan emosional dari pda pemecahan intelektual
e. Konseling juga menyangkut hubungan klien dengan orang lain.[24]

Dari pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling adalah pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor kepada kliennya dengan cara bertatap muka (*face to face*), wawancara, guna untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi oleh klien.

[24] Fenti hikmawati, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: pt raja grafindo persada, 2010), hal. 2

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sedangkan terapi behavioral berasal dari dua arah konsep yakni Pavlovian dan Skinnerian. Mula-mula terapi ini dikembangkan oleh Wolpe untuk melakukan treatment neurosis. Kontribusi terbesar dari konseling behavioral (perilaku) adalah diperkenalkannya metode ilmiah dibidang psikoterapi, yaitu bagaimana memodifikasi perilaku melalui rekayasa lingkungan sehingga terjadi proses belajar untuk perubahan perilaku.[25]

Dalam pandangan behavioral, kepribadian manusia hakekatnya dalah perilaku. Dan perilaku itu dibentuk oleh pengalamannya dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Tidak ada dua individu yang sama persis, karena kenyataannya manusia memiliki pengalaman yang berbeda-beda. Dengan demikian kepribadian seseorang merupakan cermin dari pengalamannya. Dalam hal ini, Skinner berpendapat bahwa perilaku individu terbentuk (dipertahankan) oleh konsekuensi yang menyertainya.[26]

Dari uaraian diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa konseling behavioral adalah hubungan antara konselor dan konseli untuk membantu individu mengentaskan masalah yang berkaitan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan lingkunagan.

2. Kelebihan dan Kekurangan Latihan Asertif

   a. Kelebihan pelatihan asertif ini akan tampak pada:

      1) Pelaksanaannya yang cukup sederhana

[25] Sulistyarini &Mohammad Jauhar, *Dasa-dasar Konseling*, (Jakarta: Pustakaraya, 2014), hal. 242

[26] Shahudi Siradj, *Pengantar Bimbingan & Konseling*, (Surabaya: PT. Revka Petra Media, 2012), hal.165

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan seperti relaksasi, ketika individu telah lelah dan jenuh dalam berlatih, kita dapat melakukan relaksasi supaya menyegarkan individu itu kembali. Pelatihannya juga bisa menerapkan teknik modeling dan kursi kosong.
3) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya.
4) Disamping dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

b. Kelemahan pelatihan asertif ini akan tampak pada:
1) Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri.
2) Bagi konselor yang kurang dapat menkombinasikannya dengan teknik lainnya, pelatihan asertif ini kurang dapat berjalan dengan baik atau bahkan akan membuat jenuh dan bosan konseli, atau juga membutuhkan waktu yang cukup lama.[27]

Sedangkan latihan assertif adalah latihan keterampilan sosial atau latihan berkomunikasi dan mengungkapkan perasaan kepada orang lain agar dapat menyesuaikan diri dan lingkungan sekitarnya. Didalam assertive training konselor berusaha memberikan keberanian kepada klien dalam mengatasi kesulitan terhadap orang lain, agar tercipta suatu interaksi sosial yang baik.

[27]http:/irvanhavefun.blogspot.com/2012/03/teknik-asertif-training.html diunduh pada tgl 23 desember 2016.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

C. *Self Confident* (percaya diri)

1. Pengertian Percaya Diri.

Agus suyanto menjelaskan bahwa, rasa percaya diri adalah sikap yang dapat ditumbuhkan dari sikap sanggup berdiri sendiri, adalah kesanggupan untuk menguasai diri, bebas dari pengendalian orang lain.[28]

Percaya diri menurut Anthony adalah sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian dan mempunyai kemampuan untuk memiliki segala sesuatu yang diinginkan.[29]

Percaya diri didefinisikan juga sebagai sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri, maupun terhadap lingkungan/ situasi yang dihadapinya. Rasa percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri merupakan dimensi evaluative yang menyeluruh dari diri.

Dari definisi diatas dapat diambil kesimpulan bahwa *self confident* atau kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri dan terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Kepercayaan diri adalah sebuah kondisi dimana individu merasa optimis dalam memandang dan menghadapi sesuatu dalam hidupnya.

Atau dengan istilah lain rasa percaya diri adalah pandangan keyakinan dan sikap yang dapat tumbuh dari sikap sanggup berdiri sendiri,

[28] Agus suyanto, *pendidikan yang efektif ynag dapat dilakukan oleh keluarga*, (surabaya: media pendidikan dan ilmu pengetahuan, 1987), hal. 41

[29] Pradipta Sarastika, *Tampil Percaya diri*, (Yogyakarta: Araska, 2014), hal.23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yaitu kesanggupan dan kemauan didalam menguasai diri, mengontrol tindakan sendiri serta menerapkan nilai-nilai yang dianut, bebas dari pengendalian dan kontrol orang lain.

2. Aspek-aspek Percaya Diri

Berikut ini merupakan aspek-aspek percaya diri menurut Drajat antara lain:

a. Rasa Aman. Terbebas dari perasaan takut, rasa cemas dan tidak ada kompetisi terhadap situasi atau orang disekitarnya.
b. Ambisi Normal. Ambisi disesuaikan dengan kemampuan tidak ada kompetensi dari ambisi yang berlebihan, dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan bertanggung jawab.
c. Konsep Diri. Memberikan penilaian positif terhadap potensi fisik, psikis, sosial maupun moral.
d. Mandiri. Tidak tergantung pada orang lain dalam melakukan sesuatu dan tidak membutuhkan dukungan dari orang lain secara berlebihan.
e. Tidak mementingkan diri sendiri atau toleransi. Mengerti kekurangan yang ada pada dirinya, menerima pendapat orang lain dan memberi kesempatan pada orang lain.[30]

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri

Banyak faktor yang mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri. Kepercayaan diri sangat tergantung kepada konsep diri. Konsep diri berasal dan berkembang sejalan pertumbuhannya, terutama akibat dari

[30] Guld DH, *Mengenal Diri pribadi*, (Jakarta: Singgih Bersaudara, 1970), hal. 70

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

hubungan individu dengan orang lain. Yang dimaksud dengan orang lain menurut Calhoun dan Acocella adalah orang tua, kawan sebaya, dan masyarakat.

a. Orang tua

Orang tua adalah kontak sosial yang paling awal yang dialami oleh seseorang dan yang paling kuat. Informasi yang diberikan orang tua kepada anaknya lebih dipercaya dari pada informasi yang diberikan oleh orang lain dan berlangsung hingga dewasa. Anak-anak tidak memiliki orang tua, disia-siakan oleh orang tua akan memperoleh kesukaran dalam mendapatkan informasi tentang dirinya sehingga hal ini akan menjadi penyebab utama anak bekonsep diri negatif.

Orang tua yang menciptakan kehidupan beragama, suasana yang hangat, saling menghargai, saling pengertian, saling terbuka, saling menjaga dan diwarnai kasih saying dan rasa saling percaya akan memungkinkan anak untuk tumbuh dan berkembang secara seimbang dan membentuk konsep diri anak yang positif. Orang tua yang selalu mengekang, over protektif dan kaku akan memberikan dampak yang negatif terhadap perkembangan konsep diri remaja.

b. Kawan sebaya

Kawan sebaya menempati posisi kedua setelah orang tua dalam mempengaruhi konsep diri. Peran yang diukur dalam kelompok sebaya sangat berpengaruh terhadap pandangan individu mengenai dirinya sendiri. Remaja akan berusaha untuk dapat menyesuaikan dan menyatu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan kelompok agar mereka dapat diterima oleh kelompoknya. Meskipun standar yang ditetapkan oleh kelompok kadang-kadang tidak sesuai dengan pribadi remaja itu sendiri. Jika anggota kelompok menunjukkan perilaku positif maka dapat diasumsikan perilaku tersebut akan mempengaruhi anggota lain.

c. Masyarakat

Masyarakat sangat mementingkan fakta-fakta yang ada pada seorang anak, siapa bapaknya, ras dan lain-lain sehingga hal ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri yang dimiliki oleh seorang individu. Sikap lingkungan yang membuat seseorang takut untuk mencoba, takut untuk berbuat salah, semua harus seperti yang sudah ditentukan. Karena ada rasa takut dimarahi, seseorang jadi malas untuk melakukan hal-hal yang berbeda dari orang kebanyakan, tetapi jika lingkungan memberikan kesempatan dan mendukung hal positif remaja sesuai tugas perkembangannya maka remaja akan mempunyai pandangan yang positif terhadap kemampuannya.[31]

Perkembangan rasa percaya diri menurut Rini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yaitu:

a. Faktor internal adalah pola pikir individu.

Setiap individu mengalami berbagai masalah kejadian, seperti bertemu orang baru dan lain sebagainya. Reaksi individu terhadap seseorang atau sebuah peristiwa amat berpengaruh cara berfikirnya. Individu

[31] Pongky Setiawan, *Buku Sakti Atasi Minder dan Grogi*, (Yogyakarta: Mantra Books, 2014), hal. 16-17

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang rasa percaya dirinya lemah cenderung memandang segala sesuatu dari sisi negative, tetapi individu yang selalu dibekali dengan pandangan yang positif baik terhadap orang lain maupun dirinya akan mempunyai harga diri dan kepercayaan diri yang tinggi.

b. Faktor eksternal adalah pola asuh dan interaksi diusia dini

Pola asuh dan interaksi diusia dini merupakan factor yang amat mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri. Sikap orang tua akan diterima oleh anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. Orang tua yang menunjukkan perhatian, penerimaan, cinta dan kasih saying serta kedekatan emosional yang tulus dengan anak akan membengkitkan rasa percaya diri pada anak tersebut. Anak akan merasa bahwa dirinya berharga dan bernilai dimata orang tuanya meskipun melakukan kesalahan. Berdasarkan sikap orang tua, anak tersebut melihat bahwa dirinya tetaplah dihargai dan dikasihi. Anak tersebut dikemudian hari akan tumbuh menjadi individu yang mampu menilai positif dirinya dan mempunyai harapan yang realistik terhadap diri seperti orang tuanya meletakkan harapan realistis terhadap dirinya.

Dari paparan tentang berbagai hal yang mempengaruhi pengembangan kepercayaan diri diatas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya kepercayaan diri merupakan salah satu ciri sifat kepribadian buka sifat bawaan atau genetic. Tetapi merupakan sesuatu yang terbentuk dari interaksi dirinya dengan orang lain terutama keluarga sebagai orang terdekat, setelah itu kelompok sebaya dan masyarakat dimana remaja

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tinggal. Selain itu usia, jenis kelamin, penampilan fisik serta frekuensi meraih prestasi merupakan faktor yang mempengaruhi percaya diri.[32]

4. Karekteristik individu yang Percaya Diri

Ciri orang yang percaya diri menurut waterman yaitu orang yang memiliki kemampuan bekerja yang efektif, bertanggung jawab serta terencana matang dalam mengerjakan tugas dan tujuan masa depan. Tidak terlalu jauh berbeda dari gambaran diatas.

Beberapa ciri atau karekteristk individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proposional menurut Rini diantaranya adalah:

a. Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun penghormatan orang lain.
b. Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis (mengorbankan hal-hal yang prinsip) demi diterima oleh orang lain atau kelompok.
c. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain (tidak jatuh mental), berani menjadi diri sendiri.
d. Punyak pengendalian diri yang baik dan emosinya stabil.
e. Memandang keberhasilan atau kegagalan dari usaha sendiri, tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung atau mengharapkan bantuan orang lain.
f. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya.

[32] Agus suyanto, *pendidikan yang efektif ynag dapat dilakukan oleh keluarga*, (surabaya: media pendidikan dan ilmu pengetahuan, 1987), hal.48.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, seseorang tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.[33]

Sebaliknya disebutkan ciri atau karekteristik individu yang kurang percaya diri, diantaranya adalah:

a. Berusaha menunjukkan sikap konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok.
b. Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.
c. Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistic terhadap diri sendiri.
d. Pesimis, mudah menilai segala sesuatu dari sisi negative.
e. Takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
f. Cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus.
g. Selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu.
h. Mempunyai *eksternal locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain).

Sedangkan menurut Anthony mengemukakan karekteristik orang yang kurang percaya diri yaitu:

[33] Guld DH, *Mengenal Diri pribadi*, (Jakarta: Singgih Bersaudara, 1970), hal. 76

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Cenderung merasa tidak aman.

b. Tidak bebas.

c. Ragu-ragu.

d. Membuang waktu dalam mengambil keputusan.

e. Perasaan rendah diri.

f. Kurang cerdas.

g. Cenderung menyalahkan lingkungan sebagai penyebab bila menghadapi sesuatu masalah.[34]

5. Indikator Percaya Diri

Indikator-indikator yang terdapat dalam rasa percaya diri menurut pendapat Agus Suyanto dalam tulisannya pada media pendidikan dan ilmu pengetahuan sebagai berikut:

a. Dapat mengatur diri sendiri

b. Dapat memahami dan mengatasi kesulitan-kesulitan sendiri

c. Dapat melakukan hal-hal oleh dan untuk dirinya sendiri.[35]

Dan juga beberapa indikator berikut dapat menumbuhkan rasa percaya diri seseorang sebagai berikur:

a. Evaluasi diri secara objektif

Belajar menilai diri secara objektif dan jujur. Pelajari kendala yang selama ini menghalangi perkembangan diri sendiri, seperti pola berfikir keliru, niat dan motivasi yang lemah, kurangnya disiplin diri,

[34] Hakim Thursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, (Jakarta: Puspa Swara, 2002), hal170-172

[35] Agus suyanto, *pendidikan yang efektif ynag dapat dilakukan oleh keluarga*, (surabaya: media pendidikan dan ilmu pengetahuan, 1987), hal. 45

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kurangnya kesabaran dan ketekunan, selalu bergantung pada orang lain, atau sebab-sebab eksternal lain.

b. Penghargaan yang jujur terhadap diri sendiri

Sadari dan hargailah sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang dimiliki. Mengabaikan/meremehkan satu saja prestasi yang pernah diraih berarti mengabaikan atau menghilangkan satu jejak yang membantu diri sendiri dalam menemukan jalan yang tepat menuju masa depan.

c. Positif Thinking

Cobalah memerangi setiap asumsi prasangka atau persepsi negative yang muncul dalam benak diri sendiri. Semakin besar dan menyebar pola piker negatif maka semakin sulit dikendalikan dan dihentikan.

d. Gunakan *Self Affermation*

Self affirmation penegasan dalam diri sendiri untuk memerangi pikiran negative. Gunakan *self affirmation* yaitu berupa kata-kata yang membengkitkan rasa percaya diri.

e. Berani mengambil resiko

Rasa kepercayaan diri yang berlebihan pada umumnya tidak bersumber dari potensi diri yang ada, namun lebih didasari oleh tekanan-tekanan yang memungkinkan datang dari orang tua dan masyarakat hingga tanpa sadar melandasi motivasi individu untyk harus menjadi orang sukses.[36]

[36] Gunawan, *Genius Learning Strategi*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2003), hal. 23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

D. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Behavior untuk meningkatkan Motivasi Belajar Anak (Study Kasus terhadap salah seorang binaan yayasan Ummi Fadillah Surabaya). Oleh Muhammad Hamam Maghfur (B03207007) BKI IAIN Sunan Ampel Surabaya 2012.

   Persamaan:

   Sama-sama menggunakan konseling behavior dalam menangani kasus.

   Perbedaan:

   Judul skripsi ini membahas studi kasus tentang permasalahan dimana pada penelitian ini untuk mengatasi anak yang kurang belajar. Sedangkan peneliti membahas tentang bagaimana konseling behavior dengan menggunakan tekhnik *assertive training* menangani kasus seorang guru untuk meningkatkan *self confident* di MA Miftahul Ulum Banyuwangi.

2. Pelaksanaan konseling behavior dalam mengatasi phobia kucing seorang klien di Rasamala 2 Menteng dalam tebet Jakarta Selatan. Oleh Yuni Rosita (101052022672) BPI UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2008. Judul skripsi ini membahas tentang konseling behavior dalam mengatasi phobia kucing pada anak-anak yang berusia dua belas tahun.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Persamaan:

Sama-sama menggunakan konseling behavior dalam menangani kasus.

Perbedaan:

Skripsi ini terletak pada permasalahan dimana pada penelitian ini mengatasi kasus phobia. Sedangkan peneliti membahas tentang bagaimana konseling behavior dengan menggunakan tekhnik *assertive training* dalam menangani kasus seorang guru untuk meningkatkan *self confidentnya* di MA Miftahul Ulum Banyuwangi.

3. Penerapan konseling behavioral dengan tekhnik latihan assertif dalam menangani kesulitan siswa berinteraksi social di sekolah menengah pertama kemala bhayangkara 1 surabaya. Oleh Alfi Khoiriyatul Fuadah (D93210075) KI UIN Sunan Ampel Surabaya 2014.

   Persamaan :

   Sama-sama menggunakan konseling behavior dengan tekhnik assertif training dalam menangani kasus.

   Perbedaan:

   Judul skripsi ini membahas studi kasus tentang dalam menangani kesulitan siswa dalam berinteraksi disekolah. Sedangkan peneliti membhasa tentang bagaimana konseling behavior dengan tekhnik *assertif training* dalam menangani kasus seorang guru untuk meningkatkan *self confidentnya* di sekolah MA Miftahul Ulum Banyuwangi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id