

## BAB IV

### ANALISIS DATA

Setelah menyajikan data hasil lapangan dengan cara wawancara, observasi dan dokumentasi maka konselor/peneliti melakukan analisis data. Analisis data ini dilakukan untuk memperoleh suatu hasil penemuan dari lapangan berdasarkan fokus permasalahan yang diteliti. Adapun analisis data yang diperoleh dari penyajian data adalah sebagai berikut :

**A. Analisis proses pelaksanaan konseling Behavioral dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan *Self confident* Seorang guru Di MA Miftahul Ulum Bengkak Wongsorejo Banyuwangi.**

Selama melakukan proses konseling, peneliti/konselor telah melakukan sesuai dengan langkah-langkah pada teori dan teknik konseling. Sehingga berdasarkan penggunaan langkah dan tahapan konseling tersebut peneliti dapat menjelaskan data dan proses konseling, yaitu mulai dengan identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, treatment dan evaluasi secara deskriptif sebagaimana metode penelitian yang digunakan yakni metode penelitian kualitatif.

Pada langkah pertama, konselor mulai mengumpulkan data dengan terlebih dahulu membangun hubungan dengan konseli dan informan lainnya. Setelah peneliti melakukan pengumpulan data, akhirnya peneliti dapat mengetahui gejala-gejala yang muncul pada diri konseli sekaligus faktor yang menyebabkan gejala-gejala tersebut timbul. Sehingga pada langkah ini, peneliti berhasil

melakukan pengumpulan data sebagaimana pada langkah pertama yang ada pada teori bimbingan dan konseling yakni melakukan identifikasi masalah.

Pada langkah kedua yakni peneliti melakukan penilaian gejala yang konseli alami dan menetapkan jenis masalahnya. Berdasarkan identifikasi yang dilakukan oleh konselor, dapat diketahui bahwa konseli memiliki *self confident* yang rendah. Hal ini bisa diketahui dengan cara membandingkan hasil identifikasi yang dilakukan konselor terhadap gejala-gejala yang konseli alami dengan tabel perbedaan karakteristik tingkat percaya diri rendah dan tinggi yang dijelaskan pada bab 2. Setelah melihat hasil perbandingannya maka konseli termasuk karakteristik individu dengan percaya diri rendah.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan konselor/peneliti dengan konseli dan informan lainnya, bisa diketahui bahwa perilaku konseli ini sudah terjadi cukup lama, semenjak konseli mulai mengajar di MA Miftahul Ulum.

Langkah ketiga, konselor/peneliti merencanakan dan merumuskan tehnik dan terapi yang sesuai dengan masalah konseli. Disini konselor menggunakan konseling behavior dengan tehnik *assertive training* untuk meningkatkan *self confident* konseli yang rendah. Konselor menggunakan behavior karena konselor ingin mengubah tingkah laku konseli yang pasif. Konselor akan melihat bagaimana tingkah laku tersebut terbentuk, apakah tingkah laku tersebut memiliki dampak positif atau negatif. Setelah konseli dapat melihat dan menilai prilakunya yang kurang bertanggung jawab, akhirnya konselor memberikan memberikan treatment dengan tehnik *assertive training* dengan menggunakan prosedur

bermain peran (*role playing*) dimana teknik ini konseli diminta untuk bermain peran, dengan tujuan agar konseli bisa melihat dan merasakan perilakunya dan pada akhirnya ia akan mencoba mengubah menjadi perilaku yang lebih bertanggung jawab dalam hal apapun.

Langkah keempat adalah proses pelaksanaan treatment oleh konselor. Setelah melakukan beberapa kali pertemuan dengan konseli, konselor dapat melihat usaha konseli dalam melakukan perubahan. Oleh karena itu sebelum konseli memiliki keraguan atas usahanya, konselor akan membantu konseli dalam mengarahkan perilakunya menjadi lebih baik dan bertanggung jawab. Dan treatment yang diberikan konselor adalah teknik *assertive training* dengan prosedur bermain peran dalam meningkatkan *self confidentnya*.

Konselor sebelum melakukan terapi (treatment) terlebih dulu memberikan pengertian bahwa jika konseli ingin menjadi lebih baik dan mempunyai perilaku yang bertanggung jawab dari sebelumnya, maka ia harus mempunyai tujuan hidup baru yang harus dicapai, agar konseli senantiasa semangat dan selalu ingat bahwa ia ingin menjadi seseorang yang lebih baik dan berguna.

Untuk terapi (*treatment*), konselor menggunakan prosedur bermain peran (*role playing*), pada terapi pertama konseli diminta berperan sebagai guru dan siswa.

Dalam berperan sebagai guru dan siswa, yaitu agar konseli dapat menyadari dan memilih peran mana yang lebih membuat *self confidentnya* tinggi. Peran sebagai guru dan siswa yang diberikan atau dimainkan oleh konseli yaitu

dengan karakter yang berbeda-beda, yang mana ke dua peran ini dilakukan secara bergantian, yakni setelah konseli memerankan sebagai guru, kemudian berganti memerankan sebagai siswa.

Dalam menerapkan tehnik tersebut, konselor akan menerapkannya dalam empat kali pertemuan. Karena waktu yang diberikan oleh konseli dan telah disepakati di awal. Hal ini membuat proses treatment terbilang cepat.

Setelah konselor mereview hasil pertemuan selama proses pemberian treatment, langkah selanjutnya adalah evaluasi, konselor menyakinkan konseli untuk menilai dan mengevaluasi perilakunya saat ini apakah sudah sesuai dengan arah kehidupannya, atau malah sebaliknya. Setelah itu konseli diajak berpikir bagaimana seharusnya perilakunya membawanya kearah yang lebih baik lagi.

Teknik *assertive training* sangat cocok untuk konseli, karena ia akan membantu mengungkapkan atau menyatakan perasaan konseli tanpa harus menyinggung orang lain dan merugikan dirinya sendiri. Sehingga saat ia berinteraksi dengan orang lain, perilaku yang kurang bertanggung jawab akan berubah menjadi perilaku yang bertanggung jawab. Apalagi konseli diawal sudah mengatakan tujuan hidup yang ingin dicapai.

Sedangkan dalam penggunaan teknik *assertive training* yang menggunakan prosedur bermain peran tersebut tidak berhasil 100% karena banyak kendala yang melatar belakangi ketidak berhasilan tehnik tersebut, seperti: sifat konseli yang ragu dan tidak percaya diri dalam melakukan bermain peran (*role playing*), akan tetapi teknik ini sudah membantu konseli untuk bisa melihat dan

merasakan adanya perbedaan antara perilaku konseli sebelum dan sesudah mengalami proses konseling dengan treatment yang diberikan konselor.

Langkah terakhir, peneliti sekaligus konselor mengevaluasi proses konseling dan treatment yang telah diberikan. Setelah melakukan tahap evaluasi dan peninjauan kembali, konselor telah menjalankan tahap-tahap konseling dan terapi sesuai dengan apa yang terdapat dalam prognosis dan teori yang ada. mulai dari identifikasi, diagnosis, prognosis, dan treatment. Lalu untuk evaluasi treatment yang digunakan, teknik *assertive training* dengan prosedur bermain peran (*role playing*) telah menunjukkan hasil perubahan perilaku konseli ke arah yang lebih baik daripada sebelumnya.

#### **B. Analisis Hasil dari Proses konseling Behavior dengan Tehnik *Assetive Training* dalam Meningkatkan *Self Confident* seorang guru di MA Miftahul Ulum.**

Setelah melakukan proses konseling, dimana konselor menggunakan konseling behavior dengan menggunakan tehnik *assertive training* dengan prosedur-prosedur bermain peran untuk membantu konseli menyelesaikan masalah tingkah lakunya yaitu *self confidentnya* rendah, maka peneliti dapat mengetahui hasil dari pelaksanaan konseling yang dilakukan konselor cukup membawa perubahan pada diri konseli. Tehnik *assertive training* dapat meningkatkan *self confident* konseli meskipun tidak mencapai hasil yang sempurna.

Dari hasil observasi dan wawancara yang konselor lakukan dengan konseli dan informan lainnya, maka dapat diketahui perubahan yang dialami konseli





Tabel 4.3

## Perbedaan Karakteristik Individu Percaya Diri Tinggi dan Rendah

No	Indikator Percaya Diri	Karakteristik
1	Individu dengan percaya diri tinggi	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Percaya akan kemampuan diri hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan.</li> <li>– Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis.</li> <li>– Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, menjadi diri sendiri.</li> <li>– Punya pengendalian diri yang baik dan emosinya stabil.</li> <li>– Memandang keberhasilan dan kegagalan dari usaha sendiri, tidak mudah menyerah, serta tidak tergantung pada bantuan orang lain.</li> <li>– Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya.</li> <li>– Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, seseorang tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.</li> </ul>
2	Individu dengan percaya diri rendah	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Berusaha menunjukkan sikap konformis.</li> <li>– Menyimpan rasa takut/kekhawatiran terhadap penolakan.</li> <li>– Sulit menerima realita diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun dilain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri.</li> <li>– Pesimis mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif.</li> <li>– Takut gagal, sehingga menghindari</li> </ul>





