BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENANGANI SEORANG SISWA KURANG PERCAYA DIRI DI MA BILINGUAL JUNWANGI KRIAN SIDOARJO

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Strata Satu Pada Program Bimbingan dan Konseling Islam (S.Sos)

Oleh:

Hilal Iqbaluddin

B93215103

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2019

PERNYATAAN

PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Hilal Iqbaluddin

NIM : B93215103

Program Studi : Bimbingan dan Konsrling Islam

Alamat : Weru Paciran Lamongan

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri dan bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila dikemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 16 Januari 2019

METERAI TEMPEL 886AKAFF198588082 6000 ENAM RIBU RUPIAH

Hilal Iqbaluddin

B93215103

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Hilal Iqbaluddin

NIM : B93215103

Jurusan : Dakwah dan Komunikasi

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul : Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo.

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 16 Januari 2019

Dosen Pembimbing

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes

NIP. 197605182007012022

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Hilal Iqbaluddin ini telah dipertahankan di depan
Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 4 Februari 2019
Mengesahkan,
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dekan,

Dr. H. Abd. Halim, M.Ag.

NIP 196307251991031003

Tim Penguji

Penguji I

Yusria Ningsih, S.Ag, M.Kes

NIP. 197605182007012022

Penguji II

Mohammad Thohir, M.Pd.I

NIP. 197905172009011007

Penguji III

Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I, M.Pd., Kons.

NIP. 197708082007101004

Penguji IV

Dr. Lukman Fahmi, S.Ag, M.Pd

NIP. 197311212005011002

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani ١١٧ Surabaya ٦٠٢٣٧ Telp. ٠٣١-٨٤٣١٩٧٢ Fax. ٠٣١-٨٤١٣٣٠٠
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : HILAL IQBALUDDIN
NIM : B93215103
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BIMBINGAN KONSELING ISLAM
E-mail address : Hilaliqbal22@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

BIMBINGAN KONSELING ISLAM DENGAN TEKNIK ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENANGANI SEORANG SISWA KURANG PERCAYA DIRI DI MA BILINGUAL JUNWANGI KRIAN SIDOARJO

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 6 Februari 2019

Penulis

HILAL IQBALUDDIN
( )
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Hilal Iqbaluddin (B93215103) Bimbingan Konseling Islam Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

Fokus penelitian adalah 1) Bagaimana Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo 2) Bagaimana hasil proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif yang dilakukan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian secara *holistic* dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa. Pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah dalam menganalisa hasil akhir dari pelaksanaan terapi/teknik *Assertive Training* untuk menangani seorang siswa kurang percaya diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo.

Proses yang dilakukan konselor yang pertama adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, selanjutnya treatment dengan langkah yang pertama adalah Dalam proses konseling yang dilakukan, konselor mengajak konseli untuk berusaha meningkatkan rasa percaya diri menjadi lebih baik dan tegas. Serta konselor juga akan memberikan latihan (role playing) bermain peran kepada konseli supaya nantinya konseli bisa mengekspresikan dan mengkomunikasikan apa yang dipendam selama ini. Konselor juga mengarahkan konseli untuk terus belajar dan latihan bermain peran di rumah kapan pun dan dimanapun.

Setelah konselor memberikan teknik/terapi kepada konseli, ada beberapa perubahan yang dialami oleh konseli, sebelum mendapatkan Teknik *Assertive Training* konseli sering merasa tidak percaya diri sehingga berdampak pada tingkah laku konseli, setelah mendapatkan Teknik *Assertive Training* kini konseli lebih percaya diri ketika melakukan suatu tindakan seperti: berfikir positif, berani berbicara didepan umum, berani menerima dan menghadapi penolakan dari orang lain tetap kuat menjadi diri sendiri dsb.

Kata kunci : Kurang Percaya diri, Teknik *Assertive Training*, Bimbingan dan Konseling Islam

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

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i

HALAMAN PERSETUJUAN ii

LEMBAR PENGESAHAN..... iii

MOTTO..... iv

LEMBAR PERSEMBAHAN..... v

PERNYATAAN PERTANGGUNGJAWABAN SKRIPSI..... viii

ABSTRAK ix

KATA PENGANTAR..... x

DAFTAR ISI xii

DAFTAR TABEL xiii

BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. RumusanMasalah 8

C. Tujuan Penelitian..... 7

D. Manfaat Penelitian 7

E. Definisi Konsep..... 8

F. Metode Penelitian..... 13

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian 13

2. Sasaran dan Lokasi Penelitian 13

3. Jenis dan Sumber Data..... 15

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. Tahap-Tahap Penelitian 18

5. Teknik Pengumpulan Data 19

6. Teknik Analisis Data 21

7. Teknik Keabsahan Data 21

G. Sistematika Pembahasan 22

BAB II: KAJIAN TEORI

A. Bimbingan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan Konseling Islam 24

2. Tujuan Bimbingan Konseling Islam 26

3. Fungsi Bimbingan Konseling Islam..... 27

4. Unsur-Unsur Bimbingan Konseling Islam..... 28

5. Asas-asas Bimbingan Konseling Islam..... 32

6. Langkah-langkah Bimbingan Konseling Islam..... 35

B. *Assertive Training*

1. Assertive Training

a. Pengertian *Assertive Training*..... 36

b. Tujuan *Assertive Training*..... 39

c. Teknik-teknik *Assertrive Training*..... 39

d. Tahap-tahap *Assertive Training*..... 42

2. Percaya Diri

a. Pengertian Percaya Diri 45

b. Aspek-aspek Percaya Diri 46

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. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri 47

d. Ciri-ciri Kurangnya Percaya Diri 49

e. Manfaat Percaya Diri 51

C. Penelitian Terdahulu yang Relevan 54

BAB III: PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian 56

1. Deskripsi Lembaga MA Bilingual Al-Amanah 56

a. Profil Sekolah 57

b. Visi dan Misi 59

c. Latar Belakang Sejarah Sekolah 59

d. Letak Geografis 60

2. Deskripsi Konselor 60

a. Identitas Konselor 65

b. Pengalaman Konselor 62

3. Deskripsi Konseli 64

a. Biodata Konseli 64

b. Kepribadian Konseli 67

c. Latar Belakang Ekonomi 67

d. Lingkungan Sekitar Konseli 68

4. Deskripsi Masalah 68

B. Deskripsi Hasil Penelitian 70

1. Deskripsi Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik

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

Assertive Training Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo. 70

a. Identifikasi Masalah 74

b. Diagnosis 79

c. Prognosis 80

d. Treatment 83

e. Evaluasi / follow up 91

2. Deskripsi hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Traning* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo 92

BAB IV: ANALISIS DATA

A. Analisis Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo 96

B. Analisis Hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo 114

BAB V: PENUTUP

A. Kesimpulan 118

B. Saran 118

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

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

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Jenis Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data..... 6

Tabel 2.2 Perbedaan Karakteristik Individu percaya diri rendah dan tinggi 85

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian dan Proses Konseling 71

Tabel 3.2 Bentuk *Role Playing*..... 86

Tabel 3.3 Bentuk Role Playing……. 89

Tabel 3.4 Peta Konsep Pelaksanaan AssertiveTraining..... 90

Tabel 3.5 Prilaku yang Ditunjukkan Sebelum Proses Konseling……. 93

Tabel 3.6 Prilaku yang Ditunjukkan Setelah Proses Konseling…… 93

Tabel 4.1 Perbandingan Proses Konseling di Lapangan …… 108

Tabel 4.2 Prilaku yang Ditunjukkan Sebelum Proses Konseling…… 114

Tabel 4.3 Prilaku yang Ditunjukkan Setelah Proses Konseling…….. 116

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

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

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia di lahirkan memiliki berbagai potensi yang harus dimaksimalkan dan disyukuri dengan potensi itu kita bisa menutupi kekurangan-kekurangan yang ada dalam diri manusia. Seringkali hanya berfokus kepada kekurangan dan tanpa melihat kelebihan yang di miliki dan juga kita tidak boleh terlalu sibuk melihat kelebihan potensi orang lain karena akan semakin membuat kita tidak percaya diri dengan bebas. Percaya diri merupakan aspek kepribadian yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah yang akan timbul pada manusia. Seringkali kita berlebihan berhati-hati menjaga prilaku maupun lisan untuk tidak menyakiti orang lain namun itu kedepannya nanti justru akan terbelengu rasa kurang kerpercayaan terhadap apa yang dilakukan maka bersikap sewajarnya dan maksimalkan kemampuan kita dengan semangat jangan ada keraguan dalam diri.

Percaya diri merupakan hal yang sangat penting yang seharunya dimiliki oleh semua orang. Dengan percaya diri akan mampu meraih segala keinginan dalam hidupnya. Perasaan yakin akan kemampuan yang dimiliki akan sangat mempengaruhi seseorang dalam mencapai tujuan hidupnya. merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta

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 pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya. Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Percaya diri adalah keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu. Percaya diri berarti keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk memutuskan jalanya suatu tindakan yang dituntut untuk mengurusi situasi-situasi yang dihadapi.[1]

Berdasarkan paparan tentang percaya diri, juga bisa membuat semacam kesimpulan bahwa percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis seseorang, dimana individu dapat mengevaluasi keseluruhan dari dirinya sehingga memberi keyakinan kuat pada kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan dalam mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Dengan adanya rasa percaya diri maka seseorang akan mudah bergaul dan juga bisa di buat senjata utama dalam melakukan suatu apapun jika tanpa adanya rasa percaya diri maka kualitas kinerja kita terganggu dan tidak maksimal. Tidak banyak orang yang sadar bahwa kehidupan seseorang sangat ditentukan oleh cara berfikir kita apabila selalu berfikiran dirinya penakut dan pesimis, maka gambaran tersebut akan mempengaruhi seluruh potensi dirinya yang ada sebagai penakut.

[1]Mohammad Mustari, *Nilai Karakter*, PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2014, hal, 51

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

Sebagaimana yang terdapat dalam Al-Qur'an surat Al-Imran ayat 139

وَلَا تَهِنُواْ وَلَا تَحْزَنُواْ وَأَنتُمُ ٱلْأَعْلَوْنَ إِن كُنتُم مُّؤْمِنِينَ{١٣٩}

yang artinya *"Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula)kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.* (Ali Imran:139)*"*

Assertive Training adalah latihan sikap berani dan percaya diri mengungkapkan apa yang benar dan apa yang salah. Apa yang diinginkan dan apa yang tidak di inginkan secara jelas, nyata dan pasti. Jika salah dikatakan salah dan jika benar dikatakan benar tanpa memandang kondisi atau kepada hal tersebut di utarakan. Kebanyakan orang keliru memahami sikap tegas. Tegas diartikan dengan keras, galak, pemarah dan kasar. Padahal sikap tegas tidak selalu ditunjukan dengan cara-cara seperti itu. Sementara ada juga seseorang yang terlihat keras dan galak namun tidak kelihatan tegas. Kepada bawahan bereriak-teriak namun sangat tunduk kepada atasan sehingga apapun perkataan dituruti walaupun bertentangan dengan kebenaran. Dalam sikap tegas terkandung kejujuran, kepercayaan diri, kelugasan, elegan serta tanggung jawab.

Ketegasan diri juga mampu membantu pelajar menjadi lebih terbuka, berkeyakinan, meningkatkan kepuasan hidup dan mampu menjalin hubungan yang baik dengan semua pihak.[2]

Assertive Training merupakan suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan

[2]Salleh Amat & Zuria Mahmud, *Monograft Pengajaran & Pembelajaran IPTA,* (UPM Serdang, 2007), hal. 25.

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

orang lain. Latihan asertif merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan pada individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.[3]

Kurang percaya diri yang membuat kurang bebas dalam berinteraksi yang kini di alami oleh seorang siswa yang bernama Nadiya Arsyira Fariza. kelas X IPS 2 di Madrasah Aliyah Bilingual junwangi Krian Sidoarjo. Nadiya merupakan anak bungsu dari dua bersaudara. Nadiya anak yang terbilang cukup pendiam dari pada teman satu kelasnya yang kerap banyak bicara. Saat konseli duduk di bangku sekolah Madrasah Tsanawiyah, Nadiya mengalami salah tingkah, kemudian dari kejadian itu konseli di tertawakan oleh beberapa teman satu kelasnyatapi tidak ada niatan untuk mem-*bully* hanya seketika pada waktu kejadian itu saja. Setelah kejadian tersebut, Nadiya merasa dirinya tidak percaya diri jika berada di situasi ramai, begitu juga saat disuruh maju di depan kelas oleh gurunya, konseli selalu menolaknya.Kini Nadiya, apabila melakukan sesuatu mengalami ketidakpercayaan terhadap dirinya sendiri selalu merasa tidak bisa kalau disuruh maju ataupun yang lainnya.

Pada suatu hari Nadiya di tanyai seorang guru yang tidak disangka pertanyaan sang guru tersebut membuat Nadiya menjadi kurang percaya diri. Nadiya mempunyai kakak kandung di satu tempat Madrasah Aliyah yang sekarang kakaknya duduk di kelas XII IPS-1. Berawal ketika Nadiya ditanyai

[3]Fauzan, lutfi. 2009. *Latihan Asertif.* http://lutfifauzan. Wordpress.Com/2009/08/09/latihan-asertif

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

seorang guru, “apakah Nadiya mempunyai kakak di sini?” kemudian Nadiya menjawab, “*na’am Ustadz,* namanya Irfin Syahrun Nisyam”. Seorang guru tersebut bertanya lagi, “oh, ternyata kok tidak mirip sama kakaknya? Kakaknya pintar dan wajahnya tidak mirip sama adiknya”. Tidak hanya guru tersebut yang mengatakan seperti itu. Tetapi teman-teman sekelasnya juga ada yang mengatakan hal seperti itu. Lalu Nadiya diam seribu bahasa. Dan akhir-akhir kini membuat Nadiya menjadi tidak percaya diri dan memilih untuk jadi seorang pendiam.

Jadi pada penelitian ini, konselor menggunakan penelitian study kasus karena konselor ingin melakukan penelitian dengan cara mempelajari individu secara rinci dan mendalam secara kurun waktu tertentu untuk membantumengatasi masalah yang dialaminya. konselor akan berencana melakukan penelitian dengan menggunakan Teknik latihan asertifdengan cara melatih Nadiya untuk belajar tegas pada dirinya agar suatu saat nanti Nadiya dapat berdiri sendiri di depan umum dan bebas berekspresi agar bisa yakin atas hasil pilihannya sendiri. Karena menurut konselor Nadiya belum bersikap tegas pada dirinya sendiri oleh karena itu konselor ingin melatih dia belajar tegas. Sehingga pada nantinya Nadiya bisa menjadi lebih percaya diri di muka umum dan bisa mempertanggung jawabkan pilihan hidupnya yang ia pilih sendiri sesuai resiko yang sudah diambilnya.

Melihat permasalahan dilapangan konselor berencana melakukan sebuah konseling dengan Teknik *Assertive Training* menggunakan latihanberupa *Role Playing* (bermain peran)dengan tujuan untuk

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

meningkatkan rasa percaya diri dan mengubah tingkah laku Nadiya yang tadinya pendiam tidak berani mengekspresikan diri didepan umum dan murung menjadi lebih bisa percaya diri dan tegas atas hidupnya sendiri dengan bergantian bermain peran secara tegas bersama konselor. Supaya nantinya Nadiya selama latihan bermain peran juga ikut serta merasakan bagaimana posisi ketika mengalami masalah tersebut. Sehingga pada akhirnya Nadiya bisa memilah dan menimbang apakah tingkah laku yang dilakukan selama ini layak dilakukan untuk dirinya atau tidak. Teknik yang banyak digunakan untuk latihan asertif adalah latihan berperilaku yaitu melatih sesuatu tindakan yang cocok dan efektif untuk menghadapi kehidupan nyata yang menimbulkan persoalan pada klien. Karena itu latihan ini juga dapat dilakukan untuk kelompok.[4]

Jadi tujuan dari latihan berperilaku asertif, adalah agar seseorang belajar bagaimana mengganti sesuatu respon yang tidak sesuai, dengan respon baru yang sesuai serta mengetahui situasi-situasi yang dimana itu dibutuhkan dan tidak dibutukan terhadap apa yang dilakukan konseli nantinya supaya terciptanya rasa percaya diri yang lebih baik lagi didepan umum dengan berupa bermain peran (*role* playing) secara berulang-ulang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan tersebut, maka Perumusan masalah yang akan menjadi fokus kajian dalam penelitian ini adalah :

[4]Alwisol. *Psikologi Kepribadian.* (Malang:UM Press 2004)

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

1.Bagaimana proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik*Assertive Training* dalam Menangani seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo?

2.Bagaimana hasil pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *AssertiveTraining* dalam Menangani seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang dikemukakan tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui proses pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik*Assertive Training*dalam Menangani seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo
2. Untuk mengetahui hasil terapi menggunakanTeknik *Assertive Training* dalam Menangani seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca maupun peneliti sendiri, antara lain sebagai berikut :

1. Secara Teoritis
   a. Memberikan pengetahuan dan wawasan dalam bidang Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *AssertiveTraining* untuk menangani seorang siswa kurang percaya diri di MA Bilingual Junwangi Krian

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

sidoarjo bagi mahasiswa yang berkecimpung dalam prodi Bimbingan Konseling Islam.

b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi pembaca dan prodi Bimbingan Konseling Islam mengenai Teknik *AssertiveTraining*untuk menangani seorang siswa kurang percaya diridi MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

2. Secara praktis

a. Membantu menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan rasa percaya diri di lingkungan sekolah

b. Menjadi bahan pertimbangan peneliti dalam melaksanakan tugas penelitian selanjutnya.

E. Definisi Konsep

Untuk mengetahui pemahaman mengenai penelitian yang akan dilakukan, maka konselor perlu menjelaskan definisi operasional sesuai judul yang telah ditetapkan. Definisi operasional dalam penelitian dimaksudkan untuk mengetahui makna dari judul yang diteliti dan untuk menghindari salah penafsiran tentang inti persoalan yang diteliti.

1. Bimbingan Konseling Islam

Menurut Elfi Mu'awanah dan Rifa Hidayah. Bahwa Bimbingan dan Konseling islam adalah proses pemberian bantuan melalui konsep

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

spiritualitas dengan menggali ajaran agama dan keyakinan sebagai dasar konseling[5]

Menurut Aunur Rahim Faqih, Bimbingan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan kepada individu agar menyadari kembali eksistensinya sebagai makhluk Allah yang seharusnya dalam kehidupan keagamaan senantiasa selaras dengan ketentuan-ketentuan dan petunjuk dari Allah sehingga dapat mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.[6]

Sedangkan menurut samsul munir yang berjudul Bimbingan Konseling Islam mendefinisikan bahwa Bimbingan Konseling Islam adalah proses pemberian bantuan terarah, kontinu dan sistematis kepada individu agar ia dapat mengembangkan potensinya dan fitrah beragama yang dimilikinya secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nilai yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan hadits Rasulluah SAW ke dalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dan sesuai dengan tuntutan Al-Qur'an dan Hadits.[7]

Maka dapat konselor jelaskan bahwa, Bimbingan Konseling Islam merupakan pemberian bantuan yang diberikan kepada konseli atau klien oleh konselor melalui panduan Al-Qur'an dengan tujuan agar kehidupannya selaras dengan ketentuan ajaran Agama mendapatkan

[5]Elfi Mu'amalah dan Rifa Hidayah, *Bimbingan dan Konseling Islami Di Sekolah Dasar*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), hal. 151-152
[6]Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2004), hal. 4
[7]Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2010), 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

pencerahan batin sesuai dengan Islam, mengaplikasikan nilai-nilai agama dalam kehidupan agar tercapainya kebahagiaan dunia dan akhirat.

2. *Assertive Training*

Assertive Training yaitu melatih dan membiasakan klien terus menerus menyesuaikan diri dengan prilaku tertentu yang di inginkan. Asertif merupakan proses untuk menghilangkan hambatan personal sehingga dapat mengembangkan kreativitas. Asertif juga merupakan salah satu cara yang paling efektif untuk mencapai kebebasan diri dan rasa kepercayaan diri. Di dalam asertifitas terkandung sifa-sifat rasa kepercayaan diri, kebebasan berekspresi secara jujur, tegas, dan terbuka tanpa mengecilkan atau mengesampingkan arti orang lain serta berani tanggung jawab.[8]

Assertive Training merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.[9]

Nelson dan Jones menjelaskan bahwa asertif adalah prilaku yang merefleksikan rasa percaya diri dan menghormati diri sendiri dan orang lain. Hal ini sejalan dengan pengertian prilaku asertif yang dikemukakan oleh Albert dan Emmons, yaitu prilaku asertif meningkatkan kesetaraan

---

[8]Syukri, Zulkarnain.*Asertivitas dan Kreativitas pada Karyawan yang Bekerja di Multi level marketing (*Jurnal Psikologi. USU Press*)*

[9]Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.* Bandung : PT Reflika Aditama, 2009, hal. 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

dalam hubungan sesama manusia, yang memungkinkan kita untuk menunjukan minat terbaik, berdiri sendiri tanpa harus merasa cemas, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, melatih kepribadian kita yang sesungguhnya tanpa menolak kebenaran dari orang lain.

3. Percaya Diri

Merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya.

Percaya diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan pada dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya.[10]

Percaya diri adalah sikap yang timbul dari keinginan mewujudkan diri bertindak dan berhasil. Dari segi perkembangan, rasa percaya diri dapat timbul berkat adanya pengakuan dari lingkungan.[11]

Percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup

[10]T.Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak percaya Diri,* (Jakarta: Purwa Suara, 2002), hal. 6
[11]Dimyati dan Mudjiono,*Belajar dan Pembelajaran,* (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), hal. 15.

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

diri. Ada beberapa istilah yang terkait dengan persoalan pede atau percaya diri yaitu ada empat macam, yaitu :

1. *Self-concept*: bagaiman Anda menyimpulkan diri anda secara keseluruhan, bagaimana Anda melihat potret diri Anda secara keseluruhan, bagaimana Anda mengkonsepsikan diri anda secara keseluruhan.
2. *Self-esteem* : sejauh mana Anda punya perasaan positif terhadap diri Anda, sejauhmana Anda punya sesuatu yang Anda rasakan bernilai atau berharga dari diri Anda, sejauh mana Anda meyakini adanya sesuatu yang bernilai, bermartabat atau berharga di dalam diri Anda.
3. *Self efficacy* : sejauh mana Anda punya keyakinan atas kapasitas yang Anda miliki untuk bisa menjalankan tugas atau menangani persoalan dengan hasil yang bagus (*to succeed*). Ini yang disebut dengan general *self-efficacy*. Atau juga, sejauhmana Anda meyakini kapasitas anda di bidang anda dalam menangani urusan tertentu. Ini yang disebut dengan *specific self-efficacy*.
4. *Self-confidence*: sejauhmana Anda punya keyakinan terhadap penilaian Anda atas kemampuan Anda dan sejauh mana Anda bisa merasakan adanya "kepantasan" untuk berhasil. *Self confidence* itu adalah kombinasi dari *self esteem* dan *self-efficacy*. Berdasarkan paparan tentang percaya diri, kita juga bisa membuat semacam kesimpulan bahwa percaya diri adalah kondisi mental atau

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

psikologis seseorang, dimana individu dapat mengevaluasi keseluruhan dari dirinya sehingga memberi keyakinan kuat pada kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan dalam mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

F. Metode Penelitian

Metode adalah cara tepat untuk melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama dalam mencapai suatu tujuan. Sedangkan penelitian adalah suatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan, dan menganalisa suatu yang diteliti sampai menyusun suatu laporan.[12]

Dalam metode penelitian ada beberapa poin yang digunakan oleh peneliti, yaitu :

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

a. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dilakukan untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian secara *holistic* dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah.[13]

Konselor menggunakan pendekatan kualitatif dikarenakan data-data yang didapatkan nantinya adalah data kualitatif berupa kata-kata atau

[12]Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif (*Bandung: Remaja Rosdakarya, 1999*)*, hal. 3
[13]Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif,*(Bandung: PT.Remaja Rosdakarya, 2009) hal, 6

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

tulisan untuk mengetahui serta memahami fenomena secara terinci, mendalam, dan menyeluruh.

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Penelitian adalah study Kasus (*case* study) adalah penelitian tentang status subyek penelitian yang berkenaan dengan suatu fase spesifik atau khas dari keseluruhan personalitas[14]

b. Sasaran dan Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat tiga subyek yang menjadi sasaran oleh peneliti, antara lain :

a. Konseli atau Klien

Konseli adalah seorang siswa kelas X di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo yang anak ke 2 dari 2 bersaudara. Yaitu siswa yang mengalami kurang percaya diri ketika melakukan sesuatu di depan umum bahwa merasa dirinya tidak enak jika dilihat temannya.

b. Konselor

Konselor adalah Hilal Iqbaluddin seorang mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN Sunan Ampel Surabaya. Pengalaman konselor adalah pernah melakukan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) di Madrasah Aliyah Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

c. Lokasi

[14]Moh. Nazir, *Metode Penelitian*,(Jakarta: Ghalia Indonesia, 1988),hal. 63-66

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

Lokasi penelitian berada di Madrasah Aliyah Bilingual Al-Amanah Jalan Raya Junwangi, Kwangen, Junwangi Krian Kabupaten Sidoarjo Jawatimur.

3. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data adalah hasil pencatatan penelitian, baik berupa fakta ataupun angka yang dijadikan bahan untuk menyusun informasi.

Adapun jenis data pada penelitian ini meliputi :

a. Data primer

Data Primer yaitu data yang langsung diambil dari sumber pertama di lapangan,[15] yaitu konseli

b. Data Sekunder

Data Sekunder adalah data yang diambil dari sumber kedua dan di peroleh secara tidak langsung atau berbagai sumber guna melengkapi data primer.[16] Data sekunder diperoleh dari gambaran lokasi penelitian, keadaan lingkungan siswa-siswi, dan perilaku keseharian siswi.

2. Sumber Data

Sumber data adalah subyek dari mana data diperoleh.[17] Adapun yang dijadikan sumber data adalah :

a. Sumber Data Primer, yaitu sumber data yang diperoleh langsung dari konseli, yakni Santriwati yang didapat dari peneliti atau konselor.

---

[15]Irfan Tanwifi,*Metodologi Penelitian*,(Surabaya:UINSA Press,2014), hal. 220
[16]Irfan Tanwifi,*Metodologi Penelitian*, hal. 220
[17]Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 129.

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

b. Sumber Data Sekunder, yaitu data-data yang diperoleh dari perpustakaan yang digunakan untuk mendukung dan melengkapi data primer.[18]

Tabel 1.1

Data ini berupa dokumentasi, wawancara, serta observasi yang berkaitan.

Jenis Data, Sumber Data, dan Teknik Pengumpulan Data

No	Jenis Data	Sumber data	TPD
1	Biodata konseli a. Identitas konseli b. Pendidikan konseli c. Usia Konseli d. Keadaan fisik konseli e. Prestasi konseli f. Kebiasaan konseli g. Kondisi lingkungan konseli h. Pandangan konseli terhadap permasalahan sosial i. Pengalaman belajar sosial konseli j. Gambaran tingkah laku sehari-hari konseli	Konseli+Informan	W+O
2	Gambaran Lokasi Penelitian	Informan	O+D
3	Deskripsi tentang Konselor	Konselor	D

[18]Hartono Boy Soedarmadji, *Psikologi Konseling,* (Surabaya: Press UNIPA, 2006), *hal. 58.*

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	Deskripsi Proses Konseling	Konselor+Konseli	W
5	Deskripsi Hasil Proses Konseling	Konselor+Konseli	W

Keterangan :

TPD : Teknik Pengumpulan Data

O : Observasi

W : Wawancara

D : Dokumentasi

4. Tahap-tahap Penelitian

1. Tahap Pra Lapangan

a. Menyusun Rancangan Penelitian

Tahapan ini digunakan untuk menyusun rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan penelitian dan persoalan lapangan, semua itu digunakan peneliti untuk memperoleh deskripsi secara global tentang objek penelitian yang akhirnya menghasilkan rencana penelitian bagi konselor selanjutnya. Untuk dapat menyusun dan merancang penelitian, maka terlebih dahulu memahami fenomena yang telah di tentukan, yaitu tentang pemilihan karir siswa. Setelah faham akan fenomena yang telah diamati, maka peneliti membuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi konsep, dan membuat rancangan data-data yang diperlukan untuk penelitian.

b. Memilih Lapangan Penelitian

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

Setelah membaca fenomena yang ada di lapangan, maka penentuan lapangan penelitian adalah di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

c. Mengurus Perizinan Penelitian

Setelah tempat penelitian ditentukan, maka langkah selanjutnya adalah mengurus perizinan dari pihak setempat yang berkuasa di wilayah tempat penelitian.

d. Menjajaki dan Menilai Keadaan Lapangan

Peneliti berusaha mengenali segala unsur lingkungan sosial fisik, keadaan alam sekitar, dan menyiapkan perlengkapan yang diperlukan di lapangan. Kemudian, peneliti mengumpulkan data yang ada di lapangan.

e. Menyiapkan Perlengkapan Penelitian

Peneliti menyiapkan pedoman wawancara, alat tulis, buku, suran izin penelitian, rekaman wawancara, dan semua yang berhubungan dengan penelitian dengan tujuan untuk mendapatkan deskripsi data lapangan.

f. Etika Penelitian.

Etika penelitian pada dasarnya yang menyangkut hubungan baik antara peneliti dengan subyek penelitian, baik secara perseorangan maupun kelompok. Maka, peneliti harus mampu memahami kebudayaan ataupun bahasa yang digunakan, kemudian untuk sementara peneliti menerima seluruh nilai dan norma sosial yang ada di dalam lingkungan latar penelitiannya.[19]

2. Tahap Pekerjaan Lapangan

[19] Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), hal. 85-92.

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. Memahami Latar Penelitian

Untuk memasuki lapangan, peneliti perlu memahami latar penelitian terlebih dahulu. Kemudian, peneliti juga mempersiapkan diri dengan baik, baik secara fisik maupun secara mental.

b. Memasuki Lapangan

Yang perlu dilakukan disaat memasuki lapangan adalah menjalin keakraban hubungan dengan subjek-subjek penelitian, sehingga akan memudahkan peneliti untuk mendapatkan data.

c. Berperan dalam Mengumpulkan Data

Dalam tahapan ini, peneliti harus berperan aktif dalam bekerja, yaitu harus bisa memperhitungkan waktu penelitian, tenaga, dan biaya. Setelah data terkumpul, kemudian dianalisis di lapangan, kemudian mencatat bagaimana suasana di lapangan.

5. Metode Pengumpulan Data

Dalam Penelitian kualitiatif teknik pengumpulan data sangat penting guna mendapatkan data. Adapun teknik pengumpulan data yang meneliti gunakan adalah sebagai berikut:

1. Metode Observasi

Observasi merupakan pengamatan terhadap peristiwa yang diamati secara langsung oleh peneliti. Observasi yaitu pengamatan penelitian yang sistematis terhadap gejala yang diteliti. Observasi ini dilakukan untuk mengamati di lapangan mengenai fenomena sosial yang terjadi dengan gejala-gejala psikis untuk kemudian dilakukan pencatatan. Pada dasarnya

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

teknik observasi di gunakan untuk melihat dan mengamati perubahan fenomena sosial yang tumbuh dan berkembang yang kemudian dapat dilakukan penilaian atas perubahan tersebut. Teknik observasi ini dilakukan oleh peneliti dimulai pada awal penelitian, untuk mengetahui berbagai aspek dalam subjek penelitian termasuk kondisi konseling yang sedang mengalami rasa kurang percaya diri di sekolah.[20]

2. Metode Wawancara

Wawancara merupakan salah satu metode pengumpulan data yang dilakukan dengan mengadakan komunikasi dengan dua pihak sumber data dengan dialog Tanya jawab secara lisan baik langsung maupun tidak langsung.[21]

Wawancara dalam penelitian ini menggunakan wawancara langsung kepada konseli guna untuk mendukung informasi pengumpulan data. Dalam proses ini, peneliti mendapatkan data tentang profil klien, kegiatan aktif klien, prestasi klien, pengaruh cara belajar klien

3. Metode Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlaku. Dokumentasi bisa berbentuk gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumen yang berbentuk tulisan misalnya, foto, gambarhidup, skestsa, dan lain-lain. Dokumen yang berbentuk karya misalnya karya seni, yang dapat berupa gambar, patung, film dan lain-lain.[22]

---

[20]Lexy J. Moleong *Metode Penelitian Kualitatif,* hal. 175
[21].Lexy J. Moleong *Metode Penelitian Kualitatif,* hal.186
[22].Lexy J. Moleong *Metode Penelitian Kualitatif,* hal.216

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

Di dalam peneliti ini, dokumentasi dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang lokasi penelitian serta foto konseli dan kondisi klien.

6. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun kedalan pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain.[23]

7. Keabsahan Data

Teknik keabsahan data yang digunakan dalam penelitian ini, seperti yang dirumuskan ada tiga macam yaitu, antara lain:

a. Perpanjangan Keikutsertaan

Perpanjangan Keikutsertaan berate peneliti cara untuk meminimalisir kesalahan dalam keabsahan data. Dalam hal ini butuh perpanjangan keikutsertaan dan membutuhkan waktu yang panjang, untuk memungkinkan peneliti terjun ke lokasi dalam menciptakan trust atau hubungan akrab terhadap konseling dan melanjutkan pertemuan dari awal sampai akhir terapi.[24]

b. Melalukan cek ulang (*re-cheking*)

[23]Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 244.*
[24]Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, hal.326

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

Teknik pemeriksaan ini juga dapat dilakukan untuk meminimalisasi kesalahan serta dan memastikan apakah data sudah valid atau belum. Cek ulang biasanya dilakukan pada pertengahan perjalanan penelitian.[25]Apabila telah berkali-kali melakukan cek ulang kemudian mendapatkan data yang valid, maka point a (perpanjang keikutsertaan dan waktu) bisa di akhiri.

c. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Penggunaan dua atau lebih sumber untuk mendapatkan gambaran serta informasi yang menyeluruh tentang suatu fenomena yang akan diteliti[26] peneliti memeriksa data-data yang diperoleh dari subyek peneliti, melalui wawancara dan observasi kemudian data tersebut dilakukan perbandingan dengan data yang ada di diluar yaitu sumber lain, sehingga keabsahan data dapat dipertanggung jawabkan.

G. SISTEMATIKA PEMBAHASAN

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini terdiri dari 5 bab pokok bahasan yang meliputi:

BAB I. Dalam bab ini berisi Pendahuluan yang meliputi : Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, Definisi Konsep, Metode Penelitian yang meliputi Pendekatan dan Jenis Penelitian, Sasaran dan Lokasi Penelitian, Jenis dan

[25]Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial* (Jakarta *Salemba Humanika, 2011).* Hal.205
[26]Haris Herdiansyah, *Metode Penelitian Kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial,* (Jakarta Salemba Humanika, 2011*).*Hal 201

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

Sumber Data, Tahap-tahap Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Teknik Analisis Data, serta dalam bab satu ini berisi tentang Sistematika Pembahasan.

BAB II. Dalam bab ini berisi tentang Tinjauan Pustaka yang meliputi : Kajian Teoritik tentang fungsi bimbingan konseling dan tujuan, pengertian*Assertive*. Dalam bab ini juga berisi tentang penjelasan tentang Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan *Assertive* untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo.

BAB III. Dalam bab ini berisi tentang Penyajian Data yang terdiri dari Deskripsi umum obyek penelitian yang meliputi : Deskripsi Lokasi, Deskripsi Konselor, Deskripsi Klien, Deskripsi Masalah. Selanjutnya adalah Deskripsi proses pelaksanaan Bimbingan Dan Konseling Dengan Pendekatan *Assertive* yang bertujuan untuk menangani seorang siswa kurang percaya diri di MA Bilingual.

BAB IV. Dalam bab ini berisi tentang Analisis Data yang terdiri dari : Analisis Proses dan Analisis Hasil Akhir.

BAB V. Dalam bab ini berisi tentang Penutup yang di dalamnya terdapat dua poin, yaitu: Kesimpulan dan Saran-Saran.

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

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Bimbingan dan Konseling Islam

1. Pengertian Bimbingan dan Konseling Islam

Pengertian Bimbingan dan konseling islam Secara etimologis, Bimbingan dan Konseling Islam merupakan sebuah akronim dari istilah yang berasal dari Bahasa Inggris dan Bahasa Arab. Istilah Bimbingan Konseling berasal dari Bahasa Inggris *Guidance*, *Counseling*. Kata Guidance itu sendiri berasal dari kata guide yang mempunyai arti to direct (mengarahkan), pilot (menentukan), manager (mengatur), or steer (atau mengemudikan).[27] Menurut Bimo Walgito, bimbingan adalah bantuan atau pertolongan yang diberikan kepada individu atau sekumpulan individu-individu dalam menghindari atau mengatasi kesulitan-kesulitan di dalam kehidupannya, agar individu atau sekumpulan individu-individu itu dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.[28] Menurut Dewa Ketut Sukardi, bimbingan adalah proses pemberian bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang secara terus menerus dan sistematis oleh guru pembimbing agar individu atau sekelompok individu menjadi pribadi yang mandiri.[29]

---

[27] Anas Salahuddin, *Bimbingan & Konseling*. (Bandung: Pustaka Setia), hal. 10

[28]Bimo Walgito, *Bimbingan Dan Penyuluhan Di Sekolah,* (Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1982), hal.10

[29]Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta Cipta, 2008), hal.37

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

Bimbingan Konseling Islam adalah proses bantuan terarah, *continue* dan sistematis kepada setiap individu agar ia dapat mengembangkan potensi atau fitrah beragama yang dimiliki secara optimal dengan cara menginternalisasikan nilai-nlai agama yang terkandung dalam Al-Qur'an dan Hadist Rasulullah SAW kedalam dirinya, sehingga ia dapat hidup selaras dengan tuntunan Al-Qur'an dan Hadist.[30]

Sebagaimana telah dijelaskan dalam Al-Qur'an : Qs. An-Nahl 125

ادْعُإِلىسَبِيلِرَبِّكَبِالْحِكْمَةِوَالْمَوْعِظَةِالْحَسَنَةِوَجَادِلْهُمبِالَّتِيهِيَأَحْسَنُإِنَّرَبَّكَهُوَأَعْلَمُبِمَنضَلَّعَنسَبِيلِهِوَهُوَأَعْلَمُبِالْمُهْتَدِينَ ١٢٥

Artinya : *Serulah (manusia) kepada jalan Tuhan-mu dengan hikmah dan pengajaran yang baik, dan berdebatlah dengan mereka dengan cara yang baik. Sesungguhnya Tuhan-mu, Dia-lah yang lebih Mengetahui siapa yang sesat dari jalan-Nya dan Dia-lah yang lebih Mengetahui siapa yang mendapat petunjuk.*[31]

Kemudian menurut Aunur Rahim Faqih, Bimbingan Konseling Islam adalah proses memberikan bantuan terhadap individu agar mampu hidup selaras dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.[32]

Islam merupakan agama samawi yang diturunkan oleh Allah SWT kepada hamba-hambaNya melalui para rasul. Sebagai agama. Islam memuat seperangkat nilai yang menjadi acuan pemiliknya dalam

---

[30]Samsul Munir Amin, *Bimbingan dan Konseling Islam*, hal.23
[31]Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan Al-Jumanatul Ali*,(Bandung; CV Penerbit JART, 2004), hal 282
[32]Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: UII Press, 2004), hal,4

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

berperilaku. Seluruh nilainya telah termaktub di dalam al-Qur'an dan Al-Sunnah. Meski cakupannya bersikap umum dan tidak sampai membahas masalah-masalah teknik operasional secara mendetail.

Berdasarkan definisi diatas bahwa bimbingan konseling islam adalah proses pemberian bantuan secara terus menerus dan sistematis terhadap seorang individu atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir batin agar bisa hidup selaras sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT dan sunah rosul. Serta bisa memahami dirinya dan bisa memecahkan masalah yang dihadapinya sehingga mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat.

2. Tujuan Bimbingan Konseling Islam
   a. Tujuan Umum

      Membantu individu mewujudkan dirinya menjadi manusia seutuhnya agar mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

   b. Tujuan Khusus
      1) Membantu individu agar mampu menghadapi masalah
      2) Membantu individu mengatasi masalah yang sedang dihadapi
      3) Membantu individu memelihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang baik atau yang telah baik agar tetap baik atau menjadi lebih baik, sehingga tidak akan menjadi sumber masalah bagi dirinya dan orang lain.[33]

[33] Aunur Rahim Faqih, *Bimbingan Konseling Islam*, hal. 36-37

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) Sebagai makhluk sosial yang diharapkan mampu membina hubungan yang harmonis dengan lingkungan sosialnya dan kegagalan dalam penyesuaian diri sendiri. Dalam kondisi ini bimbingan konseling bertujuan untuk meningkatkan kualitas kehidupan seseorang sehingga pandangan dan penilaian terhadap lebih obyektif serta meningkatkan keterampilan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.[34]

3. Fungsi Bimbingan Konseling Islam

Fungsi Bimbingan dan Konseling Islam ditinjau dari kegunaan atau manfaat, ataupun keuntungan–keuntungan apa yang diperoleh melalui pelayanan tersebut. Fungsi bimbingan konseling islam dapat dikelompokan menjadi lima macam. Yaitu sebagai berikut:

1. Fungsi pencegahan (*Preventif*), yaitu membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya. Dimana bimbingan ini dapat memberikan layanan keapada konseli tentang orientasi dan informasi mengenai berbagai aspek kehidupan yang patut dipahami dan dilaksanakan guna untuk mencegah individu terhindar dari suatu masalah.
2. Fungsi kuratif atau *korektif*, yaitu membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi dan dialaminya. Dimana bimbingan konseling ini memiliki fungsi untuk

[34] Sahudi Sirodj, *Pengantar Bimbingan Konseling*, (Sidoarjo: Duta Aksara. 2010), hal.55

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

membantu sesame yang membutuhkan. Salah satunya konseli yang membutuhkan bantuan dalam memecahkan masalahnya.

3. Fungsi pengembangan (*developmental*), yaitu membantu individu memlihara dan mengembangkan situasi dan kondisi yang telah baik agar tetap baik dan menjadi lebih baik sehingga tidak memungkinkanya menjadi sebab munculnya masalah baginya.[35]
4. Fungsi pemeliharaan (*Presentative*) yaitu membantu individu menjaga agar situasi dan kondisi yang semula tidak baik (mengandung masalah) yang telah menjadi baik (terpecahkan) dan kebaikan itu bertahan lebih lama.
5. Fungsi penyesuaian yaitu fungsi bimbngan dalam membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri secara dinamin dan Konstruktif terhadap kehidupan sosialnya

Dari beberapa fungsi bimbingan konseling Islam, konselor menjelaskan bahwa usaha atau fungsi bimbingan konseling Islam yang ditujukan kepada konseli, agar konseli dapat menghadapi kesulitan, mampu mengembangkan, menyalurkan kemampuan serta mampu beradaptasi dengan orang lain, lingkungan melalui tuntunan Al-Qur'an.

4. Unsur-unsur Bimbingan Konseling Islam
   a) Konselor

[35]Aunur Rahim, *Bimbingan Konseling dalam Islam,* hal. 37

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

Konselor adalah orang yang bermakna bagi konseli, Konselor menerima apa adanya dan bersedia sepenuh hati membantu konseling disaat amat kritis sekalipun dalam upaya menyelamatkan konseling dari keadaan yang tidak menguntungkan baik untuk jangka pendek dan utamannya jangka panjang dalam kehidupan yang terus berubah.

Adapun karakteristik kepribadian seorang konselor sebagai berikut :

1. Empati artinya dapat merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain
2. Asli/ jujur yaitu perilaku dan kata-kata tidak dibuat-buat akan tetapi asli dan jujur sesuai dengan keadaannya
3. Memahami keadaan konseli, mampu memahami kekuatan dan kelemahannya
4. Menghargai martabat konseli secara positif tanpa syarat
5. Menerima konseli walaupun dalam keadaan bagaimanapun
6. Tidak menilai atau membanding-bandingkan konseli
7. Mengetahui keterbatasan diri (ilmu, wawasan, teknik) konselor
8. Memahami keadaan sosial budaya dan ekonomi konseli.

b) Konseli

Konseli adalah orang yang sedang menghadapi masalah karena dia sendiri tidak mampu dalam menyelesaikan masalahnya. Sekalipun

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

konseli adalah individu yang memperoleh bantuan, dia bukan obyek atau individu yang pasif atau yang tidakmemiliki kekuatan apa-apa. Dalam konteks konseling, konseli adalah subyek yang memiliki kekuatan, motivasi, memiliki kemauan untuk berubah dan pelaku bagi perubahan dirinya.Tentunya, sebagai pribadi dan manusia pada umumnya konseli memiliki masalah atau sejumlah masalah yang membutuhkan bantuan dari pihak lain untuk memecahkannya. Secara umum konseli datang ke konselor karena satu atau beberapa alasan, antara lain:

a. Atas kemauan sendiri
b. Atas anjuran keluarga
c. Atas dari rujukan professional lain

Adapun alasannya dia menjumpai konselor, konseli sebenarnya sudah mengupayakan untuk mengatasi masalahnya sendiri tanpa bantuan orang lain, atas bantuan orang lain atau atas bantuan profesional lain. Kehadiran konseli ke konselor tentunya karena upaya-upaya sebelumnya tidak membuahkan hasil yangdia harapkan, dan mengharapkan upayanya ke konselor membuahkan hasil yang lebih baik.

Setiap konseli memiliki kebutuhan dan harapan tertentu terhadap penyelenggaraan konseling. Kebutuhan (*need*)lebih bersifat terpenuhi akan mengalami hambatan-hambatan psikologis yang lebih berat baginya. Sedangkan harapan merupakan keinginan keinginan yang tidak mengharuskan untuk terpenuhi.

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

Adapun harapan-harapan dalam proses konseling yaitu:

a) Untuk memperoleh kesempatan untuk membebaskan diri dari kesulitan
b) Untuk mengetahui lebih jauh model terapi yang sesuai denganmasalahnya
c) Memperoleh ketenangan dan kepercayaan diri dari rasaketegangan dan rasa tidak menyenangkan
d) Mengetahui atau memahami alasan yang ada di balik perasaannya dan perilakunya
e) Mendapat dukungan tentang yang harus dilakukan
f) Untuk memperoleh kepercayaan dalam melakukan sesuatuatau perilaku baru yang berbeda dengan orang lain
g) Mengetahui persiapan-persiapan apa yang sebenarnya sedang dialami dan bagaimana seharusnya melakukan
h) Untuk mendapatkan saran atau nasehat, bagaimana agarhidupnya dapat bermakna dan berguna bagi dirinya sendiri maupun orang lain, dan lain-lain.

5. Masalah

Masalah adalah segala sesuatu yang menghambat atau menjadi penghalang dalam kehidupan manusia, baik yang ditimbulkan oleh dirinya sendiri maupun orang lain. Sehingga, perlu dipecahkan dan dicari jalan penyelesaiannya untuk mencapaitujuan hidup manusia ke arah yang lebih baik. Adapun beberapa jenis masalah yang dihadapi seorang atau masyarakat yang memerlukan bimbingan dan konseling Islam, yaitu:

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. Masalah perkawinan

b. Problem karena ketegangan jiwa atau syaraf

c. Problem tingkah laku sosial

d. Problem karena masalah alkoholisme

e. Dirasakan problem tapi tidak dinyatakan dengan jelas secara khusus memerlukan bantuan.

Dengan demikian dapatlah dipahami tentang apa yang dimaksud dengan masalah yaitu identik dengan suatu kesulitan yang dihadapi oleh individu, yaitu sesuatu yang menghambat, merintangi jalan yang menuju tujuan atau sesuatu. Jadi bimbingan dan konseling islam diharapkan seorang konseli menemukan jalan hidupnya sejalan dengan nilai-nilai Islam, sehingga nantinya konseli akan mampu mengatasi masalah serta mencapai kebahagiaan di masa sekarang dan yang akan datang.[36]

6. Asas-Asas Bimbingan Konseling Islam

a. Asas Kebahagiaan Dunia dan Akhirat

Membantu konseli untuk mencapai kebahagiaan hidup yang senantiasa didambakan setiap muslim.

b. Asas Fitrah

Membantu konseli untuk mengenal, memahami, dan menghayati fitrahnya sehingga segala gerak, tingkah laku dan tindakannya sejalan dngan fitrahnya tersebut.

c. Asas Lillahita'ala

[36]Aswadi, *Iyadah Dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press 2009), hal. 22- 28

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

Bimbingan konseling Islam diselenggarakan semata-mata karena Allah SWT

d. Asas Bimbingan Seumur Hidup

Bimbingan konseling Islam diperlukan selama hayat masih dikandung badan

e. Asas Kesatuan Jasmani dan Rohani

Bimbingan konseling Islam memperlakukan konseli sebagai makhluk jasmaniah dan rohaniah, tidak memandangnya sebagai makhluk biologis semata atau makhluk rohani semata.

f. Asas Keseimbangan Rohaniah

Rohani manusia mempunyai kemampuan berfikir, merasakan, menhayati dan kehendak atau hawa nafsu, bimbingan konseling Islam menyadari keadaan kodrati manusia dan berupaya menyeimbangkan unsur-unsur rohani manusia.

g. Asas Kemaujudan Individu

Bimbingan konseling Islam berlangsung pada citra manusia menurut Islam, memandang seorang individu merupakan eksistensial sendiri.

h. Asas Sosialita Manusia

Sosialitas yang diakui dengan memperhatikan hak individu, hak individu juga diakui sebagai bentuk tanggung jawab sosial.

i. Asas Kekhalifaan Manusia

Dalam Islam manusia diberikan kedudukan yang tinggi sekaligus tanggung jawab yang besar yaitu sebagai pengelola alam semesta.

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

Sebagai khalifah, manusia harus memelihara keseimbangan ekosistem, sebab problem- problem kehidupan, kerap kali muncul dari ketidak seimbangan ekosistem tersebut yang diperbuat oleh manusia itu sendiri.

j. Asas Keselarasan dan Keadilan

Islam menghendaki keharmonisan, keselarasan, keseimbangan, keserasian dalam segala segi, dengan kata lain Islam menghendaki manusia berlaku adil terhadap hak dirinya sendiri, hak orang lain, hak semesta alam, dan hak Allah SWT.

k. Asas Pembinaan Akhlaqul Karimah

Bimbingan konseling Islam membentuk konseli memelihara, mengembangkan serta menyempurnakan sifat-sifat yang baik.

l. Asas Kasih Sayang

Bimbingan konseling Islam dilakukan dengan landasan kasih sayang, sebab dengan kasih sayanglah bimbingan konseling Islam akan berhasil.

m. Asas Saling Menghargai dan Menghormati

Dalam bimbingan konseling Islam kedudukan pembimbing dengan yang dibimbing pada dasarnya sama atau sederajat, perbedaannya terletak pada fungsinya saja yakni yang satu memberi bantuan dan satunya menerima bantuan. Hubungan yang terjalin antara pihak pembimbing dan yang dibimbing merupakan hubungan yang saling menghormati sesuai dengan kedudukan masing-masing sebagai makhluk Allah SWT.

n. Asas Musyawarah

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

Antara konselor dan konseli terjadi dialog yang baik, satu sama lain tidak akan saling mendikte dan tidak ada perasaan saling tertekan.

o. Asas Keahlian

Bimbingan konseling Islam dilakukan oleh orang-orang yang memang memiliki kemampuan dan keahlian dalam bidangnya.[37]

Dari beberapa Asas Bimbingan Konseling Islam diatas, konselor menjelaskan bahwa konseling ini harus dilandasi dengan Asas-asas diatas, Agar proses bantuan ini dapat dilaksanakan sesuai Asas yang telah disepakati dan konseli suka rela sebagai objek penelitian tanpa adanya paksaan dari sebelah pihak.

7. Langkah-Langkah Bimbingan dan Konseling Islam

Dalam Bimbingan dan Konseling Islam ada beberapa langkah yang harus dilakukan antara lain:

a. Langkah identifikasi Masalah. Langkah ini dimaksudkan untuk mengetahui masalah beserta gejala-gejala yang nampak.
b. Langkah diagnosis. Langkah diagnosa yaitu langkah untuk menetapkan jenisbantuan apa yang dihadapi beserta latar belakangnya.Langkah prognosis
c. Langkah prognosa. yaitu langkah untuk menetapkan jenis bantuan apa yang akan dilaksanakan untuk menyelesaikan masalah.

[37] Aunur Rahim Faqih. *Bimbingan Konseling Islam*, hal. 21- 35

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. Langkah terapi (*Treatment*). Langkah ini adalah langkah pelaksanaan bantuan apa yang telah ditetapkan dalam langkah prognosa.

e. Langkah evaluasi (*Follow Up*). Langkah ini dimaksudkan untuk mengatakan sejauh mana langkah konseling yang telah dilakukan mencapai hasilnya. Dalam langkah follow up atau tindak lanjut, dilihat perkembangannya selanjutnya dalam jangka waktu yang lebih jauh.[38]

B. *Assertive Training*

1. Assertive Training

Dalam kehidupan sosial, antara individu satu dengan yang lain mempunyai hak-hak rasional, seperti setiap orang berhak menyatakan perasaan fikiran, kepercayaan sesuai dengan apa yang diinginkannya, berhak menolak sesuatu yang tidak diinginkannya, dan berhak mengembangkan hubungan sosial yang saling menguntungkan dengan orang lain. Dalam mengungkapkan hak-hak tersebut, individu memiliki 3 cara, yaitu mengkomunikasikan secara pasif, asertif, atau agresif. Apabila passive, individu tersebut cenderung tidak melakukan apapun, dan memendam dalam hati saja. Apabila agresif, individu tersebut cenderung menantang dan menyerang pribadi orang lain. Sedangkan apabila asertif, individu tersebut bersikap lugas, santun, tegas, dan tanpa menyerang pribadi orang lain.

[38]Aswadi, *Iyadah Dan Takziyah Prespektif Bimbingan dan Konseling Islam*, (Surabaya: Dakwah Digital Press 2009), hal. 40

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

Asertif pertama kali dijelaskan oleh *Andrew Salter* pada tahun 1940an sebagai keinginan dalam penyampaian keinginan diri. Wolpe danLazarus mengungkapkan kembali bahwa prilaku asertif adalah mengekspresikan, mengungkapkan perasaan dan keinginan secara tepat dan benar. Menurut Taubman *Assertive* dapat diartikan sebagai ekspresi dari perasaan-perasaan dan kebutuhan-kebutuhan, belajar bertindak atas dasar perasaan-perasaan, keinginan-keinginan dan kebutuhan-kebutuhan serta menghormati perasaan-perasaan orang lain, ekspresi yang tepat dan pikiran dan perasaan serta ekspresi (tingkah laku) yang tepat dari keinginan-keinginan yang dimiliki. *Assertive Training* merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.[39]

Assertive training menurut Alberti dalam Gunarsa merupakan prosedur latihan yang diberikan kepada individu untuk melatih penyesuaian sosialnya dalam mengekspresikan sikap, perasaan, pendapat dan haknya.[40] Menurut jamal ma'ruf asmani *assertive training* adalah teknik yang digunakan untuk melatih seseorang yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini membantu individu yang tidak mampu

[39]Corey, Gerald. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi.* Bandung : PT Reflika Aditama, 2009, hal. 215
[40]Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi.* Jakarta : Libri, 2011, hal. 216

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

mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi, dan respon positif lainnya.[41]

Asertif merupakan 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 merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan pada individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.[42]

Corey menyatakan bahwa asumsi dasar dari pelatihan asertifitas adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaanya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut. Teknik ini digunakan untuk melatih klien yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakanya adalah layak atau benar.

beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa latihanasertifmerupakan keterampilan mengekspresikan, mengkomunikasikan, dan menegakkan hak individu yang rasional secara tepat kepada orang lain dan dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak rasional orang lain. Dalam bukunya Alberti dan

[41]Jamal Ma'ruf Asmawi, *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling Di Sekolah,* Jogjakarta, DIVA Press, 2011, hal.224

[42]Fauzan, lutfi. 2009. *Latihan Asertif.* http://lutfifauzan.Wordpress.Com/2009/08/09/latihan-asertif

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

Emmons juga berpendapat bahwa sertif bukan hanya menekankan pada prilaku verbal, tetapi juga komponen-komponen lain seperti kontak mata, postur tubuh, gesture, ekspresi wajah, warna infleksi dan volume suara, dan kelancaran dan timing asersi.

Keasertifan atau kelugasan merupakan kemampuan untuk menyadari keinginan dan perasaan diri dan mempertahankan hak-hak diri tanpa perlu melanggar hak orang lain dalam memenuhi kebutuhannya. Kemampuan untuk bersikap asertif (lugas) adalah bagian penting dalam membuat batasan tentang diri sendiri dalam suatu hubungan atau transaksi sosial. Keasertifan diri menyatakan pernyataan akan kebutuhan, perasaan, dan hak-hak orang yang sesuai dengan apa yang diinginkan.[43]

2. Tujuan *Assertive Training*

Secara umum, tujuan *Assertive Training* sama dengan tujuan bimbingan konseling yakni agar membantu klien mencapai kesejahteraan hidup. *Assertive Training* dilakukan untuk :

a. Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain.
b. Mengajarkan pada individu untuk mengungkapkan diri dengan cara sedemikian rupa sehingga terrefleksi kepekaanya terhadap perasaan dan hak orang lain.

[43]Nurul Amin, Zakki. *Portofolio Teknik-Teknik Konseling (Teori dan Contoh Aplikasi Penerapan)* Semarang : 2017 . hal. 23-24

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. Meningkatkan kemampuan individu untuk menyatakan dan mengekspresikan dirinya dengan enak dalam berbagai situasi sosial
d. Menghindari kesalah pahaman dari pihak lawan komunikasi
e. Meningkatkan kemampuan behavioralnya sehingga mereka bisa menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang diinginkan atau tidak.

Secara khusus, tentu saja *Assertive Training* bertujuan untuk memecahkan masalah yang dihadapi klien. Sehingga, tujuan khusus klien sangat bergantung pada jenis masalah klien serta harapan klien dalam menghadapi masalah.

Dari tujuan umum dan tujuan khusus, konselor dapat menjelaskan bahwa, tujuan *Assertive Training* adalah untuk menangani konseli dalam memecahkan masalahnya melalui latihan keterampilam sosial dengan berikap tegas tanpa ragu pada nantinya klien bisa menjadi lebih percaya diri di muka umum dan bisa mempertanggung jawabkan pilihan hidupnya yang ia pilih sendiri sesuai resiko yang sudah diambilnya. sehingga konseli dapat mencapai kesejahteraan hidupnya.

3. Teknik-Teknik *Assertive Training*

Dalam pelaksanaan Asertif Training konselor harus memahami dan mempunyai skill konseling sebelum melakukan penyelesaian masalah serta memperaktikan dasar-dasar konseling sesuai perkembangan

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

zaman. Teknik dasar digunakan dalam wawancara konseling. Teknik tersebut meliputi: teknik menerima klien, mengatur sikap dan jarak duduk, melakukan kontak mata, teknik mendengar, memahami dan merespon, membangun kontak dan psikologis, mengadakan penstrukturan, mengajak klien berbicara, memberikan dorongan minimal, mengajukan pertanyaan terbuka, memberikan refleksi, menyimpulkan, menafsirkan, mengkonfrontasikan, meruntuti pembicaraan, mengelola suasana diam, mengelola transferensi dan kontra transferensi, menafsirkan pengalaman masa lalu, mengelola asosiasi bebas dan menyusun laporan konseling. Dalam *Assertive Training* ada 3 teknik yang dapat digunakan dalam menggunakan model latihan asertif yaitu :

a. *Role playing* adalah metode pembelajaran dimana klien memainkan peran dengan menirukan gerakan dan mengembangan peran tersebut sesuai dengan masalah yang dihadapi, serta menyelesaikan masalah tersebut.
b. *Modeling* adalah suatu komponen dari suatu strategi dimana konselor menyediakan demonstrasi tentang tingkah laku yang menjadi tujuan.
c. *Sosial reward* adalah penghargaan atas prestasi biasa diberikan dalam bentuk materi dan non materi yang masing-masing sebagai bentuk motivasi positif.

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

Dari 3 teknik *asertif training* di atas, konselor menjelaskan bahwa dalam penelitian ini konselor menggunakan satu teknik yaitu berupa teknik role playing (bermain peran) yakni dimana klien diajak bermain peran secara bergantian sesuai dengan prosedur yang sudah ada. konseli nantinya berperan jadi konselor begitu juga konselor nantinya perperan jadi konseli. Supaya nantinya konseli selama latihan bermain peran juga ikut serta merasakan bagaimana posisi ketika mengalami suatu masalah dan berperan menjadi konselor bagaimana menghadapi suatu permasalahan. Sehingga pada akhirnya klien bisa memilah dan menimbang apakah tingkah laku yang dilakukan selama ini layak dilakukan untuk dirinya apa tidak. Kemudian dilanjutkan dengan cara bertemu kembali pada sesi selanjutnya.

4. Tahap-Tahap *Assertive Training*

Pelaksanaan *Assertive Training* memiliki beberapa tahapan atau prosedur yang akan dilalui ketika pelaksanaan latihan. Pada umumnya teknik untuk melakukan latihan asertif, mendasarkan pada prosedur belajar dalam diri seseorang yang perlu di ubah, diperbaiki dan diperbarui. Beberapa jenis prosedur latihan asertif yakni :

a. Identifikasi terhadap keadaan khusus yang menimbulkan persoalan pada pasien atau klien.
b. Memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan pasien atau klien pada situasi tersebut.

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. Dipilih sesuatu situasi khusus dimana pasien atau klien melakukan permainan peran (*role play*) sesuai dengan apa yang ia perhatikan.
d. Terapis memberikan umpan balik secara verbal, menekankan hal yang posistif dan menunjukan hal-hal yang tidak sesuai (tidak cocok, inadekuat) dengan sikap yang baik dan dengan cara yang tidak menghukum atau menyalahkan.
e. Terapis memperlihatkan model prilaku yang lebih diinginkan, pada pasien atau klien menerima model prilaku jika sesuai (terjadi pergantian peran)
f. Terapis membimbing, menjelaskan hal-hal yang mendasari prilaku yang diinginkan.
g. Selama berlangsung proses peniruan, terapis meyakinkan pernyataan dirinya yang positif yang diikuti oleh prilaku.
h. Pasien atau klien kemudian berusaha untuk mengulangi respon tersebut.
i. Terapis menghargai perkembangan yang terjadi pada pasien atau klien dengan strategi "pembentukan" (*shaping*) atau dukungan tertentu yang menyertai pembentukan respon baru (langkah nomor lima, enam, tujuh, dan delapan, diulang sampai terapis dan pasien atau klien puas terhadap respon-responya yang setidaknya sudah berkurang ansietasnya dan tidak membuat peryataan diri yang negatif).

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

j. Sekali pasien atau klien dapat menguasai keadaan sebelumnya menimbulkan sedikit sensietas, terapis melangkah maju ke hierarki yang lebih tinggi dari keadaanya yang menjadi persoalan.

k. Kalau interaksinya terjadi dalam jangka waktu lama, harus dipecah menjadi beberapa bagian yang diatur waktunya.selanjutnya terapis bersama pasien atau klien menyusun kembali urutan keseluruhan secara lengkap.

l. Diantara waktu-waktu pertemuan, terapis menyuruh pasien atau klien melatih dalam imajinasi, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Hasil apa yang dilakukan pasien atau klien, dibicarakan pada pertmuan berikutnya.

m. Pada saat pasien atau klien memperlihatkan ekspresi yang cocok dari perasaan-perasaan yang negatif, terapis menyuruhnya melakukan respon yang paling ringan. Selanjutnya pasien atau klien harus memberikan respons yang kuat kalau respon tidak efektif.

n. Terapis harus menentukan apakah pasien atau klien sudah mampu memberikan respon yang sesuai dari dirinya sendiri secara efektif terhadap keadaan baru, baik dari laporan langsung yang diberikan maupun dari keterangan orang lain yang mengetahui keadaan pasien atau klien.

C. Percaya Diri

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

1. Pengertian percaya diri

Percaya diri adalah keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu. Percaya diri berarti keyakinan bahwa orang mempunyai kemampuan untuk memutuskan jalanya suatu tindakan yang dituntut untuk mengurusi situasi-situasi yang dihadapi.[44]

Kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan dapat mengembangkan kesabaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.[45]

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.[46]

Percaya diri menurut Antony 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.[47]

Dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, mengembangkan

[44]Mohammad Mustari, *Nilai Karakter,* PT Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2014, hal, 51
[45]Nur Ghufron & Rini Risnawati, *Teori-Teori Psikologi*, (Jogjakarta:Ar-Ruz Media, 2002), hal.34
[46]Agus Suyanto, *Pendidikan yang Efektif yang dapat dilakukan Oleh Keluarga,* (Surabaya: Media pendidikan dan ilmu pengetahuan, 1987), hal. 41
[47]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

kesadaran diri, dan mempunyai kemampuan untuk menghadapi situasi apapun yang dihadapi. Orang mempunyai kepercayaan diri adalah orang yakin akan kemampuan dirinya, orang yang mandiri, orang yang tidak suka meminta bantuan kepada pihak lain. Orang yang mempunyai kepercayaan diri dalam melakukan suatu kegiatan tanpa bertanya kepada orang lain apakah yang dikerjakan itu perlu atau tidak, apakah yang dikerjakan benar atau tidak, ia akan melakukan kegiatan itu. Kalau seorang mempunyai keyakinan bahwa apa yang dikerjakan itu benar sesuai dengan yang ada dalam dirinya, maka hal tersebut akan dikerjakan tanpa meminta pertimbangan dengan pihak lain. Dengan kata lain orang yang mempunyai kepercayaan diri adalah orang yang juga mempunyai kemandirian, tidak tergantung kepada orang lain dalam melakukan suatu kegiatan.[48]

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 orangdisekitarnya.
b. Ambisi Normal. Ambisi disesuaikan dengan kemampuan tidak ada kompetensi dari ambisi yang berlebihan, dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan bertanggung jawab

[48]Hadi, *Peran Psikologi di Indonesia,* Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2000. hal 75

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. 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.[49]

3. Faktor-faktor yang mempengaruhikepercayaan 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 hubungan individu dengan orang lain. Yang dimaksud dengan orang lain menurut Calhoun dan Acocela 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 di percaya 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 kesukaranya dalam mendapatkan

[49]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

informasi tentang dirinya sehingga hal ini akan menjadi penyebab utama anak berkonsep diri negatif.

Orang tua yang menciptakan kehidupan beragama, suasana yang hangat, saling menghargai, saling pengertian, saling terbuka, saling mejaga dan diwarnai kasih sayang dan rasa saling percaya akan memungkinkan anak untuk tumbuh dan berkembang secara seimbang dan membentuk konsep diri anak yang positif. Orang yang tua 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 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 prilaku positif maka dapat diasumsikan perilaku tersebut akan mempengaruhi anggota lain.

c. Masyarakat

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

Masyarakat sangat mementingkan fakta-fakta yang ada pada seseorang anak, siapa bapaknya, ras dan lain-lain sehingga hal ini sangat berpengaruh terhadap konsep diri yang dimiliki oleh seseorang 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.[50]

4. Ciri-ciri kurangnya rasa percaya diri

Adapun ciri-ciri kurangnya rasa percaya diri yang juga menjadi penghambat pada seseorang yaitu:[51]

a. Sikap pasrah pada kegagalan, memandang masa depan suram. Bersikap pesimis dalam kegagalanya dan sulit bangkit dari keterpurukan, dan menganggap bahwa apapun yang dilakukan akan gagal lagi.
b. Suka berfikir negative dan gagal mengenali potensi yang dimilikinya. Berfikir negatif atas kemampuan yang dimiliki.
c. Takut untuk membentuk opininya sendiri. Tidak berani mengungkapkan pendapat.

[50] Pongky Setiawan, *Buku Sakti Atasi Minder dan Grogi,* (Yogyakarta: mantra books, 2014) , hal. 16-17
[51]Centi, *Mengapa Rendah Diri,* (Yogyakarta:Kanisius, 1995). Hal. 22

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. Hidup dalam keadaan pesimis dan suka menyendiri. Berfikir negatif dengan kehidupannya dan lebih memilih sendiri

Untuk sebagian remaja, rendahnya percaya diri hanya menyebabkan rasa tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara, tetapi bagi beberapa remaja, rendahnya percaya diri dapat menimbulkan banyak masalah. Rendahnya percaya diri dapat menyebabkan depresi, bunuh diri, dan masalah penyesuaian diri lainya. Sama halnya remaja tingkat Madrasah Aliyah, anak yang murung, ataupun dilingkungkan sekitar lainnya. Tingkat keseriusan konsekuensi rendahnya percaya diri tidak hanya saat berinteraksi di lingkungan saja, hal ini juga berpengaruh saat jam pembelajaran di sekolah.

Meskipun dukungan orang tua juga merupakan faktor yang penting untuk kepercayaan diri pada remaja awal. Dukungan teman sebaya merupakan faktor yang lebih penting dibandingkan dengan dukungan orang tua di masa akhir. Biasanya teman yang sangat mendukung perkembangan remaja teman akrab, karena hal ini bisa terjadi mengingat teman akrab selalu memberikan dukungan yang dibutuhkan, sehingga dukungan tersebut dianggap oleh remaja sebagai suatu yang normal dan bukan suatu tuntutan.

5. Manfaat percaya diri

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. Memiliki kepribadian yang mantab dalam berbuat, tidak ada keraguan. Menyerahkan sesama kepastian kepada Allah.
b. Husnudzan (baik sangka) kepada Allah maupun kepada orang lain. Berprasangka baik atas ketentuan Allah, dan tidak mudah berburuk sangka dengan sikap orang lain.
c. Selalu bersyukur kepada Allah. Senantiasa mensyukuri nikmat yang telah Allah berikan.
d. Tidak sombong dengan keberhasilannya. Dalam keadaan yang berhasil tetap rendah diri dan tidak menyombongkan keberhasilannya dirinya.
e. Berjiwa mandiri dan selalu optimis. Selalu bersikap mandiri dan yakin dengan kemampuan dirinya.
f. Berani berpendapat dan menyatakan sikap. Berani mengungkapkan pendapat dengan sikap sopan dan santun.[52]

Masalah percaya diri bukan hanya dialami oleh orang-orang biasa saja yang begitu Nampak tidak percaya diri. Akan tetapi dapat dialami oleh semua orang termasuk peserta didik yang tidak percaya diri dalam mengungkapkan pernyataan, pendapat dan tanggung jawab pertanyaan dari guru, dan hal ini akan menghambat proses belajar mengajar.

Tabel 2.1

[52]Santrock, *Perkembangan Remaja*, PT Gelora Aksara Pratama, Jakarta, 2003, hal. 338

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

Perbedaan Karakteristik Individu Percaya Diri Tinggi dan Rendah

No	Indikator Percaya Diri	Karakteristik
1	Individu dengan percaya diri tinggi	-Percaya akan kemampuan dirinya sendiri tanpa membutuhkan pengakuan, pujian dari orang lain -Berani menerima danmenghadapi penolakan-penolakan dari orang lain dan tetap kuat menjadi diri sendiri. - Menghargai usaha yang sudah kita lakukan tanpa ada rasa menyerah serta tidak mengantungkan sama orang lain - Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang ada diluar. -Mempunyai pengendalian diri yang baik tidak gampang di ambil hati. - Memiliki harapan yang nyata supaya kalau nanti misalkan harapan itu tidak terwujud maka ada opsi lain untuk menganti melakukan harapan yang lebih matang karena kegagalan adalah awal cara menuju kesuksesan.

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	Individu dengan Percaya diri rendah	-Menyimpan rasa takut ketika melakukan suatu tindakan. -Sulit menerima realita diri dan memandang rendah kemampuan diri sendiri. - Pesimis gampang menyerah dan mudah menilai segala sesuatu dengan cara pandang yang negatif. - Takut gagal dalam melakukan segala sesuatu. -Selalu menempatkan/ memposisikan dirinya yang paling terakhir, karena merasa dirinya tidak mampu. - Mudah menyerah pada kenyataan, padahal Allah sendiritidak suka terhadap orang yang menyerah atau putus asa karena keadaan suatu kaum Allah tidak merubah melainkan usaha hambanya sendiri yang merubahnya.[53]

Hasil dari identifikasi masalah konseli yang dilakukan oleh konselor, dan setelah melihat tabel perbedaan karakteristik tingkat percaya diri tinggi dan rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa konseling termasuk Individu dengan percaya diri rendah.

D. Penetlitian Terdahulu

1. Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Pelatihan Asertif Pada Siswa Kelas VIII C SMPN 2 Bukateja Tahun Pelajaran 2013/2014. Rian Ardi Pratama(2014)

   Persamaan:terdapat kesamaan dalam teknik yang digunakan yaitu *Asertif Training*. Perbedaan : terdapat fokus permasalahan yang ditangani masalahnya berbeda.

[53]Fatimah Enung. *Psikologi Perkembangan* (*Psikologi Perkembangan Peseta Didik*). (Bandung: CV Pustaka Setia,2010) ,hal 149-150

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. Implementasi Teknik Latihan Asertif Dalam Meningkatkan Prilaku Pasif (Studi Kasus Siswa "X" Pada Pelajaran Matematika di SMP Kemala Bhayangkara 1 Surabaya) " Miftahul Hidayah. 2016

   Persamaan : terdapat kesamaan dalam teknik yang digunakan yaitu: *Assertive Training*

   Perbedaan : terletak pada fokus permasalahnya yaitu Meningatkan Prilaku Pasif Study Kasus Siswa X Pada Pelajaran Matematika di SMP kemala Bhayangkara 1 Surabaya.

2. Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Realitas Dalam Menangani Rasa Percaya Diri Seorang Anak di Desa Srigading Ngoro Mojokerto Study Kasus Seorang Anak Yang Dipaksa Mondok. Arif Bahrudin. 2016

   Persamaan :terdapat pada fokus permasalahan yaitu tentang Percaya diri

   Perbedaan : terletak pada teknik yang digunakan yaitu terapi realitas dalam menangani rasa percaya diri seorang anak.

3. Konseling Islam dengan Assertive Training Dalam Mengatasi Sulit Bersosialisasi Pada Seorang Anak Penderita Epilepsi di Gubeng Klingsingan Surabaya. Layliya, Taufik Nur. 2016

   Persamaan : terdapat kesamaan tekniknya yang digunakan yaitu: Assertive Training Perbedaan : terletak pada fokus pemasalahnya yaitu Sulit Bersosialisasi pada Seorang Anak Penderita Epilepsi

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 konselor berfokus pada siswa kurang percaya diri yang ditangani berbeda.

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

BAB III

PENYAJIAN DATA

A. Deskripsi Umum Objek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Madrasah Aliyah bilingual adalah lembaga pendidikan yang berada dibawah naungan pesantren modern Al-Amanah yang terletak di desa junwangi, tepatnya di susun Kwagen, kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo. Al-amanah adalah wujud idealism dari pendirinya yaitu KH. Nurcholis Misbah. Tahun 1992 pesantren Al-Amanah resmi berdiri, dan baru tahun 1995 ada satu santri yang mukim. Sejak itu Al-Amanah bekerja sama dengan Madrasah Tsanawiyah Negeri. Pagi hari santri sekolah di madrasah Tsanawiyah, selebihnya mereka mendapatkan layanan pendidikan dari pesantren Al-Amanah. Waktu terus berlalu, pelan-pelan konsep pendidikan yang ditawarkan mulai mendapat apresiasi, maka kini tahun 2007 jumlah santri yang sekolah di Tsanawiyah lebih dari 200 anak Pesantren Modern Al-Amanah adalah lembaga setingkat SMA dengan nama Madrasah Aliyah Bilingual.

Madrasah Aliyah Bilingual merupakan full day school mulai jam 06;45-15;00 WIB yang dalam proses pendidikan dan pengajaran lebih menekankan pada *student oriented*. Sedangkan para guru atau ustadz ustadzah sebagai pembimbing dan sekaligus menjadi fasilitator sumber-sumber ilmu. Dengan metode ini diharapkan siswa dapat lebih dewasa dan mandiri dalam belajar sehingga tumbnuh kesadaran bahwa belajar

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

bukan sebagai beban tapi sebagai sebuah kebutuhan. Pemahaman demikian akan mengantarkan siswa pada kesadaran dan penghargaan terhadap guru dan ilmu. Madrasah Aliyah Bilingual mengunakan kurikulum nasional, kurikulum tingkat satuan pendidikan dengan penguatan muatan local khas lembaga dalam lingkungan pesantren.

Madrasah Aliyah Bilingual menggunakan dua kurikulum, kurikulum kementrian agama dan kurikulum pesantren modern Al-Amanah. Kurikulum pesantern bertumpu pada kalimat Al-Qur'an dan bahasanya yang rincinya adalah mampu membaca A-Qur'an dengan baik, mampu membaca dan menulis huruf arab, mampu mengunakan bahasa AL-Quran dalam percakapan harian, hafal juga sebagian ayat ayatnya (3juz), mampu menerjemahkan Al-Qur'an dari awal hingga akhir dan mampu mengakses kitab-kitab tafsir dalam bahasa Indonesia maupun bahasa arab. Kedua kurikulum tersebut dihasilkan secara terpadu dengan *systemfull day school*. Karena itu proses pendidikannya 24 jam, selebihnya santri di bawah naungan pesantren.

a. Profil Sekolah

Dalam deskripsi ini data yang peneliti sajikan adalah mengenai obyek penelitian. Identitas MA Bilingual Sidoarjo

1) Nama Sekolah : Madrasah Aliyah Bilingual
2) Alamat / desa : Jl. Junwangi-Krian No 43

   Kecamatan : Krian

   Kabupaten : Sidoarjo

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

Provinsi : Jawa Timur

Telephone : 031-70610550

Fax : 031-8983363

3) SK kelembagaan : Wm. 06.04 / PP. 03.2 / 2587 / SKP / 2002
4) NSS (12 digit) : 312351517972
5) Tahun didirikan : 2002
6) Akreditasi : Amat baik "A"
7) Status Tanah : Waqaf
8) Luas Tanah : 3790 m2
9) Nama kepala sekolah : H. Fachrizal Ishaq, Lc., M.Fil.l
10) No. SK Kepala Sekolah : 02 / YPA / SK. PKMB/ III/ 2002
11) Masa Kerja kepala Sekolah : 5 Tahun

b. Visi Dan Misi

1) Visi

Tumbuh dan berkembangnya manusia yang selalu berfikir, dan beramal

2) Misi

a) Menghidupkan ghoiroh beribadah dan beramal
b) Menanamkan akhlak Al-kharimah
c) Mengembangkan pendidikan yang memiliki tradisi keseimbangan dan keunggulan, Intelektual, Emosional, dan Spiritual

c. Latar Belakang Sejarah Sekolah

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

Madrasah Aliyah Bilingual merupakan lembaga pendidikan formal yang dimiliki Pesantren Modern al-Amanah yang menempati areal seluas 10.000 m^2 , sedangkan Madrasah Aliyah Bilingual menempati areal sekitar 2500 m^3 dari total luas Pesantren Modern al-Amanah. Di tanah seluas tersebut kegiatan belajar mengajar bisa dikatakan kondusif. Pesantren Modern al-Amanah terletak di Dusun, Kwangen, Desa Junwangi Kec. Krian Kab. Sidoarjo Jawa Timur. Desa Junwangi berada pada 2 km di sebelah timur kota Krian *Land Scape* desa Junwangi merupakan dataran rendah yang masih alami dengan mayoritas penduduk adalah petani dan pekerja di sektor non formal.

Pesantren Modern al-Amanah adalah salah satu pesantren di Kabupaten Sidoarjo yang menerapkan penggunaan bahasa Arab dan Inggris bagi santrinya dalam berkomunikasi sehari-hari dengan sesama santri, demikian pula bagi siswa-siswa Madrasah Aliyah Bilingual,yang di dalamnya mayoritas siswa Madrasah Aliyah Bilingual berasal dari daerah sekitar Krian dan beberapa di antaranya berasal dari luar Kecamatan Krian dan Kabupaten Sidoarjo.

d. Letak Geografis

Keadaan geografis merupakan salah satu hal yang sangat penting bagi pelaksanaan penelitian untuk memperoleh gambaran yang utuh dan jelas mengenai lokasi penelitian. Secara geografis MA. Bilingual Krian

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

berada di lokasi yang sangat strategis dan nyaman yaitu di desa Junwangi Kecamatan Krian Kabupaten Sidoarjo, yaitu :

1) Ketinggian tanah dari permukaan laut : 3M
2) Banyaknya curah hujan : 1500 mm/ tahun
3) Suhu udara rata-rata : 23 C
4) Status tanah : milik sendiri
5) Luas tanah : 3790 m 2
6) Orbritasi
   a) Jarak ke Pusat Kecamatan : 5 Km
   b) Jarak ke pusat Kota : 20 Km
   c) Sebelah utara berbatasan dengan Desa Terung Kulon Kecamatan Krian Sidoarjo.
   d) Sebelah selatan berbatasan dengan Desa Terik Kecamatan Krian, Sidoarjo.
   e) Sebelah barat berbatasan dengan Desa Kemasan Kecamatan Krian, Sidoarjo
   f) Sebelah timur berbatasan dengan Desa Candi Negoro Kecamatan Wonoayu, Sidoarjo

2. Deskripsi Konselor

Sebagaimana yang sudah di jelaskan bab sebelumnya, konselor orang yang memiliki atau mempunyai pengetahuan dan kewenangan untuk melakukan konseling pada individu atau kelompok dalam mengatasi masalah yang dihadapi konseli, guna klien bisa memilih atas

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

hidupnya sesuai resiko yang sudah di ambilnya guna mencapai kehidupan yang sejahtera dan menjadi lebih baik.

Disamping itu, tugas utama konselor adalah membantu konseli yang dirasa mempunyai masalah serta tingkah laku yang menjadikan diri konseli tidak percaya diri dan kita bantu menjadi percaya diri dan tegas. Adapun biodata konselor pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Nama	: Hilal Iqbaluddin
Nim	: B93215103
Jurusan	: Bimbingan Konseling Islam
Fakultas	: Dakwah dan Komunikasi
Tempat tanggal lahir	: Lamongan, 02 April 1997
Usia	: 22 Tahun
Anak ke	: 1 dari 1 saudara
Jenis kelamin	: laki-laki
Status	: Mahasiswa semester 7
Alamat asal	: Jl. KH Ahmad Dahlan RT/03 RW/05 Ds. Weru Kec. Paciran Kab. Lamongan

Riwayat Pendidikan :

1) TK ABA Weru Paciran Lamongan (2003-2006)

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) MI Mathlabul Huda Weru Paciran Lamongan
(2006-2009)
3) MTs Tanwirul Qulub Sunggelebak Karanggeneng Lamongan (2009-2012)
4) MA Tarbiyatut Tholabah Kranji Paciran Lamongan (2012-2015)
5) UIN Sunan Ampel Surabaya (2015-sekarang)

a. Pengalaman Konselor

Adapun pengalaman-pengalaman yang didapat oleh konselor yaitu :

Pengalaman adalah guru terhebat yang pernah ada di sepanjang masa. Tidak asing lagi kata-kata maupun selogan tentang arti sebuah pengalaman. Kini menunjukan bahwa pengalaman sangatlah dibutuhkan dalam menyelesaikan suatu permasalahan khususnya di dunia konseling. Dengan pengalaman kita bisa mempertajam pemahaman tentang materi teoritis di bangku perkuliahan dan juga diluar perkuliahan sebagiamana konselor mempunyai beberapa pengalaman yang menjadi acuan untuk melaksanakan sebuah penelitian guna memenuhi perkembangan potensi diri serta mengetahui sejauh mana materi yang sudah didapatkan di bangku perkuliahan.

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

Konselor telah menempuh beberapa mata kuliah Bimbingan Konseling Islam dengan Konsentrasi komunitas yang sekarang berada di semester 7 di antaranya Konseling Sekolah, Konseling Rumah Sakit, konseling Anak Berkebutuhan Khusus, Konseling Pesantren dll. Konselor juga dibekali berbagai model praktek di tiap-tiap semester mulai dari praktek konselor dengan di beri pelatihan tentang bagaimana menangani permasalahan yang di alami oleh konseli.

. Konselor di bekali pengalaman-pengalaman praktek diantaranya praktek beberapa minggu di SMPN (inklusi) 43 Surabaya di dalamnya terdapat siswa separuh anak-anak luar biasa (ABK) dan juga pernah Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) sebagai Bimbingan Rohani di Rumah Sakit Islam Jumursari Surabaya selama 1 minggu magang dalam menyelesaikan mata kuliah Konseling Rumah Sakit. Konselor juga pernah study banding ke RSJ lawang dan berhadapan langsung dengan konseli dan suasana di sana, konseli juga pernah menangani masalah kekecewaan terhadap teman di pesantren luhur Al-husna, konselor juga kadang-kadang mendengarkan curhatan teman bermain dirumah maupun disurabaya, yakni teman kuliah maupun curhatan teman alumni sekolahnya dulu. Konselor juga sudah melakukan KKN di Desa Wayut Kecamatan Jiwan Kabupaten Madiun selama 1 bulan. kemudian selama 2 bulan konselor Praktek Pengalaman Lapangan di Madrasah Aliyah Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo. Pengalaman ini sebagai acuan konselor untuk menunjang penelitian. Pengalaman paling

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

lama yaitu di Madrasah Aliyah Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo, yang akhirnya konselor berinisiatif untuk mengangkat permasalahan pada siswa di MA Bilingual.

Berdasarkan pengalaman secara teoritis dan praktis tersebut, peneliti/ konselor/ terapis berusaha untuk membantu konseli dalam penelitian ini untuk meningkatkan rasa percaya diri pada konseli. Sehingga nanti konseli mampu untuk bersikap percaya diri lagi tanpa rasa minder dalam kesehariannya.

3. Deskripsi konseli

Konseli merupakan orang yang mengalami masalah dalam diri dan memerlukan bantuan untuk menangani permasalahan tersebut berupa bimbingan konseling untuk memecahkan kesulitan yang dihadapi klien. Konseli adalah salah satu santriwati di dalam pesantren Al-amanah di tempat Praktek Pengalaman Lapangan konselor, untuk lebih jelaskan konselor akan menguraikan tentang identitas konseli, kepribadian konseli, keadaan ekonomi, dan lingkungan sekitar konseli sebagai berikut :

a. Data identitas konseli sebagai berikut :

Nama : Nadiya Arsyira Fariza

Nama Panggilan : Nadiya

Tempat tanggal lahir : Bekasi, 16 Agustus 2003

Usia : 16 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

Agama	: Islam
Hobi	: Membaca Novel Isnpiratif
Cita-cita	: Guru
Jenis kelamin	: Perempuan
Suku bangsa	: Indonesia
Alamat Domisili	: Pesantren Moden Al-amanah
Alamat asal	: Perumahan Krian Indah Regency AV/09
Anak ke	: 2 dari 2 saudara
Status pernikahan	: Pelajar
Nama ayah	: M. Chudori
Pekerjaan	: Karyawan Pabrik
Nama ibu	: Fatimatul Azza
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Nama Saudara	: Irfin Syahrun Nisyam

b. Kepribadian Konseli

Konseli merupakan anak bungsu dari dua bersaudara. Konseli anak yang terbilang cukup pendiam dari pada teman satu kelasnya yang kerap banyak bicara. Saat konseli duduk di bangku sekolah Madrasah Tsanawiyah, konseli mengalami salah tingkah, kemudian dari kejadian itu konseli di tertawakan oleh beberapa teman satu kelasnya. Setelah kejadian tersebut, konseli merasa dirinya tidak percaya diri jika berada di situasi ramai, begitu juga

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

saat disuruh maju di depan kelas oleh gurunya, konseli selalu menolaknya. Masalah itu menjadikan konseli merasa tidak percaya diri berbicara di depan umum dan terbawa sampai lulus dari Madrasah Tsanawiyah.

Pernah pada saat masuk sekolahan yang baru di Madrasah Aliyah Bilingual, konseli bersih keras memberanikan diri untuk bersikap percaya diri. Karena menurut konseli, teman baru disekolahan itu tidak akan mengetahui masa lalunya.

Namun tidak sengaja pada suatu hari konseli mencoba maju berbicara di depan umum untuk mempresentasikan tugasnya, pada waktu itu berketepatan mata pelajaran bahasa Arab. Namun, tidak seperti yang diharapkan olehnya, konseli mengalami kejadian yang sama terulang kembali yakni salah pengucapan dalam berbicara bahasa arab tidak sesuai arti dan makna dalam bahasa Indonesia, seketika itu sebagian teman-temanya menertawakan tapi tidak ada niatan untuk mem-*bully* hanya seketika pada waktu kejadian itu saja. Namun setelah kejadian itu, konseli akhirnya memilih untuk jadi lebih pendiam dan tidak percaya diri untuk melakukan kegiatan maupun ketika di suruh berbicara di depan umum oleh gurunya. Masalah tersebut mengganggu kegiatan belajar mengajarnya, pada suatu hari konseli dimarahi orang tua perempuanya dengan membandingan saudara pertamanya, ibunya merasa prestasi konseli tidak seperti kakaknya yang selalu

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

meningkat, dan kini malah konseli mengalami penurunan prestasi akibat salah satu dari masalah tersebut karena kurang percaya diri.

Saudara konseli bernama Hisyam, juga bersekolah disatu tempat yang sama dengannya, dia sekarang duduk di bangku kelas XII IPS. Prestasi Hisyam cukuplah membanggakan kedua orang tuanya, sehingga segala sesuatu yang dilakukan konseli menjadi bahan pertimbangan oleh ibunya dengan apa yang dilakukan kakaknya.

Konseli sekarang merasa dirinya tidak percaya dan malu mengekspresikan diri, sehingga memilih untuk pendiam. Padahal potensi dalam diri konseli cukuplah bagus jika dikembangkan karena konseli sendiri hobi membaca buku mulai dari novel hingga buku bacaan yang lainnya. Konseli juga mempunyai keahlian di bidang ilmu karate dan olahraga. Namun dari semua potensi tersebut terkalahkan oleh rasa kurang percaya dirinya.

c. Latar belakang ekonomi

Keluarga konseli merupakan dari keluarga tergolong cukup mampu atau menengah kebawah, ayahnya bekerja sebagai buruh pabrik di sidoarjo yang berangkat pagi dan pulang sore untuk mencari nafkah serta tanggung jawab sebagai seorang suami, lalu ibunya sebagai ibu rumah tangga yang mengurus kebutuhan rumah tangga dan mendidik anaknya. Meskipun dengan kondisi perekonimian keluarga yang sederhana, mereka masih sanggup

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

membiayai pendidikan anaknya hingga sekarang duduk di bangku Madrasah Aliyah.

d. Lingkungan sekitar konseling

Konseli tidak aktif mengikuti organisasi Remaja Masjid di desanya karena memang keadaan konseli sekarang berada di pesantren. Di lingkungan rumahnya, konseli sangat jarang berinteraksi dengan tetangga sebelah rumahnya. Konseli lebih memilih membantu ibunya di rumah mengerjakan tugas mulai dari masak, mencuci dan berdiam diri dirumah nonton televisi, bermain gadget. Dan jarang sekali bermain sesama teman seangkatannya di kampung halamanya. Konseli juga jarang berinteraksi bercerita kepada sang kedua orang tua karena satu alasan malu.[54]

4. Deskripsi Masalah

Masalah adalah kesenjangan antara sebuah kenyataan dengan harapan dan realita yang tidak sesuai bagi konseli. Permasalahan hendaknya segera diatasi karena apa kalau tidak di atasi yakni bertambahnya masalah maka semakin menumpuk dan menganggu perkembangan kepribadian.

Penelitian ini mengangkat masalah yang di alami oleh Nadiya Asyira Fariza, seorang siswa kelas X IPS 2 Madrasah Aliyah Bilingual sekaligus santri di pondok pesantren Al-Amanah Junwangi Krian Sidoarjo. Dimana Nadiya memiliki sikap kurang percaya diri

[54] Hasil Wawancara konseli pada tanggal 13 Oktober

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

diantaranya :sering menolak ketika disuruh maju kedepan untuk presentasi, selalu berkata tidak bisa sebelum mencobanya, menutup diri atau pendiam.

Saat konseli duduk di bangku sekolah Madrasah Tsanawiyah, konseli mengalami salah tingkah, kemudian dari kejadian itu konseli di tertawakan oleh beberapa teman satu kelasnya. Setelah kejadian tersebut, konseli merasa dirinya tidak percaya diri jika berada di situasi ramai, begitu juga saat disuruh maju di depan kelas oleh gurunya, konseli selalu menolaknya. Masalah itu menjadikan konseli merasa tidak percaya diri berbicara di depan umum dan terbawa sampai lulus dari Madrasah Tsanawiyah.

Konseli saat masuk di sekolah baru mencoba untuk memberanikan diri bersikap percaya diri berbicara di depan umum namun ternyata tidak sesuai harapannya, konseli tidak sengaja melakukan kesalahan yang sama, sehingga membuat konseli tidak percaya diri lagi didepan umum, ditambah lagi sikap orang tua konseli yang sering membandingkan dengan prestasi kakaknya yang juga bersekolah di tempat yang sama.

Mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh konseli peneliti mencoba membantu dengan Teknik *Assertive Training* dengan menggunakan *Role Playing* (bermain peran) untuk meningkatkan rasa Percaya dirinya didepan umum.

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

Assertive Training merupakan teknik yang digunakan untuk melatih seseorang yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi, dan respon positif lainnya.[55] Keasertifan atau kelugasan merupakan kemampuan untuk menyadari keinginan dan perasaan diri dan untuk mempertahankan hak-hak diri tanpa perlu melanggar hak orang lain dalam memenuhi kebutuhannya.

Dari permasalahan tersebut latihan asertif dilihat dari manfaatnya sangatlah cocok untuk menangani rasa kurang percaya diri Nadiya dengan menggunakan bermain peran.

Role playing (bermain peran) yaitu dimana klien diajak bermain peran secara bergantian sesuai dengan prosedur yang sudah ada. Konseli nantinya berperan jadi konselor begitu juga konselor nantinya berperan jadi konseli. Supaya nantinya selama latihan bermain peran juga ikut serta merasakan bagaimana posisi ketika mengalami suatu masalah dan berperan menjadi konselor bagaimana menghadapi suatu permasalahan.

B. Deskripsi Hasil Penelitian

1. Deskripsi Proses Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Assertive Training Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

[55]JamalMa'ruf Asmawi, *Panduan Efektif Bimbingan dan Konseling Di Sekolah,* Jogjakarta, DIVA Press, 2011, hal.224

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

Masalah merupakan sesuatu yang sering dialami oleh individu, suatu permasalahan akan muncul jika sesuatu yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan, dalam hal ini bergantung pada individu itu sendiri dalam menyikapi sebuah permasalahan. Ada individu yang bermasalah namun dia bisa menyelesaikan sendiri ada juga yang membutuhkan orang lain sebagai pendampingan, kemudian ada juga individu yang mendapat permasalahan menjadi gelisah, cemas, dan khawatir dengan apa yang harus dilakukan untuk permasalahan yang dihadapi. Seperti konseli yang di tangani kini membutuhkan bantuan karena masalah yang dihadapi berulang kembali seperti dulu lagi.

Konseling menggunakan teknik *Assertive Training* yangbertujuan untuk menangani klien yang kurang percaya diri akibat salah ucapan maupun tingkah laku di depan umum sehingga klien memilih untuk menjadi pendiam. Konselor mengajak klien latihan secara berulang-ulang supaya nantinya sudah terbiasa ketika di muka umum yakni berupa latihan ketegasan secara kurun waktu bentuk latihan menggunakan (*Role Playing*) bermain peran antara konseli dan konselor secara bergantian. Begitu juga klien tidak hanya latihan saja namun ikut merasakan apa yang ia rasakan ketika menjadi konselor dan konseli serta membantu klien untuk membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan permasalahan. Merasakan menghadapi masalah, merasakan menangani

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

maupun menyikapi masalah yang dihadapi pada waktu bermain peran tersebut.

Tabel 3.1

Jadwal Penelitian dan Proses Konseling

No	Hari/ Tanggal	Informan	Kegiatan	Tempat
1	Rabu dan Kamis, 10-11 Oktober 2018	Kepala Sekolah dan Guru	• Menelitilokasi Penelitian	MA Bilingual
2	Kamis,11 Oktober 2018	Konseli	• Bertemu dengan konseli dan meminta konseli sebagai subyek sekaligus konseli dalam penelitian diluar sekolah	MA Bilingual(Gazebo Utara sekolah)
3	Sabtu, 13 Otober 2018	Konseli	• Meminta riwayat dan identitas konseli • Observasi • Wawancara Mengenai keseharian konseli di sekolah maupun di luar sekolah	Ruang BK
4	Senin,15 Oktober 2018	Konseli dan wali kelas	• Observasi • WawancaraMengenai alasan dan tujuan cita –cita menjadi seorang guru.	Ruang BK
5	Selasa 16 Oktober 2018	Konseli dan Teman Konseli	• Observasi • Wawancara dengan siswa mengenai konseli	Ruang BK dan Kelas
6	Rabu, 17 Oktober 2018	Konseli dan guru mata pelajaran	• Observasi • Wawancara dengan siswa mengenai hubungan sosial konseli di lingkungan sekolah	Ruang BK

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

7.	Kamis, 18 Oktober 2018	Konseli	• Observasi • Pemberian treatment assertive training dengan role playing bermain peran tegas dan berani	Didalam Kelas XII
8.	Sabtu, 20 Oktober 2018	Konseli	• Observasi hasil treatment yang pertama • Pemberian treatment *assertive training* dengan role playing untuk meningkatkan rasa percaya dirinya	Di dalam kelas XII
8.	Senin, 22 Oktober 2018	Konseli	• Observasi hasil treatment yang kedua • Pemberian treatment *assertive training* dengan role playing	Ruang BK
9	Selasa 23 Oktober 2018	Konseli	• Observasi hasil treatment yang terakhir • Follow Up	Kondisional

Setelah menetukan waktu dan tempat. Konselor melakukan proses konseling kepada konseli dengan teknik *Assertive Training.* Proses konseling ini dilakukan selama sembilan kali pertemuan. Pada awal pertemuan konselor membangun hubungan dengan konseling agar konseli merasa nyaman, percaya dan mau andil mengikuti proses konseling ini secara seksama. Setelah melihat bentuk-bentuk perilaku konseli yang mengalami kurang percaya diri akibat salah ucap dan tingkah laku di depan umum, konselor memberikan teknik *Assertive*

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

Training pada konseli yang sesuai dengan masalah-masalah tersebut, Sebelum melakukan terapi tersebut, konselor menerapkan langkah-langkah dalam bimbingan konseling Islam. Adapun langkah-langkah tersebut diantaranya :

a. Identifikasi masalah

Langkah identifikasi masalah ini, konselor mengulas permasalahan yang dihadapi oleh konseli secara detail dan mendalam. Hal yang paling utama yaitu mendiskusikan dengan konseli tentang apa yang diinginkan dari proses konseling tersebut. Adanya diskusi ini untuk menghindari kemungkinan adanya harapan dan sasaran yang tidak tepat dan tidak realistis. Dengan demikian, yaitu mendiagnosis apa permasalahannya, tujuan dan hasil yang ingin dicapai.

Identifikasi masalah dalam hal ini berkaitan dengan gejala-gejala yang sering muncul pada diri konseli, sehingga konselor dapat menggali lebih dalam informasi tentang konseli. Informasi tersebut didapatkan hanya dari hasil wawancara dan observasi dengan konseli, Adapun data-data yang diperoleh dari sumber-sumber tersebut akan dijabarkan sebagai berikut :

Langkah identifikasi masalah ini, konselor mengulas permasalahan yang dihadapi oleh konseli secara detail dan mendalam. Hal yang paling utama yaitu mendiskusikan dengan konseli tentang apa yang di inginkan dari proses konseling tersebut. Adanya diskusi ini untuk menghindari kemungkinan adanya harapan dan sasaran yang tidak

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

tepat dan tidak realistis. Dengan demikian, yaitu mendiagnosis apa permasalahannya, tujuan dan hasil yang ingin dicapai.

Pada proses identifikasi masalah konselor akan menggali informasi lebih dalam mengenai diri konseli sehingga tidak terjadi kesalahan pada proses terapi yang akan diberikan. Informasi yang didapatkan tersebut yaitu dari hasil observasi dan wawancara baik dengan konseli, guru sekolah, teman konseli, dan wali kelas konseli.

Adapun data-data yang diperoleh dari sumber-sumber akan konselor uraikan sebagai berikut:

1) Data yang bersumber dari konseli

Nadiya merupakan siswa kelas X IPS 2 di Madrasah Aliyah Bilingual sekaligus santri di Pondok pesantren Modern Al-Amanah Junwangi Krian Sidoarjo.

Sejak pertama sekolah Nadiya belum pernah mengenyam di dunia pesantren. Nadiya di pesantren baru kali ini di Madrasah Aliyah di pesantren sebelumnya sekolah di desanya sendiri dan itupun juga tidak di pesantren. Dan kini Nadiya bisa dikatakan kaget dengan suasana baru dipesantren untuk beradaptasi yang kini harus jauh dari kedua orang tuanya dan teman-teman bermainya. Berawal yang semua dipersiapkan oleh orang tuanya mulai dari kegiatan makan minum dan mencuci kini Nadiya harus bersikap mandiri sendiri.

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

Nadiya bercerita bahwa dirinya tidak suka ketika disuruh maju kedepan kelas entah presentasi atau kegiatan apapun yang berhubungan Nadiya untuk beranjak menapakan kakinya kedepan ia malas. karena dulunya pernah mengalami ketika waktu MI kelas 3 Nadiya pernah disuruh maju untuk mempresentasikan oleh sang guru. Lalu dari nadiya maju kedepan tidak disengaja mengucapkan kalimat yang tidak sesuai dengan apa yang dibicarakan maka dari beberapa temanya menertawakan pada waktu kejadian berlangsung dan pada akhirnya Nadiya muncul gejala yakni rasa kurang percaya diri ketika melakukan suatu tindakan karna dirasa apa yang dilakukan tidak sesuai. Ketidak percayaan Nadiya kini berlanjut sampai kelas Madrasah Tsanawiyah.

Kenaikan kelas ke jenjang Madrasah Tsanwiyah ke Madrasah Aliyah Nadiya mempunyai niat baik untuk berubah karena dirasa lelah mempunyai rasa kurang percaya diri itu. Bahwa Nadiya nanti ketika waktu masuk sekolah baru ia akan bersikap biasa atau percaya diri. Pada suatu ketika Nadiya sudah masuk di Madrasah Aliyah Bilingual ketepatan di suruh maju kedepan untuk perkenalan dan alhamdulilah lancar berjalannya waktu di pertengahan semester Nadiya disuruh maju kedepan untuk mempresentasikan ketepatan waktunya bahasa Arab dan tak lama kemudian hal serupa yang dulu di alami kini terulang

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

kembali. Nadiya tidak sengaja salah ucap dan ditertawakan lagi oleh sang teman-temanya. Nadiya kini tambah malas dan tidak percaya diri ketika disuruh maju atau kegiatan yang berhubungan bersama dirinya Nadiya yang sebelumnya baik-baik saja dengan teman dan percaya diri sekarang Nadiya kebanyakan memilih untuk menjadi pendiam karena permasalahan yang tidak sengaja. Padahal Nadiya cita-citanya berkeinginan jadi guru agama kini kepribadianya terganggu gara-gara rasa tidak percayanya terhadap dirinya sendiri.

Ditambah lagi Nadiya mempunyai kakak kandung di satu tempat sekolah bernama Hisyam kelas XII IPS 3 yang kini menjadi bahan pertimbangan tidak hanya orang tua melainkan ada guru juga yang membeda-bedakan Nadiya dengan kakaknya. Membedakan yang ini dan itu membuat Nadiya tambah tidak percaya diri dan memilih untuk menutup diri atau menjadi pendiam.[56]

2) Data yang bersumber dari wali kelas

Nadiya adalah seorang yang pendiam tidak banyak tingkah dan sering juga menolak atau bersih keras tidak mau ketika disuruh kedepan sepeti menulis di papan tulis, diam dibangku pojokan sendiri sering mengucapkan saya tidak bisa padahal belum mencobanya kini sang guru tidak begitu memaksanya

[56]Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 13 Oktober 2018

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

kalau tidak mau ya lain kali mungkin Nadiya mau mencobanya karena pembelajaran tidak bisa dipaksakan harus ada pendekatan agar mudah diterima.[57]

3) Data yang bersumber dari teman dekat konseli

Nadiya aktivitasnya lebih sering menyendiri membaca buku dan jarang berkomunikasi sama teman-temanya mungkin masih baru belum kenal ataukah yang lain. Paling sering berinteraksi sama saya yang lain jarang untuk berbicara. Ketika mendapat suatu masalah Nadiya lebih memilih memendamnya sendiri dan jarang bercerita keluh kesanya, paling bercerita hanya sebatas cerita dan tidak diteruskan lagi. Nadiya sangat menyukukai ekstra kulikuler olah raga lari disana Nadiya bersemangat larinya sangat kencang dari pada teman-temanya. Selain itu juga Nadiya dengan teman yang lain masih sedikit kurang akrab.[58]

4) Data yang bersumber dari guru mata pelajaran

Nadiya merupakan siswa yang terbilang pendiam di dalam kalangan kelasnya berbeda dengan teman-teman sekelasnya yang aktif tidak hanya dari prilakunya namun juga dalam pelajaran beberapa guru memakluminya jika diantara tiap-tiap kelas ada yang non alumni khususnya pelajaran bhs.arab jika ada keterlambatan menangkap pelajaran itu dimaklumi karena dari siswa satu kelas tidak semua dulunya ada yang alumni sini

[57]Hasil wawancara wali kelas konseli pada tanggal 15 Oktober 2018
[58]Hasil wawancara teman dekat konseli pada tanggal 16 Oktober 2018

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

semua. Ada yang dari luar itupun dulunya tidak di pesantren jadi pengalaman-pengalaman yang non alumni khusunya pelajaran saya masih ada beberapa yang terlambat dalam menangkap pelajaran begitupun Nadiya ini termasuk yang non alumni yang mungkin pengalaman-pengalaman masih kurang sehingga didalam kelas kebanyakan jadi pendiam dari pada yang lain yang non alumni lainya masih semangat untuk belajar bhs Arab.[59]

Dari berbagai pemaparan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa permasalahan yang di alami konseli adalah kurangnya rasa percaya diri dalam diri konseli.

b. Diagnosis

Berdasarkan informasi yang sudah di peroleh dari beberapa sumber data dan observasi yang dilakukan, dapat diketahui bahwa rasa kurang percaya diri yang di alami oleh konseli adalah berasal dari dalam diri konseli sendiri.

Ada beberapa indikator yang menunjukan konseli memiliki rasa kurang percaya diri diantaranya :

1) Sering menolak tawaran presentasi didepan kelas
2) Selalu berkata tidak bisa sebelum mencobanya
3) Menutup diri atau pendiam

[59]Hasil wawancara dengan guru mata pelajaran pada tanggal 17 Oktober 2018

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

Adapun dampak dari prilaku-prilaku yang telah dilakukan konseli

adalah :

1) Mudah menyerah
2) Selalu memandang negatif pada setiap tindakanya
3) Memilih untuk menjadi pendiam

c. Prognosis

Berdasarkan data-data kesimpulan diagnosis yang diperoleh tersebut, maka konselor menetapkan jenis terapi yang akan diberikan kepada konseli. Dalam hal ini konselor akan merujuk pada salah satu fungsi bimbingan dan konseling yaitu berfungsi perbaikan. Fungsi perbaikan yaitu memecahkan permasalahan yang dihadapi klien membantu konseli mengenali, memahami, menerima keadaan dirinya dan mampu memecahkan permasalahan melalui perbaikan-perbaikan.

Pada tahap prognosis, rencana *treatment* yang akan dilakukan konselor adalah menggunakan teknik *Assertive Training* dengan berupa bermain peran. Teknik latihan asertif yakni cocok untuk diberikan kepada individu yang di rasa ketidak percayaan terhadap apa yang dilakukannya, juga individu yang merasa bahwa dirinya tidak memiliki hak untuk menyatakan pikiran, kepercayaan dan perasaan-perasaan. Setelah semua tahapan *Assertive Training* sudah dilakukannya kemudian langkah terakhir secara berulang-ulang guna membuahkan hasil yang maksimal yaitu menggunakan dengan *Role*

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

Playing (bermain peran) di mana konseli bergantian bermain peran bersama konselor layak di dunia nyata yang benar-benar di lakukan ini merupakan bertentangan dengan prilaku konseli selama ini tetapi dengan pendekatan di beberapa pertemuan konseling dan akhirnya konseli bersedia menerima tawaran bermain peran secara berulang-ulang. Adapun terapi yang digunakan dalam konseling ini menggunakan *Assertive Training*, dimana nanti konseli dibantu untuk bisa lebih berani dan tegas ketika ingin menyatakan atau mengungkapkan sesuatu. Teknik ini menggunakan prosedur bermain peran (*Role Playing*), dimana konselor meminta konseli untuk memainkan peran konselor dan konseli, ataupun siswa dan guru, pertama-tama konseli bisa mempratekannya dalam situasi bermain peran tersebut. Dengan tujuan agar konseli nantinya dari latihan bermain peran bisa di usahakan agar tingkah laku menegaskan diri itu di pratekkan dalam situasi-situasi kehidupan nyata, nantinya disini konselor dapat membantu dengan cara mendampingi dan membimbing konseli untuk di praktekkan dikehidupan nyata.

Pada umumnya teknik untuk melakukan latihan asertif, mendasarkan pada prosedur belajar dalam diri seseorang yang perlu diubah, diperbaiki dan diperbaharuhi.

Adapun Langkah-langkah yang direncanakan dalam terapi/teknik berupa dibawah ini yaitu:

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

1) Identifikasi terhadap keadaan khusus yang yang menimbulkan persoalan pada klien.
2) Memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan klien pada situasi tersebut. Pada tahapan ini, akan diberikan juga materi tentang perbedaan agresif, asertif, dan pasif.
3) Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap-sikap dan kesalah pahaman yang ada difikiran konseli. Konselor dapat mengungkapkan ide-ide konseli yang tidak rasional yang menjadi penyebab masalahnya, sikap-sikap dan kesalahpahaman yang mendukung timbulnya masalah tersebut.
4) Menentukan prilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan. Konselor dapat menentukan prilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnyanya dan juga mengenali prilaku-prilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidak asertifannya.
5) Membantu klien untuk membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan masalahnya. Setelah konselor menentukan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan, kemudian ia menjelaskannya pada konseli tentang apa yang seharusnya dilakukan dan dihindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya.

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

6) Mengadakan pelatihan prilaku asertif dan mengulang-ulang konselor memandu konseli untuk mempraktikan prilaku asertif yang diperlukan.
7) Dipilih sesuatu situasi khusus dimana klien melakukan permainan peran (role playing) sesuai dengan apa yang ia perlihatkan
8) Dalam waktu-waktu pertemuan, konselor menyuruh klien melatih dalam imajinasinya, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Kepada mereka juga diminta menyertakan pernyataan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi. Hasil apa yang dilakukan pasien atau klien,dibicarakan pada pertemuan berikutnya.
9) Konselor harus menentukan apakah klien sudah mampu memberikan respon yang sesuai dari dirinya sendiri secara efektif terhadap keadaan baru, baik dari laporan langsung yang diberikan maupun dari keterangan orang lain yang mengetahui keadaan pasien atau klien.

d. Treatment

Setelah konselor menetapkan terapi yang sesuai masalah konseli. Langkah selanjutkan adalah pelaksanaan bantuan seperti yang telah ditetapkan dalam langkah prognosis, hal ini sangatlah penting didalam proses konseling. Karena langkah ini menentukan sejauh mana keberhasilan konselor dalam membantu masalahnya. Dalam hal ini konselor memberikan bantuan dengan jenis terapi yang sudah ditentukan, treatment dalam proses bimbingan konseling atau terapi

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 dilakukan saat konseling menggunkan jenis terapi dengan pendekatan konseling memakai *Assertive Training*.

Seperti yang sudah dijelaskan diatas pada tahap prognosis, pada tahap *treatment* ini pertama kali diminta untuk bermain peran dimana konseli disini diminta untuk memerankan suatu karakter sekaligus sebagai guru dan siswa atau konseli berperan menjadi konselor da sebaliknya.

Tujuan terapi ini lebih menitik beratkan pada Tingkah laku konseli. Bersikap *assertive* (lugas) adalah bagian penting dalam membuat batasan tentang diri sendiri dalam suatu hubungan atau transaksi sosial. Keasertifan diri menyatakan peryataan akan kebutuhan, perasaan, dan hak-hak konseli yang sesuai dengan yang konseli inginkan. Sehingga ia dapat berkembang secara optimal tanpa ada tingkah laku yang menganggu dirinya untuk melangkah. Menghilangkan gangguan dalam diri konseli yaitu rasa kurang percaya diri yang mengakibatkan tingkah lakunya berubah yang merugikan diri sendiri seperti : sikap pendiam yang menganggu proses belajar mengajar di sekolah diakibatkan rasa ketidak percayaan.

1) Observasi dan proses pemberian terapi (*treatment*) pertemuan pertama dengan konseli pada hari dan tanggal Kamis 18 Oktober 2018

Pada hari itu konselor sengaja menunggu di depan kelas konseli pada jam istirahat berlangsung dan kemudian saya

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

menanyakan kepada konseli apakah istirahat balik kepondok lalu konseli menjawab tidak. Setelah itu kami di sela waktu jam istirahat memberikan *treatment* pertama ketepatan konseling habis istirahat tidak kembali ke pondok biasanya waktu jam istirahat anak-anak kebanyakan balik ke pondok tetapi konseli mau ikut melaksanakan konseling bersama konselor. Konselor mulai memperkenalkan teknik *Assertive Training* dengan prosedur mengunakan bemain peran (*role playing*) yang akan konselor gunakan dalam proses konseling untuk meningkatkan rasa percaya diri konseli.

Konselor sebelum melakukan terapi/ *treatment* terlebih dulu memberikan pengertian bahwa jika ingin kepribadian yang lebih baik maka konseli harus mempunyai *planning* atau tujuan yang baik dari sebelumnya, maka konseling harus mempunyai tujuan hidup baru yang harus dicapai, agar konseli bisa jelas langkah selanjutnya atau tujuan apakah yang harus dilakukan ketika mendapat permasalahan, agar nantinya konseli senantiasa semangat dan selalu ingat bahwa ia ingin menjadi seseorang yang lebih baik dan berguna serta menjalani aktivitas di lingkungan sekolah khusunya dalam kegiatan mengajar.

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

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

Berikut adalah tahapan dalam bermain peran (*role playing*) untuk memerankan sebagai guru yang menegur siswa yang menertawakan temannya presentasi di depan kelas.

a) Sinopsis: sinopsis adalah ringkasan atau garis besar naskah yang menggambarkan isi dari suatu film atau pementasan. " terdapat seorang siswa yang sedang presentasi didepan kelas dan tak lama kemudian teman-teman kelasnya menertawakan presentasi dari temanya karena mengalami kekeliruan dalam berbahasa. Seorang guru menegur kepada siswa agar untuk bisa menghargai suatu usaha proses belajar yang sedang dilakakukan.
b) Penokohan adalah orang yang memainkan peran sebagai karakter seseorang dalam cerita. Berikut para pemainnya:
   1) Konselor sebagai siswa yang maju mempresentasikan
   2) Konseli sebagai guru
c) Bentuk bermain peran (*role playing*) dapat dilihat tabel dibawah ini.

Tabel 3.2

Bentuk *Role Playing*

Guru (konseli)	Hei jangan ditertawakan teman kalian didepan
Siswa (konselor)	Hahahah iya pak
Guru (konseli)	Jangan ditertawakan belum tentu kalian berani maju seperti yang ada di depan ini
Siswa	Iya pak, Ani didepan grogi loh

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

(konselor)	
Guru (konseli)	Hargai setiap usaha temanmu setiap anak mempunyai kekurangan kelebihan masing-masing
Siswa (konselor)	Hahaha lagian sih lucu pak kayak dagelan
Guru (konseli)	Sekali lagi kalau kamu masih menertawakan keluar saja dari ruangan ini secepatnya jangan ganggu teman mu yang belajar
Siswa (konselor)	Iya pak kami diam
Guru (konseli)	Ya sudah lain kali hargai setiap apresisasi yang di lakukan temanmu kalau tidak saya kasih skorsing titik.

Setelah menjalani beberapa tahapan terapi diatas, waktu proses konseling sudah menunjukkan batas selesai. Konselor mengakhiri pertemuan kali ini dengan meminta konseli untuk mengulang latihan tanpa bantuan bimbingan serta menilai sendiri prilaku yang selama ini dilakukan.

2) Proses pemberian terapi/ *treatment* pertemuan kedua dengan konseli pada hari dan tanggal 22 Oktober 2018

Hari itu ketepatan hari santri nasional yang di pagi hari ada beberapa rangkaian untuk menyambut hari santri nasional tersebut. Tetapi pelajaran tetap berlangsung sebagaimana di hari-hari biasa. Seperti biasa konselor menunggu konseli di depan kelasnya karena untuk memastikan setelah istirahat kembali ke pondok atau tidak. Ternyata konseling memutuskan istirahat tidak kembali ke pondok lalu konselor menawarkan untuk melaksanakan konseling sekaligus pemberian treatment dan konseli bersedia menerima tawaran itu. Untuk pertemuan kali ini melakukan treatmentnya tidak sama dengan kemarin di lakukan dikelas tetapi sekarang di

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

gazebo utara dikarenakan kelas pada waktu itu masih sangat ramai. Dalam pertemuan kedua, konselor mengingatkan kembali tuuan yang ingin dicapai oleh konseli. Setelah itu konselor mulai melanjutkan teknik *Assertive Training* dalam bermain peran (*role playing*), pada terapi kedua konseli diminta berperan sebagai siswa/ konseli.

Disini konseli diminta memerankan sebagai seorang siswa yang aktif didalam kelas serta berani menyatakan dirinya dan lebih percaya diri sesuai dengan apa yang ia cita-citakan menjadi seorang guru. Seorang guru modal utama tak hanya pintar saja namun harus mempunyai sikap percaya diri agar bisa mentransfer keilmuan kepada siswa dengan lebih optimal. Dari berperan diatas tersebut agar konseli menyadari bahwa percaya diri sangat diperlukan dan dibutuhkan serta dimiliki oleh seseorang guru maupun siswa. Jika itu dimiliki konseli maka akan mampu menjadi kepribadian yang lebih baik dan akan lebih percaya diri tinggi.

Berikut adalah tahapan dalam bermain peran (*role palying*) untuk memerankan seorang siswa yang aktif di dalam kelas sesuai yang dicita-citakan konseling menjadi seorang guru.

a) Sinopsis : sinopsis adalah ringkasan atau garis besar naskah yang menggambarkan isi dari suatu film atau pementasan. Berikut ini sinopsisnya, “terdapat seorang siswa yang aktif di

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

dalam kelas kemudian siswa tersebut disuruh maju kedepan oleh gurunya untuk menjelaskan hasil yang ditangkapnya"

b) Penokohan orang yang memainkan peran sebagai karakter seseorang dalam cerita. Pemainnya ialah:

(1) Konselor sebagai guru

(2) konseli sebagai siswa yang aktif di dalam kelas

c) Bentuk bermain peran (*role playing*) dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.3

Bentuk *Role Playing*

Guru (konselor)	Dari pemaparan yang bapak jelaskan tadi apakah ada yang bisa menjelaskan kembali ?
Siswa (konseli)	Dengan cepat konseli mengancungkan tangan " saya pak saya akan mencoba menjelaskan yang saya fahami
Guru (konselor)	Iya silakan dengan senang hati silahkan kedepan
Siswa (konseli)	Di bangku sini saja pak apa boleh?
Guru (konselor)	Jangan.. lebih baik di depan sini sebelah bapak
Siswa (konseli)	Kemudian menjelaskan kembali dari apa yang bapak terangkan tadi
Guru (konselor)	Lah yang ini saya cari berani maju dengan senang hati tanpa ditunjuk tanpa disusruh, beri tepuk tangan… diharapkan semua kelas disini aktif di kelas dan berani maju kedepan tanpa rasa ragu.
Siswa (konseli)	Maaf bapak apa saya boleh duduk kembali ?
Guru (konselor)	Oh iya silakan duduk kembali … terima kasih nak

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

Setelah menjalani beberapa tahapan terapi diatas, waktu proses konseling sudah menunjukkan batas selesai. Konselor mengakhiri pertemuan kali ini dengan meminta konseli untuk mengulang latihan tanpa bantuan bimbingan serta menilai sendiri prilaku yang selama ini dilakukan. Dari pemaparan bermain peran di atas merupakan untuk menjadikan keberanian konseli serta meningkatkan rasa percaya diri konseli sehingga nantinya bisa lebih baik lagi khususnya untuk kedepannya.

Tabel 3.4

Peta Konsep Pelaksanaan Teknik Assertive Training

sebelum melakukan terapi/ *treatment* terlebih dulu memberikan pengertian bahwa jika ingin kepribadian yang lebih baik maka konseli harus mempunyai *planning* atau tujuan yang baik dari sebelumnya

Kemudian menjelaskan tentang *Assertive training* beserta memotivasi yang membangkitkan semangat konseli betapa pentingnya bersikap percaya diri dengan menggunakan ayat-ayat Al-Qur'an sebagai penguat dalam menjalankan treatment

Setelah itu menggunakan latihan bermain peran (*role playing*) secara bergantian bersama konselor untuk melatih kepribadian yang tidak bisa mengekspresikan diri serta tidak percaya diri dari latihan tersebut tidak hanya bermain peran saja namun ikut merasakan dan mengambil manfaat atau hikmah setelah melakukan bermain peran tersebut.

Konselor menggunakan peta konsep diatas yang dilakukan selama proses konseling di lapangan. Dengan adanya peta konsep maka akan

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

memudahkan bagi konselor untuk pengelolaan sebuah permasalahan yang dialami konseli.

e. **Evaluasi / *Follow Up***

Setelah konselor dan konseli melakukan beberapa kali pertemuan dan mengumpulkan data dari berbagai informan, maka langkah selanjutnya adalah melakukan evaluasi. *Follow up* atau evaluasi merupakan tahap terakhir yang dilakukan dalam proses bimbingan konseling Islam. Tahap ini dilakukan untuk melihat bagaimana hasil penerapan Bimbingan konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo. Tahap ini dilakukan dengan melakukan wawancara dan observasi. Karena terkendalanya informan dalam penelitian ini, maka konselor melakukan wawancara dan observasi hanya kepada konseli untuk mengetahui sejauh mana perubahan dalam konseli setelah penerapan bimbingan konseling Islam dengan teknik *Assertive Training*. Perubahan yang dialami konseli setelah dilakukan terapi melalui teknik *Assertive Training* sangat berpengaruh untuk merubah tingkah laku dan perasaan konseli yang saat ini mengalami rasa kurang percaya diri. Konselor juga memberikan tugas kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan prilaku asertif yang dimaksud. Untuk kelancaran dan kesuksesan latihan, konselor memberikan tugas kepada konseli untuk berlatih sendiri ketika dirumah maupun di tempat-tempat yang lainnya.

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. Deskripsi Hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo

Setelah melakukan proses konseling dalam menangani rasa kurang percaya diri, maka konselor ingin mengetahui hasil akhir dari proses bimbingan dan konseling yang telah dilakukan, dan ternyata proses bimbingan tersebut cukup membawa perubahan pada diri konseli tersebut.

Dalam rangka melihat peubahan pada diri, konselor melakukan pengamatan dan wawancara. Adapun perubahan yang dapat dirasakan oleh konseli dan guru setelah melakukan proses konseling yaitu: menyadari bahwa tingkah laku yang dilakukan selama ini dirasa merugikan diri sendiri karena tingkah laku yang sebetulnya tidak dibutuhkan kini konseli kemarin melakukan hal itu. Konseli sedikit ada perubahan dalam dirinya karena ia sudah mampu membedakan prilaku yang dimana seharusnya dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan ketika di lingkungan maupun di dalam kelas.

a. Kondisi konseli sebelum melakukan proses konseling

Sebelum proses konseling dilakukan, konseling sering merasa dirinya tidak bisa melawan rasa ketidak percayaan terhadap dirinya sehingga dalam aktivitas di sekolah khususnya pada jam Kegiatan Belajar Mengajar konseli sering menolak ketika diberi kesempatan maju kedepan oleh gurunya. Konseli tetap menolak dan berkata tidak bisa dan tidak hanya mata pelajaran bhs arab juga

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

namun hampir seluruh mata pelajaran jika konseli di suruh maju pasti tidak mau dan lebih memilih diam di bangku pojokan kanan belakang. Dan ada faktor lagi yang mempengaruhi konseling bertingkah laku tidak percaya diri konseli di jadikan bahan perbedaan oleh teman-teman kelasnya kebetulan kakak kandung konseli satu sekolah yang sekarang duduk di kelas XII.

b. Kondisi konseli setelah melakukan proses konseling

Setelah melakukan proses konseling ini konseli sudah kelihatan ada perubahan di banding sebelum melakukan sesi konseling. Kesadaran dalam pemikiran-pemikiran yang irasional seperti ide-ide yang yang tidak rasional, sikap-sikap dan kesalah pahaman yang ada difikiran konseli. Sehingga memunculkan tingkah laku yang tidak dibutuhkan alias rasa kurang percaya diri dengan bertingkah laku menjadi pendiam. dimana seharunya tidak di lakukan justru kemarin dilakukan padahal itu tidak membuat keuntungan bagi diri konseli tetapi yang pasti akan merugikan diri konseli serta menganggu proses belajar di dalam sekolah. Sedangkan dari faktor yang mempengaruhi diri konseli yang sering menjadi bahan perbedaan oleh teman-temannya kini konseling mengganti celoteh itu dengan menumbuhkan rasa semangat untuk membuktikan konseli menyatakan “Aku pasti bisa seperti kakakku” hal semacam itu sebagai tantangan untuk konseli agar menjadi kepribadian yang tegas dan lebih baik lagi.

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

Tabel 3.5

Prilaku yang ditunjukkan konseli sebelum proses konseling

No	Prilaku konseli	Dampak Prilaku	Kurang baik	Cukup baik	Baik
1	Sering menolak tawaran presentasi di depan kelas	Mudah menyerah	✓		
2	Selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya	Selalu memandang negatif pada setiap tindakannya	✓		
3	Metunutp diri atau pendiam	Memilih untuk menjadi pendiam	✓		

Saat konselor melakukan evaluasi pada hari jumat sore. 4 Oktober 2018. Konseli sudah terlihat berbeda dari sebelumnya kini konseli terlihat cukup percaya diri. Konseli juga bercerita bahwa prilaku barunya telah membawa dampak yang baik bagi diri konseli. Konseli jadi berani maju presentasi tanpa rasa takut gagal atau minder, sudah bergaul serta mau berinteraksi dengan sesama teman-teman kelasnya tak hanya satu orang bahkan beda kelas pun konseli proses mengakrabinya. Dan ini hasil prilaku yang ditunjukan konseli setelah menjalani proses konseling.

Tabel 3.6

Prilaku yang ditujukkan konseli setelah proses konseling

No	Prilaku konseli	Dampak Prilaku	Kurang baik	Cukup baik	Baik

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

1	Sering menolak tawaran presentasi di depan kelas	Mudah menyerah			✓
2	Selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya	Selalu memandang negatif pada setiap tindakannya		✓	
3	Metunutp diri atau pendiam	Memilih untuk menjadi pendiam		✓	

Setelah konselor melihat tabel tingkah laku yang ditujukkan konseli setelah melakukan proses konseling. Maka dapat disimpulkan bahwa konseli menunjukkan ada perubahan yang cukup baik sekitar 75% .

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

BAB IV

ANALISIS DATA

Berbagai data yang diperoleh dari lapangan, yang berupa wawancara, observasi dan dokumentasi yang disajikan pada awal bab, maka konselor pada bab ini akan menganalisis data tersebut dengan analisis deskriptif. Adapun data yang di analisis sesuai dengan fokus penelitian kali ini yaitu sebagai berikut :

1. **Ananlisis Proses Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo.**

   Proses analisis data dalam proses konseling ini, konselor menggunakan analisis deskriptif komparatif yaitu membandingkan data berdasarkan teori dengan data yang ada di lapangan. Dalam metode analisis data ini, peneliti akan menjabarkan setiap proses konseling beserta data empiris yang diperoleh dari lapangan.

   Pada umumnya teknik untuk melakukan latihan asertif, mendasarkan pada prosedur belajar dalam diri seseorang yang perlu diubah, diperbaiki dan diperbaharuhi.

   Adapaun beberapa jenis prosedur latihan asertif yakni :

   1) Identifikasi terhadap keadaan khusus yang yang menimbulkan persoalan pada klien.

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) Memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan klien pada situasi tersebut. Pada tahapan ini, akan diberikan juga materi tentang perbedaan agresif, asertif, dan pasif.
3) Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap-sikap dan kesalah pahaman yang ada difikiran konseli. Konselor dapat mengungkapkan ide-ide konseli yang tidak rasional yang menjadi penyebab masalahnya, sikap-sikap dan kesalahpahaman yang mendukung timbulnya masalah tersebut.
4) Menentukan prilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan. Konselor dapat menentukan prilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnyanya dan juga mengenali prilaku-prilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidak asertifannya.
5) Membantu klien untuk membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan masalahnya. Setelah konselor menentukan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan, kemudian ia menjelaskannya pada konseli tentang apa yang seharusnya dilakukan dan dihindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya.
6) Mengadakan pelatihan prilaku asertif dan mengulang-ulang konselor memandu konseli untuk mempraktikan prilaku asertif yang diperlukan.

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

7) Dipilih sesuatu situasi khusus dimana klien melakukan permainan peran (role playing) sesuai dengan apa yang ia perlihatkan
8) Dalam waktu-waktu pertemuan, konselor menyuruh klien melatih dalam imajinasinya, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Kepada mereka juga diminta menyertakan pernyataan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi. Hasil apa yang dilakukan pasien atau klien,dibicarakan pada pertemuan berikutnya.
9) Konselor harus menentukan apakah klien sudah mampu memberikan respon yang sesuai dari dirinya sendiri secara efektif terhadap keadaan baru, baik dari laporan langsung yang diberikan maupun dari keterangan orang lain yang mengetahui keadaan pasien atau klien.[60]

Selama melakukan proses konseling dan terapi di lapangan, peneliti yang juga sebagai konselor telah melakukannya sesuai dengan langkah-langkah pada teori konsseling. Sehingga berdasarkan penggunaan langkah dan tahapankonseling tersebut konselor dapat mejelaskan data dan proses konseling, yaitu dimulai dari identifikasi masalah, diagnosis, prognosis *treatment* dan evaluasi/*follow up*. Secara deskriptif sebagaimana metode penelitian yang digunakan yakni metode penelitian kualitatif. Berikut adalah analisis data dari tiap tahapan proses konseling yang dilakukan oleh peneliti :

[60]Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Libri,2012) hal 217-220

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

1. Identifikasi Masalah

Anas Salahuddin menyatakan bahwa identifikasi masalah bertujuan untuk mengenal konseli beserta gejala-gejala yang tampak. Teori ini sangat sesuai dengan keadaan lapangan yang dilalui oleh peneliti. Usai membangun hubungan dengan konseli peneliti berusaha mengenali dan mencari informasi mengenai hambatan dan potensi yang dimiliki konseli melalui kegiatan wawancara, observasi berperan dan dokumentasi. Selain mengenal potensi dan hambatan konseli, tahap identifikasi dalam peneliti ini juga bermaksud menentukan permasalahan mana yang terlebih dahulu harus diselesaikan oleh konseli. Berdasarkan data yang diperoleh dan didapat diidentifikasi bahwa konseli memiliki masalah rasa ketidak percayaan diri ketika melakukan suatu tindakan sehingga mempengaruhi tingkah laku konseli yang mengakibatkan menjadi seorang pendiam. Hal ini berlangsung sejak konseli duduk di kelas III Madrasah Ibtidaiyah, sampai di masa Madrasah Aliyah. Sehingga konseli memiliki sikap mudah menyerah, selalu memandang negatif pada setiap tindakannya, dan memilih menjadi seorang pendiam..

2. Diagnosis

Diagnosis yaitu langkah untuk menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta latar belakangnya. Berdasarkan hasil identifikasi yang dilakukan oleh konselor, dapat didiagnosis bahwa

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

konseli mengalami rasa ketidak percayaan diri diantaranya: sering menolak ketika disuruh maju kedepan untuk presentasi, selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya, menutup diri atau pendiam. Itu semua dikarenakan salah ucapan ketika melakukan presentasi didepan kelas dan ditertawakan beberapa teman-teman kelasnya tapi tidak ada niatan untuk *mem-bully* hanya pada waktu kejadian itu saja. Setelah kejadian itu konseli merasa dirinya mempunyai pandangan negatif pada setiap tindakanya, mudah menyerah tidak hanya itu juga konseli memilih menjadi kepribadian yang pendiam dari sebelumnya Kemudian Ketidak percayaan diri konseli yang sudah berlangsung lama tersebut sekarang terjadi lagi.

3. Prognosis

Teori mengatakan bahwa prognosis merupakan langkah menetapkan jenis bantuan yang akan dilaksanakan untuk membantu konseli menyelesaikan masalahnya. Langkah ini ditetapkan berdasarkan diagnosis, yaitu setelah ditetapkan masalah dan latar belakang. Di dalam lapangan, konselor berusaha memberikan alternative penyelesaian masalah konseli berdasarkan latar belakangnya, sehingga didapat yaitu Teknik *Assertive Training* untuk menangani seorang siswa kurang percaya diri di MA Bilingual.

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

Assertive Training digunakan karena melihat adanya perasaan tidak percaya diri konseli yaitu, konseli salah ucapan di depan kelas ketika mempresentasikan mata pelajaran tersebut. Kemudian konseli merasa kurang percaya diri karena di tertawakan oleh teman kelasnya. Dulu juga mengalami permasalahan yang sama seperti ini namun konseli pada waktu sebelum masuk di sekolah MA bilingual ini mempunyai keinginan untuk menumbuhkan rasa percaya diri lagi dan ternyata kejadian itu terulang kembali di MA bilingual dan akhirnya ke ketidak percayaan diri tersebut dapat memicu gangguan pada tingkah laku konseli seperti menjadi seorang pendiam di dalam kelas, mudah menyerah, selalu memandang negatif pada setiap tindakannya serta memilih menjadi seorang pendiam.

Assertive Training dilakukan dengan cara mengajak konseli bermain peran (*role playing*) sebelum melakukan konseli berlangsung konselor menjelaskan dan mengajak latihan kepada konseli bahwa latihan assertive adalah keterampilan mengekspresikan, yakni untuk konseli yang dirasa dirinya tidak percaya diri terhadap apa yang dilakukan diantaranya : sering menolak ketika disuruh maju presentasi kedepan kelas, selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya. Menutup diri atau menjadi seorang pendiam. Sebagai sarana untuk memperbaiki dan mengubah tingkah lakukonseli yang dirasa tidak bisa

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

mengungkapkan perasaanya Sebelum proses konseling dilakukan konseli diajak untuk berfikir tentang prilaku yang irrasional (tidak dibutuhkan) dan prilaku rasional (dibutuhkan) untuk menyadari prilaku selama ini sejauh mana yang konseli lakukan. Dimana prilakudibutuhkan dan tidak dibutuhkan ini konseli bisa membedakan Sehingga konseli dapat mengembangkan diri agar lebih bisa optimal dalam merealisasikan dirinya.

Terdapat Sembilan langkah dalam melakukan *Assertive Training*. Namun dalam penerapan di lapangan konselor hanya melakukan delapan langkah ini sudah cukup dalam memberikan pengubahan pada diri konseli yaitu:

a. Identifikasi terhadap keadaan khusus yang yang menimbulkan persoalan pada konseli.
b. Memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan konseli pada situasi tersebut. Pada tahapan ini, akan diberikan juga materi tentang perbedaan agresif, asertif, dan pasif.
c. Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap-sikap dan kesalah pahaman yang ada difikiran konseli. Konselor dapat mengungkapkan ide-ide konseli yang tidak rasional yang menjadi penyebab masalahnya, sikap-sikap dan kesalahpahaman yang mendukung timbulnya masalah tersebut.
d. Menentukan prilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan. Konselor dapat menentukan prilaku yang harus

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

dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnyanya dan juga mengenali prilaku-prilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidak asertifannya.

e. Membantu konseli untuk membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan masalahnya. Setelah konselor menentukan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan, kemudian ia menjelaskannya pada konseli tentang apa yang seharusnya dilakukan dan dihindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya.

f. Mengadakan pelatihan prilaku asertif dan mengulang-ulang konselor memandu konseli untuk mempraktikan prilaku asertif yang diperlukan.

g. Dipilih sesuatu situasi khusus dimana klien melakukan permainan peran (role playing) sesuai dengan apa yang ia perlihatkan

h. Dalam waktu-waktu pertemuan, konselor menyuruh konseli melatih dalam imajinasinya, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Kepada mereka juga diminta menyertakan pernyataan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi. Hasil apa yang dilakukan pasien atau klien,dibicarakan pada pertemuan berikutnya.

Dari langkah-langkah yang sudah ditetapkan tersebut, peneliti membanginya dalam beberapa tahap, diantaranya:

a. Tahap Pertama

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

1) Identifikasi terhadap keadaan khusus yang yang menimbulkan persoalan pada klien.
2) Memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan klien pada situasi tersebut. Pada tahapan ini, akan diberikan juga materi tentang perbedaan agresif, asertif, dan pasif.
3) Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, sikap-sikap dan kesalah pahaman yang ada difikiran konseli. Konselor dapat mengungkapkan ide-ide konseli yang tidak rasional yang menjadi penyebab masalahnya, sikap-sikap dan kesalahpahaman yang mendukung timbulnya masalah tersebut.

b. Tahap Kedua

1) Membantu klien untuk membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan masalahnya. Setelah konselor menentukan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan, kemudian ia menjelaskannya pada konseli tentang apa yang seharusnya dilakukan dan dihindari dalam rangka menyelesaikan permasalahannya dan memperkuat penjelasannya.
2) Mengadakan pelatihan prilaku asertif dan mengulang-ulang konselor memandu konseli untuk mempraktikan prilaku asertif yang diperlukan.

c. Tahap Ketiga

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

1) Menentukan prilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan. Konselor dapat menentukan prilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnyanya dan juga mengenali prilaku-prilaku yang tidak diperlukan yang menjadi pendukung ketidak asertifannya.
2) Dipilih sesuatu situasi khusus dimana klien melakukan permainan peran (role playing) sesuai dengan apa yang ia perlihatkan

d. Tahap Keempat

1) Dalam waktu-waktu pertemuan, konselor menyuruh klien melatih dalam imajinasinya, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Kepada mereka juga diminta menyertakan pernyataan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi. Hasil apa yang dilakukan pasien atau konseli, dibicarakan pada pertemuan berikutnya.

4. *Treatment*

Treatment yaitu langkah pelaksanaan bantuan. Langkah ini merupakan pelaksanaan yang ditetapkan dalam langkah prognosis. Di dalam lapangan, proses terapi/*treatment* tidak sepenuhnya sesuai dengan rancangan-rancangan yang telah ditetapkan di dalam prognosis

Dalam proses terapi/*treatment* ini konselor menggunakan bermain peran (*role playing*)yaitu sebagai berikut :

Sebelum melakukan *treatment* konselor menjelaskan terlebih dahulu *Assertive Training* setelah itu menggunakan *role*

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

playing (bermain peran)Konselor berusaha meningkatkan rasa percaya diri konseli dengan memerankan sebagai guru dan siswi secara bergantian antara konseli dengan konselor.

a. Pertama siswa (konselor) diminta memerankan menjadi seorang siswa yang sedang presentasi kedepan kelas dan tidak lama kemudian teman-teman kelas menertawakan siswa yang maju tersebut. Tetapi konseli Kemudian menjadi seorang guru yang menegur teman-teman yang menertawakan tadi. lalu sang guru berkata " *kita harus menghargai suatu usaha yang ia lakukan dan belum tentu kalian berani dan bisa melakukannya seperti yang ada didepan ini*" sang guru berkata lagi "*kalau masih ada yang menertawakan akan di skorsing"*. Dari bermain peran diatas Agar supaya konseli bisa menyadari betapa pentingnya mempunyai sikap percaya diri ketika melakukan suatu tindakan ketika menjadi konseli (guru) begitu juga manfaat dari permainan tersebut agar konseli bisa membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam menghadapi permasalahan.

b. Selanjutnya pemberian treatment yang kedua konseli berbeda dengan bermain peran di hari kemarin kini konseli diminta menjadi siswa yang aktif didalam kelas. Sebelum melakukan *treatment* terlebih dahulu konselor memberikan penjelasan

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

tentang *Assertive Training* begitu juga menanyakan sesuatu yang ingin dicapai setelah melakukan bermain peran.

Bermain peran kali ini konseli menjadi siswa yang dimana siswa ini aktif dan lebih bersikap percaya diri untuk mengungkapkan pendapat dan pernyatan-pernyataan dan konselor berperan menjadi seorang guru. konselor meminta untuk maju dari salah satu didalam kelasnya dan tidak lama siswa tadi maju lebih dulu dan bersikap percaya diri. Setelah itu konseli diminta untuk menjelaskan hasil apa yang ditangkap selam pelajaran yang berlangsung. Dari treatment ini agar konseli ini mempunyai rasa percaya diri dengan konsinten. Tidak hanya itu juga supaya konseli bisa menyadari dari prilaku-prilaku yang di butuhkan dan tidak dibutuhkan ketika kondisi seperti ini dan lain sebagainya. Tingkah laku yang selama ini mengganggu kini bisa di rubah dengan mempunyai rasa percaya diri tinggi.

Konselor berusaha supaya konseli bisa mempunyai rasa percaya diri tinggi dengan mengubah tingkah laku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan sehingga tidak menganggu keseharian diri konseli. Setelah proses treatment sudah dilaksanakan kini dilihat dari sebelum proses konseling dan setelah konseling kini konseli sudah ada perubahan meskipun tidak 100% tetapi konseli sudah menunjukkan perubahan-

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

perubahan yang lebih baik dibandingkan dengan sebelum melakukan proses konseling.

5. Evaluasi/*Follow Up*

Langkah terakhir adalah memantau keberhasilan proses konseling menggunakan *Assertive Training* untuk menangani seorang siswa kurang percaya diri di MA bilingual.

Setelah melakukan intervensi menggunakan *Assertive Training,* terdapat beberapa evaluasi guna perbaikan pada proses bimbingan dan konseling berikutnya yaitu : hendaknya melibatkan orang-orang terdekat konseli seperti keluarga ataupun guru dalam proses terapi. Karena keterbatasan konselor untuk terus mendampingi konseli dalam memberikan penguatan atau motivasi selanjutnya. Diharapkan dengan orang terdekat, konseli dapat lebih berhasil dalam mencapai tujuan meningkatkan rasa percaya diri serta prilaku yang merugikan bagi diri konseli.

Sedangkan jika dilihat dari data Empiris, maka konselor di sini menetapkan bahwa masalah yang dialami konseli adalah mengalami rasa kurang percaya diri, karena gejala yang nampak adalah konseli sering menolak maju presentasi kedepan kelas, selalu mengucap tidak bisa sebelum mencobanya, bahkan sekarang lebih memilih menjadi seorang yang pendiam di dalam kelas maupun di luar sekolah.

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

Sementara terapi atau teknik yang digunakan adalah *Assertive Training*, yang bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri terhadap apa yang dilakukannya. Adapun tahapan yang digunakan yaitu ada tujuh, sehingga pada pemberian treatment itu, konselor berfokus pada merubah tingkah laku akibat rasa kurang percaya diri konseli menjadi kepribadian yang tegas dan lugas dalam menghadapi masalah. berdasarkan perbandingan antara data teori dengan data di lapangan pada saat proses bimbingan konseling, diperoleh kesesuaian dan persamaan yang mengarah pada proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan menggunakan Teknik *Assertive Training* yang efektif, sehingga teori ini benar-benar berfungsi dalam memberikan treatment kepada konseli.

Tabel 4.1

Perbandingan Proses Konseling di Lapangan dengan Pendekatan Teori Teknik *Assertive Training*

No	Data Teori	Data Lapangan
1	**Identifikasi Masalah** identifikasi masalah adalah langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber mengenai latar belakang konseli dan masalah konseli sehingga konselor dapat mengenali dan memahami kasus atau masalah beserta gejala gejala yang nampak pada pada diri konseli	Setelah konselor dan konseli membangun suatu hubungan kepercayaan maka konselor berusaha mengenali dan mencari informasi mengenai hambatan dan masalah yang dihadapi oleh konseli dengan cara melalui kegiatan wawancara, observasi berperan dan dokumentasi. Selain mengenal hambatan dan masalah pada konseli, tahap identifikasi dalam penelitian ini juga bermaksud untuk menentukan permasalahan mana yang terlebih dahulu harus diselesaikan oleh konseli dan konselor. Berdasarkan dari data yang diperoleh dapat diidentifikasi bahwa

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

		konseli memiliki masalah yaitu Konseli mengalami rasa kurang percaya diri ketika dulu waktu MI dan berlanjuthingga MA mengalami kejadian yang sama yaitu pernah melakukan salah ucapan dan tingkah laku di depan umum waktu memprentasikan mata pelajarannya dan kemudian dari salah ucap dan tingkah laku tadi, konseli di tertawakan oleh beberapa teman-teman kelasnya tapi tidak ada niatan untuk mem-*bully* hanya waktu kejadian itu saja di tertawakan kemudian konseli jika disusuh maju kedepan lagi konseli menolaknya dan lebih memilih diam di bangku pojokan belakang.
2	**Diagnosis** menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta faktor-faktor yang menjadi latar belakangnya masalah konseli, sehingga dapat disimpulkan gejala-gejala yang dialami konseli pada kasus masalahnya	Pada tahap ini konselor menyimpulkan bahwa permasalahan yang didapat dari hasil pelaksanaan proses identifikasi masalah. Diagnosis merupakan tahapan untuk menetapkan hakikat masalah yang dihadapi konseli beserta sebab-sebabnya dengan membuat perkiraan atau dugaan, kemungkinan yang akan dihadapi konseli berkaitan dengan masalahnya. Berdasarkan hasil identifikasi yang dilakukan oleh konselor, dapat di diagnosis bahwa konseli mengalami rasa kurang percaya diri akibat salah ucap di depan kelas ketika mempresentasikan tugas mata pelajarannya. Setelah kejadian itu konseli merasa dirinya mempunyai pandangan negatif pada setiap tindakanya, mudah menyerah tidak hanya itu juga konseli memilih menjadi kepribadian yang pendiam dari sebelumnya Kemudian Ketidak percayaan diri konseli yang sudah berlangsung lama tersebut sekarang terjadi lagi. Hal ini ditunjukkan dengan hasil wawancara dan observasi konselor yang mendukung diagnosa ini.

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

3	**Prognosis** menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai dengan permasalahan konseli. Langkah ini dietapkan berdasarkan kesimpulan dari identifikasi masalah dan diagnosis yang telah disimpulkan peneliti sebelumnya	Setelah dilakukan tahap diagnosis yang menyimpulkan permasalahan yang dihadapi konseli, tahap selanjutnya yaitu prognosis. Prognosis merupakan tahap penentuan cara yang sesuai untuk membantu konseli dalam menghadapi permasalahannya. *Assertive Training* teknik digunakan karena melihat fakta dan hasil observasi lapangan bahwa konseli memiliki rasa kurang percaya diri akibat salah ucap di depan kelas ketika mempresentasikan tugas mata pelajarannya. Dulu juga mengalami permasalahan yang sama seperti ini namun konseli pada waktu sebelum masuk di MA bilingual ini mempunyai keinginan untuk menumbuhkan rasa percaya diri lagi dan ternyata kejadian itu terulang kembali di MA Bilingual dan akhirnya ke ketidak percayaan diri tersebut dapat memicu gangguan pada tingkah laku konseli sehingga mengalami dampak prilaku seperti menjadi seorang pendiam di dalam kelas, mudah menyerah, selalu memandang negatif pada setiap tindakannya serta memilih menjadi seorang pendiam.Konselor menetapkan menggunakan teknik *Assertive Training* (latihan ketegasan) dengan (*role playing*) bermain peran. kemampuan untuk bersikap lugas sebagai sarana untuk memperbaiki dan mengubah tingkah laku konseli yang dirasa sering menolak presentasi didepan kelas, selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya dan menutup diri atau menjadi seorang pendiam. Latihan asertif juga merupakan latihan keterampilan mengekspresikan, mengkomunikasikan, dan menegakkan hak individu yang rasional secara tepat kepada orang lain. Sehingga konseli dapat mengembangkan diri dan agar lebih bisa optimal dalam merealisasikan dirinya.
4	**Terapi atau Treatment** langkah pengaplikasian bantuan yang telah	Tahap selanjutnya yaitu terapi atau teknik. Teknik merupakan proses inti dari sekian tahap-tahap dalam bimbingan konseling,

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

	diputuskan adalah menggunakan *Assertive Training* dengan berupa *Role Playing* (bermain peran)	diharapkan dari tahap ini, didapatkan hasil sesuai target dan harapan konseli dan konselor. Target yang ingin di capai setelah penerapan konseling. Langkah ini merupakan upaya untuk melaksanakan perbaikan atau penyembuhan masalah yang dihadapi konseli berdasarkan keputusan yang diambil dalam langkah prognosis. Langkah ini adalah tahap konselor dalam melaksanakan proses konseling menggunakan teknik *assertive training*. setelah konselor tahu tentang permasalahan-permasalahan yang dihadapi konseli. Di dalam lapangan, proses terapi/treatment tidak sepenuhnya sesuai dengan rancangan-rancangan yang telah di tetapkan di dalam prognosis. Sebelum melakukan treatment konselor menjelaskan terlebih dahulu *assertive training* setelah itu menggunakan role playing (bermain peran) Konselor berusaha meningkatkan rasa percaya diri konseli dengan memerankan sebagai guru dan siswi secara bergantian antara konseli dengan konselor. Pertama siswa (konselor) diminta memerankan menjadi seorang siswa yang sedang presentasi kedepan kelas dan tidak lama kemudian teman-teman kelas menertawakan siswa yang maju tersebut. konseli Kemudian menjadi seorang guru yang menegur teman-teman yang menertawakan tadi. lalu sang guru berkata " kita harus menghargai suatu usaha yang ia lakukan dan belum tentu kalian berani dan bisa melakukannya seperti yang ada didepan ini" sang guru berkata lagi "kalau masih ada yang menertawakan akan di skorsing". Dari bermain peran diatas supaya konseli bisa menyadari betapa pentingnya mempunyai sikap percaya diri ketika melakukan suatu tindakan ketika menjadi konseli (guru) begitu juga manfaat dari permainan tersebut agar konseli bisa membedakan prilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam menghadapi permasalahan. Selanjutnya pemberian

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

		treatment yang kedua konseli berbeda dengan bermain peran di hari kemarin kini konseli diminta berperan menjadi siswa yang aktif didalam kelas. Sebelum melakukan treatment terlebih dahulu konselor memberikan penjelasan tentang *assertive training* begitu juga menanyakan sesuatu yang ingin dicapai setelah melakukan bermain peran. Bermain peran kali ini konseli menjadi siswa yang dimana siswa ini aktif dan lebih bersikap percaya diri untuk mengungkapkan pendapat dan pernyatan-pernyataan dan konselor berperan menjadi seorang guru. konselor meminta untuk maju dari salah satu didalam kelasnya dan tidak lama siswa tadi maju lebih dulu dan bersikap percaya diri. Setelah itu konseli diminta untuk menjelaskan hasil apa yang ditangkap selama pelajaran berlangsung. Dari treatment ini agar konseli ini mempunyai rasa percaya diri dengan konsinten. Tidak hanya itu juga supaya konseli bisa menyadari dari prilaku-prilaku yang di butuhkan dan tidak dibutuhkan ketika kondisi seperti ini dan lain sebagainya. Tingkah laku yang selama ini mengganggu kini bisa di rubah dengan mempunyai rasa percaya diri tinggi. Guru memberikan kesempatan "Dari pemaparan yang bapak jelaskan tadi apakah ada yang bisa menjelaskan kembali" konseli menjawab dengan cepat serta mengacungkan tangannya "pak saya akan mencoba menjelaskan yang saya fahami" kemudian konseli menjelaskan dengan penuh percaya diri di bandingkan dengan sebelumnya lalu guru berkata " lah yang ini saya cari berani maju dengan senang hati tanpa ditujuk dan disuruh, beri tepuk tangan… diharapkan semua kelas disini aktif dan berani maju tanpa rasa ragu" Dari treatment ini agar konseli ini mempunyai rasa percaya diri dengan konsinten. Tidak hanya itu juga supaya konseli bisa menyadari dari prilaku-prilaku yang di butuhkan dan tidak

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

		dibutuhkan ketika kondisi seperti ini dan lain sebagainya. Tingkah laku yang selama ini mengganggu kini bisa di rubah dengan mempunyai rasa percaya diri tinggi.
5	**Evaluasi atau *Follow Up***mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil.	Tahap ini merupakan tahap akhir dari seluruh tahapan konseling. Langkah terakhir adalah memantau dan memberikan penguatan untuk keberhasilan proses konseling menggunakan teknik *Assertive Training* dengan berupa *role playing* (bermain peran) untuk menangani rasa kurang percaya diri seorang siswi. Setelah melakukan proses konseling dalam beberapa waktu dengan menggunakan teknik *assertive training*, terdapat beberapa evaluasi sebagai perbaikan pada proses konseling berikutnya, yaitu melibatkan orang-orang terdekat konseli seperti keluarga dan wali kelas konseli atau teman dekat konseli dalam proses terapi/teknik. Karena keterbatasan waktu konselor untuk terus mendampingi konseli dalam memberikan penguatan atau motivasi selanjutnya. Diharapkan dengan peran orang terdekat, konseli dapat meningkatkan rasa percaya diri untuk kedepannya. Dalam langkah evaluasi, dapat dilihat perubahan positif konseli melalui observasi Konselor juga mewawancarai konseli untuk mengetahui hasil teknik *Assertive Training*. Dalam tahap ini, setelah konseli diberikan terapi, konseli bisa bersikap tegas dan lugas dalam menanggapi permasalahan yang sedang dihadapi serta mengekspresikan, mengkomunikasikan dan bertingkah laku sesuai yang dibutuhkankan. berfikir rasional bahwa tingkah laku pendiam tersebut bukanlah prioritas utama. konseli menyadari kesalahannya dan ingin memperbaiki sikap kurang percaya diri yang menghambat proses belajarnya tersebut.

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. Analisis Data Hasil Akhir Proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri Di MA Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo.

Dalam melakukan analisis data untuk mengetahui hasil akhir dari terapi yang dilakukan, peneliti menyajikan data yang telah diperoleh dari pengamatan dan wawancara dengan konseli yang selalu bersikap kurang percaya diri itu, bisa terpantau dan diketahui perkembangannya.

Hasilnya, berdasarkan pengamatan dan hasil dari semua informan, menyebutkan bahwa sudah ada perubahan yang signifikan pada diri konseli itu. Perubahan yang lebih baik dari sebelumnya itu dibuktikan dengan adanya perubahan konseli yang sudah mulai memberanikan diri presentasi di depan kelas, dan sudah tidak lagi berkata tidak bisa sebelum mencobannya kini kalau ada kegiatan konseli sudah mau mencobanya dulu serta sudah mulai bersosialisasi kepada teman –temanya yang lain atau tidak menjadi seorang yang pendiam lagi.

Sedangkan konselipun sudah ada perubahannya yang dimana konseli tidak berani maju kedepan, sering berkata tidak bisa sebelum mencobannya serta menjadi pendiam kini konseli sedikit ada perubahan tidak seperti biasannya namun sekarang mulai berani untuk mencobanya dan bergegas maju kedepan dengan rasa percaya diri. Konseli aktivitasnya sudah banyak besosialisasi dengan teman-temanya seperti bertanya tentang masalah mata pelajaran berbeda dengan yang dulu tidak

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

pernah bertanya-tanya seperti itu hanya saja teman sebangkunya yang konseli tanyai.

Berikut ini adalah hasil lain dari observasi yang telah dilakukan oleh konselor terhadap konseli baik sebelum dan sesudah proses konseling dan treatment :

Tabel 4.2

Prilaku yang ditunjukkan konseli sebelum proses konseling

No	Prilaku konseli	Dampak Prilaku	Kurang baik	Cukup baik	Baik
1	Sering menolak tawaran presentasi di depan kelas	Mudah menyerah	✓		
2	Selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya	Selalu memandang negatif pada setiap tindakannya	✓		
3	Metunutp diri atau pendiam	Memilih untuk menjadi pendiam	✓		

Setelah konselor melakukan treatment sampai tahap *Follow Up*. Konseli sudah mulai menunjukkan perubahan prilaku yang lebih percaya diri untuk melakukan tindakanya yang baik dari pada sebelumya melakukan proses konseling.

Tabel 4.3

Prilaku yang ditujukkan konseli setelah proses konseling

No	Prilaku konseli	Dampak Prilaku	Kurang baik	Cukup baik	Baik

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

1	Sering menolak tawaran presentasi di depan kelas	Mudah menyerah			✓
2	Selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya	Selalu memandang negatif pada setiap tindakannya		✓	
3	Metunutp diri atau pendiam	Memilih untuk menjadi pendiam		✓	

Setelah konselor melakukan treatment sampai tahap *Follow Up*. Konseli sudah mulai menunjukkan perubahan prilaku yang lebih percaya diri untuk melakukan tindakanya yang baik dari pada sebelumya melakukan proses konseling.

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

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan dan saran sebagai berikut :

1. Proses bimbingan yang dilakukan konselor kepada konseli yang bernama Nadiya Asyira Fariza menggunakan *Assertive Training* yang selalu mengacu pada rasa percaya diri konseli dengan latihan ketetampilan mengekspresikan yaitu konseli sebelumnya sering menolak ketika presentasi didepan kelas, selalu berkata tidak bisa sebelum mencobanya, dan menjadi seorang pendiam itu semua kita rubah dengan yang lebih baik melalui bermain peran yang nantinya konseli tidak hanya pemikiran saja yang dirasakan namun konseli merasakan dalam bentuk secara nyata yang mengakibatkan tingkah laku konseli bisa kembali dan ada perubahan yang lebih baik.

   Merubah tingkah laku yang pendiam di akibatkan dari rasa kurang percayanya diri konseli itu adalah kegiatan yang membuat diri konseli terganggu maka dari itu konselor memberikan secara berulang-ulang bermain peran dan tidak hanya dengan konselor saja namun ketika konselor tidak bisa bermain peran bersama konseli bisa dilakukan sendiri dengan teman-temanya di rumah kapan pun dan dimanapun berada agar hasil yang lebih optimal.

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. Setelah dilakukan proses terapi, dengan cara meningkatkan rasa percaya dirinya menggunakan *Assertive Training* (latihan ketegasan, mengekspresikan, mengkomunikasikan) melalui *Role Playing* (bermain peran) mendorong untuk bisa menyadari tingkah laku yang selama ini konseli lakukan bahwasanya tingkah laku yang membawa dampak merugikan atau kurang percaya diri yaitu sering menolak presentasi di depan kelas, selalu berkata tidak bisa sebelum mencobannya dan memilih untuk menjadi pendiam. Itu semuamembuat diri konseli terganggu untuk proses belajarnya dan menghambat kepribadian konseli di sekolah maupun diluar sekolah. Dan konseli pun berusaha mengubah tingkah lakunya menjadi sebagaimana yang dibutuhkan.

B. Saran

1. Bagi konseli : hendaknya selalu berfikir positif dalam menghadapi suatu permasalahan yang dihadapi. Khususnya menumbuhkan semangat dalam belajar serta berkeinginan kuat dalam menjadi kepribadian yang mempunyai rasa percaya diri lebih baik. Percayalah semua permasalahan pasti ada solusi dan jangan di buat susah dan jangan gampang mengambil keputusan yang negatif hadapi dengan penuh percaya diri. Bahwa Allah selalu memberi kebahagiaan setelah kesulitan pasti ada kemudahan.
2. Bagi konselor : diharapkan mengambil hikmah dari permasalahan yang kita jumpai, supaya konselor bisa mengembangkan skill bimbingan maupun keterampilan konseling dan berintropeksi dalam mencari

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

dimana kekurangan dalam melaksanakan sesi konseling agar kedepanya lebih baik lagi jika menangani kasus serupa maupun permasalahan yang lainnya. Yang terpenting setelah melakukan penelitian ini konseli jangan di lepas langsung, namun harus sesekali masih butuh pengawasannya, sehingga apabila muncul tanda-tanda permasalahan, bisa langsung diberitahu dengan baik. Bahkan kalau perlu konselor menjadwal bersilaturrahim dan melihat perkembangan konseli di sekolah.

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

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol, 2004.*Psikologi Kepribadian*, Malang: UM Press

Andi Mapire, AT. 2004. *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Arif Ainur Rofiq. 2017. Teori Dan Praktek Konseling. Surabaya. Raziev Jaya

Corey G. (2009). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (8th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole

Departemen Hukum dan Ham, (2004), Undang-Undang No 23 tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (PKDRT) Jakarta

Dimyati dan Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*, Jakarta: Rineka Cipta,

Dewa Ketut Sukardi. 1987. *Bimbingan Karir di Sekolah-Sekolah*, Jakarta: Ghalia Indonesia

Dimyati dan Mudjiono. (2009). Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta

Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak percaya Diri*, Jakarta: Purwa Suara

Hartono Boy Soedarmadji. 2006 .*Psikologi Konseling*, Surabaya: Press UNIPA,

Haris Herdiansyah. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif untuk ilmu-ilmu sosial*. JakartaSalemba Humanika,

Iqbal, Muhammad Ph.D. 2010. Psikologi Pernikahan. Jakarta : Gema insani

Joko Subagyo. 2006. *Metode Penelitian dalan Teori dan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta,

Lexy J. Moleong. 1999.*Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya

Malayu S.P Hasibuan, 2009. *Manajemen : Dasar, Pengertian, dan Masalah*,. Jakarta : Bumi Aksara

Salleh Amat & Zuria Mahmud, 2007. *Monograft Pengajaran & Pembelajaran IPTA, U*PM Serdang

Suharsumi Arikunto, 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta

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

Sugiyono. 2009. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta

Sutrisno Hadi, 1986. Metodologi Research.Jakarta: Andi Offset

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