



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**PENGARUH KONSELING BEHAVIOUR
DENGAN TEKNIK LATIHAN ASERTIF
UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN
BELAJAR SISWA KELAS VII DI SMP ISLAM
PARLAUNGAN, WARU, SIDOARJO**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos)*

Oleh :

**Tiara Ananda Putri
NIM. B73219091**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
2023**

PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tiara Ananda Putri

NIM : B73219091

Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Pengaruh Konseling Behaviour Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas VII Di SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Sidoarjo, 20 Juni 2023

Yang membuat pernyataan



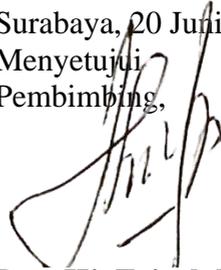
Tiara Ananda Putri

NIM B73219091

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Tiara Ananda Putri
NIM : B73219091
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Behaviour Dengan Teknik
Latihan Asertif Untuk Meningkatkan
Disiplin Belajar Siswa Kelas VII Di SMP
Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo.
Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 20 Juni 2023
Menyetujui
Pembimbing,



Dra. Hj. Faizah Noer Laela, M.Si
NIP. 196012111992032001

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

PENGARUH KONSELING BEHAVIOUR DENGAN
TEKNIK LATIHAN ASERTIF UNTUK MENINGKATKAN
DISIPLIN BELAJAR SISWA KELAS VII DI SMP ISLAM
PARLAUNGAN, WARU, SIDOARJO

SKRIPSI

Disusun Oleh
Tiara Ananda Putri
B73219091

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu Pada 06 tanggal Juli 2023

Tim Penguji

Penguji I

Dra. Hj. Faizah Noer Laela, M. Si
NIP. 196012111992032001

Penguji II

Dr. Hj. Sri Astutik, M. Si
NIP. 195902051986032004

Penguji III

Dr. Hj. Ragwan Albaar, M. Fil. I
NIP. 196303031902032002

Penguji IV

Amriyana, M. Pd.
NIP. 198904112020122019



Dr. Moch Cholul Arif, S.Ag., M.Fil.I
NIP. 197110171998031001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : TIARA ANANDA PUTRI
NIM : B73219091
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI/BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
E-mail address : tiaraandp25@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 :

Pengaruh Konseling Behaviour Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin

Belajar Siswa Kelas VII Di SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif 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, 16 September 2023

Penulis



(Tiara Ananda Putri)

nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Tiara Ananda Putri, B73219091, Pengaruh Konseling Behaviour Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas VII Di SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling behaviour dengan teknik latihan asertif berpengaruh terhadap peningkatan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo.

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen *one group pretest posttest*. Penelitian ini dilakukan di SMP Islam Parlaungan yang berlokasi di Desa Berbek I, Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas VII A-C yang dikategorikan memiliki disiplin belajar rendah. Kemudian dilakukan pengujian menggunakan uji *Paired Sample T- Test*.

Dalam penelitian ini terdapat tiga tahapan penelitian yaitu tahap pre test (Pengukuran skor awal), tahap intervensi (dilakukan dalam tiga kali pertemuan), dan posttest (pengukuran skor akhir).

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti berada di bawah nilai taraf signifikansi 0,05. Yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa disiplin belajar siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan mengalami peningkatan dan perubahan secara signifikan setelah diberikan konseling behaviour dengan teknik latihan asertif.

Kata kunci : *Latihan asertif, Konseling Kelompok, Disiplin Belajar*

ABSTRACT

Tiara Ananda Putri, B73219091, the influence of behavior counseling with assertive exercise techniques to improve the discipline of learning seventh grade students at SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo.

The purpose of this study was to determine whether behavioral counseling with assertive exercise techniques affect the improvement of learning discipline of seventh grade students in SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo.

The research method used in this study is a quantitative method with experimental research type one group pretest posttest. This research was conducted at SMP Islam Parlaungan located in Berbek I Village, Waru District, Sidoarjo regency. The sample of this study were students of Class VII A-C who were categorized as having low learning discipline. Then do the test using Paired Sample T - Test.

In this study there are three stages of research, namely the pre-test stage (initial score measurement), intervention stage (conducted in three meetings), and posttest (final score measurement).

The results of this study indicate that the significance value of 0.000 which means it is below the significance level value of 0.05. Which means that H_a is accepted and H_o is rejected, it can be concluded that the learning discipline of VII grade students of SMP Islam Parlaungan has increased and changed significantly after being given behavioral counseling with assertive exercise techniques.

Keywords: *assertive training, group counseling, discipline learning*

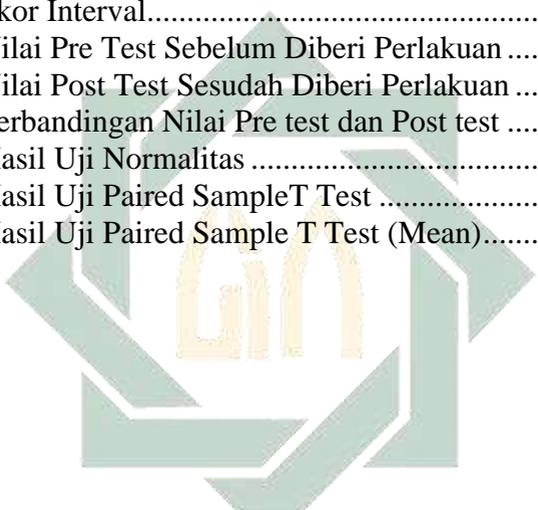
DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIHAN KARYA	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Definisi Operasional	8
F. Sistematika Pembahasan	9
BAB II KAJIAN TEORETIK	
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	11
B. Kerangka Teori.....	13
1. Konseling Behaviour	13
2. Teknik Latihan Asertif	20
3. Disiplin Belajar	29
4. Konseling Behaviour Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar	33
C. Paradigma Penelitian.....	34
D. Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN	

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	38
B. Lokasi Penelitian.....	39
C. Populasi, Sampel, Teknik Sampling.....	39
D. Variabel dan Indikator Penelitian.....	40
E. Tahap-tahap Penelitian.....	42
F. Teknik Pengumpulan Data.....	43
G. Teknik Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	45
H. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	50
B. Proses Konseling.....	53
C. Penyajian Data	64
1. Hasil Pre-Test Disiplin Belajar	64
2. Hasil Post Test Disiplin Belajar	66
3. Hasil Perbandingan Pretest dan Posttest	67
D. Pengujian Hipotesis.....	68
E. Pembahasan Hasil Penelitian	72
1. Perspektif Teori	72
2. Perspektif Keislaman	76
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	81
B. Saran dan Rekomendasi.....	81
C. Keterbatasan Penelitian.....	82
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi Penelitian	39
Tabel 3.2 Variabel, Indikator dan Deskriptor	41
Tabel 3.3 Skor Alternatif Jawaban.....	45
Tabel 3.4 Uji Reliabilitas	47
Tabel 4.1 Skor Interval.....	65
Tabel 4.2 Nilai Pre Test Sebelum Diberi Perlakuan	65
Tabel 4.3 Nilai Post Test Sesudah Diberi Perlakuan	66
Tabel 4.4 Perbandingan Nilai Pre test dan Post test	67
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas	69
Tabel 4.6 Hasil Uji Paired Sample T Test	70
Tabel 4.7 Hasil Uji Paired Sample T Test (Mean).....	71



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Paradigma Penelitian	35
Bagan 3.1 Pola One Group Pretest Posttest	38



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Perbandingan Hasil Pre Test dan Post Test..... 68



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Turnitin.....	88
Lampiran 2 Berita Acara Proposal.....	89
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	90
Lampiran 4 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	92
Lampiran 5 Angket Sebelum Uji Validitas.....	94
Lampiran 6 Data Hasil Angket	97
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas	100
Lampiran 8 Angket Setelah Uji Validitas	102
Lampiran 9 Pembahasan Materi Konseling.....	104
Lampiran 10 Dokumentasi.....	105



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan suatu usaha yang sangat penting dalam proses kehidupan, di mana dengan pendidikan individu mendapatkan pengetahuan yang berguna untuk menjalani kehidupan dengan lebih baik di masa depan. Pendidikan dimaksudkan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia sehingga dapat hidup mandiri, produktif, dan bertanggung jawab baik terhadap diri sendiri, keluarga maupun masyarakat. Namun perlu diketahui, ilmu pengetahuan tidak datang dengan sendirinya. Diperlukan berbagai usaha untuk menemukan sumber-sumber dari ilmu tersebut.

Adapun tujuan pendidikan tidak selalu berjalan dengan lancar karena penyelenggaraan pendidikan bukan kegiatan yang sederhana namun sangat kompleks. Tercapainya hasil belajar yang optimal sangat dipengaruhi oleh sikap dan tingkah laku siswa selama mengikuti proses pembelajaran agar proses belajar mengajar menjadi lancar maka siswa harus mematuhi tata tertib dengan penuh rasa disiplin yang tinggi.¹

Disiplin adalah suatu cara untuk membantu anak agar dapat mengembangkan pengendalian diri. Dengan perilaku disiplin, anak dapat memperoleh suatu batasan untuk memperbaiki tingkah lakunya yang salah.

Dan dengan diterapkannya perilaku disiplin dapat membangun self management yang baik kepada setiap

¹Nyoman Dantes Ni Putu Megantari. Ni Nengah Madri Antari, "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X MIA-4 Sma Negeri 3 Singaraja," *E-Journal Undhiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, Vol. 2, No. 1, 2014, hal. 1.

individu.² Disiplin juga merupakan salah satu kebutuhan dasar anak dalam rangka pembentukan dan pengembangan wataknya secara sehat.

Perilaku disiplin sangat penting bagi seorang siswa, seperti yang disampaikan Rachman bahwa disiplin dapat memberi dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang, membantu siswa memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan, cara menyelesaikan tuntutan yang ingin ditunjukkan peserta didik terhadap lingkungannya, untuk mengatur keseimbangan keinginan individu satu dengan individu lainnya, menjauhi siswa melakukan hal-hal yang dilarang sekolah, mendorong siswa melakukan hal-hal yang baik dan benar, peserta didik belajar hidup dengan kebiasaan-kebiasaan yang baik, positif dan bermanfaat bagi dirinya.³

Soegeng Prijodarminto dalam Tu'u memberi arti disiplin sebagai kondisi yang terbentuk melalui proses dan serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan atau ketertiban. Perilaku itu tercipta melalui proses binaan keluarga, pendidikan, dan pengalaman. Rachman mengartikan disiplin sebagai upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya. Tu'u merumuskan disiplin

² Mar Atus Sholihah, Faizah Noer Laela, "Penggunaan Negative Reinforcement Sebagai Model Pola Asuh Dalam Meningkatkan Perilaku Disiplin Anak Usia Dini Di TPQ Daarul Qur'an Wonosari", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 11, No. 1, Juni 2021, hal.79

³Mutiara Magta Nyoman Rohmaniah, I Made Tegeh. "Penerapan Teknik Modifikasi Perilaku Token Economy Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini," *E-Journal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol. 4, No. 2. 2016, hal. 1.

sebagai sikap seseorang dalam mengikuti dan menaati peraturan, nilai, dan hukum yang berlaku.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan adalah suatu sikap dan perilaku yang mencerminkan ketaatan dan ketepatan terhadap peraturan, tata tertib, norma-norma yang berlaku baik tertulis maupun yang tidak tertulis. Pada hakikatnya disiplin bukan hanya merupakan kepatuhan pada norma yang dipaksakan dari luar, melainkan merupakan kemampuan mengendalikan diri yang didasarkan pada keinginan untuk menciptakan keteraturan dan ketertiban di dalam kehidupan.

Masalah kedisiplinan di sekolah sudah menjadi masalah umum yang hampir ada di tiap sekolah di Indonesia, banyak siswa yang memiliki perilaku yang kurang disiplin belajar. Dalam pelaksanaan pendidikan untuk membentuk karakter disiplin pada siswa terdapat beberapa kendala atau faktor penghambat yang mempengaruhi kedisiplinan siswa diantaranya adalah kebiasaan siswa yang malas ketika mengerjakan tugas, bangun kesiangan sehingga terlambat datang ke sekolah, pengaruh negatif dari teman sebaya.

Dampak dari kurangnya disiplin belajar membuat siswa menjadi pribadi yang tidak konsisten, mudah berubah pendapat sehingga bingung ketika dihadapkan dengan beberapa pilihan (plin-plan), tidak adanya ketegasan. Prestasi belajar menurun, mengganggu kegiatan belajar mengajar serta mendapatkan hukuman dari guru di sekolah.

Sesuai dengan fenomena yang terjadi di sekolah SMP Islam Parlaungan pada siswa kelas VII ditemukan terdapat beberapa siswa yang menunjukkan perilaku yang kurang disiplin seperti membolos, terlambat datang ke sekolah, tidak memakai atribut sesuai dengan peraturan sekolah, tidak menaati tata tertib dan peraturan sekolah, serta sering keluar kelas saat kegiatan belajar mengajar dilaksanakan. Perilaku tidak disiplin ini menjadi urgensi bagi guru-guru di sekolah

untuk membuat siswa mengikuti dan menaati peraturan, nilai, hukum atau tata tertib yang berlaku di sekolah supaya memperoleh perubahan perilaku dalam diri siswa dengan latihan yang teratur, pengajaran, pendidikan serta pembinaan. Oleh karena itu, kondisi seperti ini dipandang perlu segera ditangani dengan layanan bimbingan konseling yang tepat.

Berangkat dari permasalahan di atas, maka perlu dilakukan upaya-upaya dalam pemberian layanan konseling dalam rangka meningkatkan kedisiplinan belajar para peserta didik. Karena dengan sikap disiplin belajar mempunyai peranan penting bagi para siswa khususnya di bagian akademik. Dan untuk mewujudkan hal tersebut para siswa perlu diberikan layanan konseling yang mampu menarik minat siswa dalam meningkatkan sikap disiplin belajar.

Mengacu pada beragam filosofi Oakeshott, PS Wilson, Durkheim dan McMurray, ketiganya berpendapat bahwa gagasan tentang disiplin sekolah memungkinkan sedikit mengontrol perilaku dan disiplin belajar ada tiga cara: etis (dengan membimbing pengembangan etis murid), humanizing (dengan mendorong peserta didik untuk bertindak demi orang lain bukan hanya berfikir tentang diri mereka sendiri), epistemik (dengan mendukung murid untuk terlibat dalam mengejar kepentingan dan pengetahuan yang berharga). Dari beberapa teori bimbingan konseling yang ada, salah satu pendekatan teori bimbingan konseling yang dianggap layak digunakan untuk meningkatkan disiplin belajar siswa yakni teori Konseling Behavior dengan teknik latihan asertif (*assertive training*).

Teori konseling *behavior* adalah teori konseling yang menekankan pada tingkah laku manusia yang pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan dan segenap tingkah lakunya itu dipelajari atau diperoleh karena proses

latihan”. Pandangan ini menyatakan bahwa perilaku harus dijelaskan melalui pengalaman yang dapat diamati, bukan dengan proses mental. Dalam konsep behavior, perilaku manusia merupakan hasil dari proses belajar, sehingga dapat diubah dengan memanipulasi kondisi-kondisi belajar.

Dengan demikian, terapi behavior hakekatnya merupakan aplikasi prinsip-prinsip dan teknik belajar secara sistematis dalam usaha menyembuhkan gangguan tingkah laku. Asumsinya bahwa gangguan tingkah laku itu diperoleh melalui hasil belajar yang keliru dan karenanya harus diubah melalui proses belajar, sehingga dapat lebih sesuai. Konseling behaviour memiliki banyak teknik sebagai proses belajar terkait perilaku yang menyimpang, salah satu proses belajar yang digunakan dalam konseling behavior yakni teknik latihan asertif.

Latihan asertif (*Assertive training*) merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya.⁴ Menurut Corey teknik *assertive training* yaitu teknik yang berguna untuk membantu individu mengungkapkan perasaan, kesulitan menyatakan “tidak”, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Sedangkan *Assertive Training* menurut Fortinash merupakan komponen dari terapi perilaku dan suatu proses dimana individu belajar mengkomunikasikan kebutuhan, menolak permintaan dan mengekspresikan perasaan positif dan negatif secara terbuka, jujur, langsung, dan sesuai dengan pemahaman. Tujuan dari teknik *assertive training* adalah untuk mengajarkan kepada konseli agar bertindak atau berbuat sesuai dengan kebutuhan dan

⁴Tika Ningsih Laila Maharani. “Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 2, No. 1, 2015, hal. 10.

keinginan mereka dengan tetap menghormati hak dan kepentingan orang lain.

Tahapan dalam melakukan konseling dengan teknik latihan asertif sebagai berikut :

1. Menentukan kesulitan konseli dalam bersikap asertif
2. Mengidentifikasi perilaku yang diinginkan oleh konseli dan harapannya
3. Menentukan perilaku akhir yang diperlukan dan yang tidak diperlukan
4. Membantu konseli untuk membedakan perilaku yang dibutuhkan dan yang tidak dibutuhkan dalam rangka menyelesaikan masalahnya
5. Mengungkapkan ide-ide yang tidak rasional, kesalahpahaman yang ada di pikiran konseli
6. Menentukan respon-respon asertif
7. Mengadakan pelatihan perilaku asertif dan mengulang-ulang kembali
8. Pemberian tugas kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan perilaku asertif yang sudah dipelajari
9. Memberikan penguatan terhadap tingkah laku yang diinginkan.⁵

Penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Hasbahuddin, Rosmawati dengan penelitian berjudul “Implementasi Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa”. Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah jenis dan metode pendekatan yang digunakan sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaannya terletak pada teknik konseling yang digunakan dimana pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik pengelolaan diri

⁵M. Fachrul Reza Yusran, Harfinah Faramitha, “Pengaruh Konseling Asertif Terhadap Kebiasaan Membolos Siswa UPTD SMPN 17 Barru”, *Jurnal Edukasi Sainifik*, Vol. 2, No. 2, 2022, hal,130

sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik latihan asertif. Kemudian penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Geandra Ferdiansa, Yeni Karneli dengan penelitian berjudul “Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa”. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah objek penelitian sama-sama siswa. Sedangkan perbedaannya terletak pada metode konseling yang digunakan serta jenis penelitian yang digunakan.

Adapun rumusan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian terhadap masalah disiplin belajar dengan judul **“Pengaruh Konseling Behaviour Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas VII Di SMP Islam Parlaungan”**

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah diatas maka dapat diketahui rumuskan permasalahan dari penelitian ini yaitu :

Apakah terdapat pengaruh konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan ?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini diutarakan peneliti sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk bisa memberikan sumbangan pemikiran ilmiah serta mampu sebagai pijakan dan referensi untuk peneliti selanjutnya dalam dunia

konseling khususnya mengenai konseling behaviour dengan teknik latihan asertif.

2. Manfaat Praktis

Manfaat yang diharapkan oleh peneliti adalah dapat menambah wawasan dan pengalaman secara langsung tentang cara meningkatkan disiplin belajar melalui konseling behaviour dengan teknik latihan asertif.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjabaran dari variabel-variabel penelitian, dimensi, dan indikator yang digunakan untuk mengukur variabel tersebut. Penelitian ini berkenaan dengan terapi behaviour dengan teknik latihan asertif dalam meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas VII. Adapun definisi operasional dari penelitian ini sebagai berikut :

1. Konseling Behaviour

Konseling behavior adalah teknik konseling yang berfokus pada tingkah laku dan menggunakan teori belajar untuk menyelesaikan masalah tingkah laku. Konseling behavior dapat dilakukan dengan berbagai teknik, seperti teknik desensitisasi sistematis dan operant conditioning, tergantung pada masalah yang dihadapi. Konseling behavior juga dapat dilakukan secara individu atau kelompok, tergantung pada kebutuhan klien.

2. Teknik Latihan Asertif

Latihan *asertif* adalah salah satu sekian banyak topik yang tergolong populer dalam terapi tingkah laku. Latihan *asertif* dapat membantu orang-orang yang mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya, merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan pikiran-pikiran sendiri. Pendekatan ini berlangsung

menggunakan metode-metode permainan peran. Siswa diberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana siswa bisa kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman untuk memperkuat tingkah laku menegaskan diri yang baru diperolehnya melalui permainan peran dengan skenario yang diharapkan tindakan siswa yang memiliki disiplin belajar rendah dapat mengubah tingkah lakunya kearah yang lebih baik atau dalam kaitannya dengan penelitian ini, siswa diharapkan dapat meningkatkan disiplin dalam belajar.

3. Disiplin Belajar

Disiplin dalam konsep yang lebih luas menurut ahli Wyckof mengemukakan disiplin merupakan proses belajar mengajar yang mengarah pada ketertiban dan pengendalian diri. Disiplin juga diartikan sebagai watak yang dimiliki oleh seseorang merupakan hasil belajar sekaligus berdasarkan faktor-faktor yang dibentuk lewat latihan saat di rumah maupun di sekolah. Sedangkan menurut Schaefer, disiplin berarti pengajaran bimbingan atau dorongan yang dilakukan orang dewasa yang tujuannya untuk menolong anak-anak belajar hidup sebagai makhluk sosial dan mencapai pertumbuhan serta perkembangan mereka dengan optimal. Melihat dari berbagai arti disiplin belajar diatas, maka dapat diketahui bahwa disiplin belajar merupakan suatu proses dalam belajar untuk memperoleh hasil yang dapat membantu perkembangan belajar secara optimal.

F. Sistematika Pembahasan

Dalam penelitian ini agar menjadi bahan kajian yang mudah dipahami, maka peneliti menyusun sistematika pembahasan sebagai berikut :

1. Bab I PENDAHULUAN, Berisi pendahuluan yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan

- penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, serta sistematika pembahasan.
2. Bab II KAJIAN TEORETIK, Bab ini berisi penelitian terdahulu yang relevan, pembahasan kerangka teori yaitu disiplin belajar dan konseling behaviour dengan teknik latihan asertif, paradigma penelitian, dan hipotesis penelitian.
 3. Bab III METODOLOGI PENELITIAN, Berisi tentang pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, populasi, sampel, dan teknik sampling penelitian, variabel dan indikator penelitian, tahapan penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validitas instrumen, serta teknik analisis data.
 4. Bab IV PENYAJIAN DATA, Bab ini berisi gambaran umum objek penelitian, penyajian data, pengujian hipotesis, pembahasan hasil penelitian sesuai rumusan masalah dan hasil spss.
 5. Bab V PENUTUP, Berisi penutup meliputi simpulan dan saran serta keterbatasan penelitian.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORETIK

A. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ni Kadek Ita Purnama Dani, Ni Ketut Suami, dan Ni Made Sulastri dengan penelitian berjudul “Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Belajar Siswa Kelas X SMA Laboratorium UNDIKSHA Tahun 2012/2013”.⁶ Jenis penelitian ini menggunakan quasi eksperimen. Persamaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian ini yaitu dari segi penggunaan teknik konseling yang digunakan serta masalah yang diatasi. Sedangkan, perbedaannya terletak pada subjek penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling behavior dengan teknik latihan asertif terbukti efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas X ditunjukkan dengan hasil analisis kelompok eksperimen 5% lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.
2. Penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Hasbahuddin, Rosmawati dengan penelitian berjudul “Implementasi Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa”.⁷ Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen. Persamaan penelitian sebelumnya dengan

⁶Ni Kadek Ita Purnama Dani, Ni Ketut Suami, dan Ni Made Sulastri, “Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Belajar Siswa Kelas X SMA Laboratorium UNDIKSHA Tahun 2012/2013”, *Jurnal Bimbingan Konseling UNDIKSHA*, Vol. 1, No, 1, Juli 2013

⁷Hasbahuddin, Rosmawati, “Implementasi Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa”, *Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, Vol 1, No. 1, 2019

penelitian ini adalah jenis dan metode pendekatan yang digunakan sama-sama menggunakan metode kuantitatif. Sedangkan perbedaannya terletak pada teknik konseling yang digunakan dimana pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik pengelolaan diri sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teknik latihan asertif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh teknik pengelolaan diri untuk meningkatkan kedisiplinan siswa.

3. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Geandra Ferdiansa, Yeni Karneli dengan penelitian berjudul “Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa”.⁸ Jenis penelitian ini merupakan metode penelitian action research. Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah objek penelitian sama-sama siswa. Sedangkan perbedaannya terletak pada metode konseling yang digunakan serta jenis penelitian yang digunakan. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa teknik modeling efektif untuk meningkatkan disiplin belajar.
4. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Muhammad Nur Safi'an, Gudnanto, Sumarwiyah dengan penelitian berjudul “Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Pada Peserta Didik SMPN 2 Nalumsari”.⁹ Jenis penelitian ini adalah studi kasus. Persamaan penelitian sebelumnya dengan penelitian ini adalah objek

⁸ Geandra Ferdiansa, Yeni Karneli, “Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa”, *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 3, No. 3, 2021

⁹ Muhammad Nur Safi'an, Gudnanto, Sumarwiyah, “Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Pada Peserta Didik SMPN 2 Nalumsari”, *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling*, Vol. 1, No. 2, 2022

penelitian yang menjadi sasaran. Sedangkan perbedaannya terletak pada jenis penelitian yang digunakan. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa teknik shaping dapat meningkatkan kedisiplinan belajar siswa.

B. Kerangka Teori

1. Konseling Behaviour

Behavioral adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Tingkah laku yang dimaksud adalah perbuatan yang ditampilkan oleh individu. Tujuan dari pendekatan behavioral adalah untuk memodifikasi tingkah laku yang tidak diinginkan (maladaptif) sehingga menekankan pada pembiasaan tingkah laku positif (adaptif). Pada konsep pendekatan behavioral, tingkah laku manusia merupakan hasil belajar yang dapat diubah dengan memanipulasi dan mengkreasikan kondisi-kondisi belajar.¹⁰

Menurut Laela konseling *behavioral* adalah teknik pendekatan dalam konseling yang diberikan kepada siswa agar mampu belajar merubah tingkah laku bermasalah menjadi sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku. Individu yang baru berkembang mulai menyadari bila setiap orang harus menyesuaikan diri agar bisa diterima dalam kelompok sosial.¹¹

Behavioral merupakan salah satu pendekatan teoritis dan praktis mengenai model perubahan perilaku seseorang dalam proses konseling dan psikoterapi. Pendekatan behavioral yang memiliki ciri khas pada makna belajar, conditioning yang dirangkai

¹⁰Arga Satrio Prabowo, "Latihan Asertif : Sebuah Intervensi Yang Efektif", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 7, No. 1, Juni 2018, hal. 116

¹¹Bestari Lala, dkk, "Pendekatan Konseling Behaviorial Terhadap Perkembangan Moral Siswa", *Jurnal Ilmiah Aquinas*, Vol. 4, No. 1, Januari 2021, hal. 160

dengan reinforcement menjadi pola efektif dalam mengubah perilaku seseorang.¹²

Pandangan behavioral menitik beratkan pada proses belajar sebagai tingkah laku yang baik dan buruk. Timbulnya kelainan tingkah laku disebabkan jika seseorang gagal menemukan cara penyesuaian diri yang cocok untuk dilakukan, akibatnya belajar dengan cara penyesuaian diri yang salah. Pendapat Corey behavioral merupakan penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar.

Terapi menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada pengubahan tingkah laku kearah cara-cara yang lebih adaptif. Pendekatan ini telah memberikan sumbangan-sumbangan yang berat, baik pada bidang-bidang klinis maupun pendidikan.¹³ Menurut A. Supratikna pendekatan behavioral adalah pendekatan yang menerapkan prinsip penguatan stimulus respon artinya adalah pengetahuan yang terbentuk melalui ikatan stimulus respon, yang membuat semakin kuat apabila diberi penguatan. Penguatan tersebut berupa penguatan positif dan penguatan negatif.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan, pendekatan behavioral adalah suatu teknik yang menekankan pada aspek pemikiran individu serta membantu individu dalam mengambil langkah yang jelas dalam mengubah tingkah laku dengan adanya

¹² Umul Sakinah, "Konseling Behavioristik dalam Membentuk Perilaku Mandiri Merawat Diri pada Tunagrahita". *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol. 15, No. 1, Juni 2018, hal. 76

¹³ Gerald, Corey, *Teori dan Pratik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2007), hal. 193

stimulus, respon,serta penguatan yang diberikan dan individu memiliki potensi berperilaku baik atau buruk.

a. Tujuan Konseling Behaviour

Menurut Komalasari tujuan konseling behavioral beroreantasi padapengubahan atau modifikasi perilaku konseli, yang di antaranya untuk :

- 1) Menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar
- 2) Penghapusan hasil belajar yang tidak adaptif
- 3) Memberi pengalaman belajar yang adaptif namun belum dipelajari
- 4) Membantu konseli membuang respons-respons yang lama yang merusak diri atau maladaptif dan mempelajari respons –respons yang baru yang lebih sehat dan sesuai (adjustive).
- 5) Konseli belajar perilaku baru dan mengeliminasi perilaku yang maladaptif memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.
- 6) Penetapan tujuan dan tingkah laku serta upaya pencapaian sasaran dilakukan bersama antar konseli dan konselor.¹⁴

Gerald Coray menerangkan tujuan umum terapi tingkah laku atau behavioral adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar. Dasar alasannya ialah bahwa segenap tingkah laku adalah dipelajari termasuk tingkah laku yang maladaptif. Jika tingkah laku neurotik learned, maka ia bisa diperoleh . Terapi tingkah laku pada hakikatnya terdiri atas proses penghapusan hasil belajar yang

¹⁴Gantina, Komalasari, Dkk, *Teori dan Teknik Konseling*. (Jakarta: Indeks, 2011), hal.156

tidak adaptif dan pemberian pengalaman-pengalaman belajar yang didalamnya terdapat respon-respon yang layak, namun belum dipelajarinya.

Menurut Winkel dan Sri Hastuti menyatakan tujuan konseling behaviour adalah membantu konseli dalam membuat keputusan atas alternatif pilihan yang berkaitan dengan yang diinginkan.¹⁵ Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan, tujuan pendekatan behavioral adalah mengubah tingkah laku yang maladaptif menjadi tingkah laku yang adaptif dan berupaya membantu individu untuk mengambil keputusan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya agar sesuai dengan harapan lingkungan.

b. Konseling behaviour dalam perspektif Islam

Konseling perilaku dalam perspektif Islam menekankan pentingnya interaksi manusia dan pengaruh lingkungan, terutama keluarga. Dalam pandangan Islam, manusia dilahirkan dengan fitrah (sifat bawaan) yang cenderung ke arah hal-hal positif, termasuk keimanan kepada Allah dan perilaku positif. Teori behaviour memandang manusia sebagai makhluk netral dengan sifat turunturun, tidak baik atau buruk secara inheren. Teori tersebut juga menekankan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti keluarga dan teman sebaya. Terapi atau konseling konseling telah terbukti efektif dalam mengubah perilaku maladaptif pada individu. Terapi didasarkan pada

¹⁵ W.S. Winkel & Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), hal. 438.

prinsip behaviorisme, yang berfokus pada perilaku yang dapat diamati dan lingkungan yang memperkuatnya.

Dalam perspektif Islam, terapi perilaku dapat digunakan untuk membantu individu mengatasi perilaku maladaptif dan mengembangkan perilaku positif yang selaras dengan nilai-nilai Islam. Terapi tersebut dapat dikombinasikan dengan ajaran dan nilai-nilai Islam untuk memberikan pendekatan holistik dalam konseling.

Kaidah dan hukum belajar dapat dianggap sebagai keunggulan dari aliran behaviorisme dalam menelaah konsep manusia yang dikaitkan dengan salah satu fenomena sunnatullah, yaitu bahwa manusia dapat mengubah nasibnya sendiri. Seperti firman Allah dalam surat Ar-Ra'd: 11

لَهُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya: "Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung mereka selain Dia".¹⁶

¹⁶ Al-Qur'an, Ar-Ra'd : 11

Inilah ayat tentang kekuatan dan akal budi yang diberikan Allah kepada manusia sehingga manusia itu dapat bertindak sendiri dan mengendalikan dirinya sendiri di bawah naungan Allah. Dia berkuasa atas dirinya sendiri dalam batasan yang ditentukan Allah. Maka dari itu manusia itu wajib berusaha sendiri untuk mematuhi garis kehidupannya, jangan hanya menunggu saja dengan berikhtiar.

c. Teknik-Teknik Pendekatan Behavioral

Pendekatan behavioral atau dikenal juga dengan modifikasi perilaku adalah pendekatan yang mempelajari tingkah laku manusia, bertujuan untuk merubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Konseling behavioral memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku dapat dipelajari. Tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru dan manusia memiliki potensi untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah. Jadi dapat disimpulkan, bahwa teori behaviour menekankan pada terbentuknya tingkah laku yang nampak sebagai hasil dari proses belajar.

Dalam pendekatan behaviour terdapat beberapa teknik khusus, antara lain: penguatan positif, kartu berharga, pembentukan, kontrak perilaku, penokohan, pengelolaan diri, penghapusan, pembanjiran, penjenahan, hukuman, latihan asertif dan desensitisasi sistematis. Teknik-teknik spesifik yang terdapat dalam pendekatan behavioral atau

modifikasi perilaku bisa diterapkan pada terapi konseling individual maupun konseling kelompok.¹⁷

Menurut komalasari teknik konseling behavioral terdiri dari dua jenis, yaitu teknik untuk meningkatkan tingkah laku dan untuk menurunkan tingkah laku. Teknik untuk meningkatkan tingkah laku antara lain:

1) Penguatan positif

Pembentukan suatu pola tingkah laku dengan memberikan ganjaran atau perkuatan segera setelah tingkah laku yang diharapkan muncul adalah suatu cara ampuh untuk mengubah tingkah laku.

2) Token economy

Merupakan salah satu contoh dari perkuatan ekstrinsik yang menjadikan orang-orang melakukan sesuatu untuk meraih “pematik diujung tongkat”

3) Pembentukan tingkah laku (shaping)

Digunakan untuk membentuk perilaku baru klien dan memperkuat perilaku yang sudah terbentuk.

4) Pembuatan kontrak

Pembuatan kontrak adalah mengatur kondisi sehingga konseli menampilkan tingkah laku yang diinginkan berdasarkan kontrak antara konseli dan konselor. Teknik konseli untuk menurunkan tingkah laku adalah:

¹⁷Rositah, Raja Rahima, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Seld Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa", *JAPKP*, Vol. 2, No. 1, 2021, hal.18

a) Penghapusan

Penghapusan suatu respon terus menerus dibuat tanpa perkuatan, maka respon tersebut cenderung hilang.

b) Time out

Merupakan teknik menyisihkan peluang individu untuk mendapatkan penguatan positif. Teknik ini biasa digunakan dikelas.

c) Terapi aversi

Digunakan untuk menghilangkan kebiasaan buruk. Teknik ini dimaksudkan untuk meningkatkan kepekaan klien agar mengganti respon pada stimulus yang di senangnya dengan kebalikan stimulus tersebut.

d) Desensitisasi sistematis

Merupakan teknik relaksasi yang digunakan untuk menghapus perilaku yang dibuat secara negatif biasanya kecemasan, dan ia menyertakan respon berlawanan dengan perilaku yang akan dihilangkan.

2. Teknik Latihan Asertif

Latihan Asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya.¹⁸ Menurut Corey teknik latihan asertif yaitu teknik yang berguna untuk membantu individu mengungkapkan perasaan, kesulitan menyatakan “tidak”, mengungkapkan afeksi dan respon

¹⁸Tika Ningsih Laila Maharani. “Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 2, No. 1, 2015, hal. 10.

positif lainnya.¹⁹ Sedangkan Latihan Asertif menurut Fortinash merupakan komponen dari terapi perilaku dan suatu proses dimana individu belajar mengkomunikasikan kebutuhan, menolak permintaan dan mengekspresikan perasaan positif dan negatif secara terbuka, jujur, langsung, dan sesuai dengan pemahaman. Dalam surat Ali Imran ayat 139 juga menjelaskan bahwa seserang orang harus mempunyai kepercayaan diri :

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ أَوْلَىٰ بِآلِئِكُمْ مِمَّنْ

*Artinya: “Dan janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang yang beriman.”*²⁰

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik Latihan Asertif merupakan strategi dari ilmu psikoterapi yang dapat digunakan untuk membantu individu dalam mengungkapkan perasaan, kepercayaan diri, pengungkapan diri, sehingga siswa dapat mengutarakan pendapatnya, dan melatih ketegasannya atas hal-hal yang terjadi pada dirinya. Tetapi tidak merugikan orang lain dan lingkungan sekitarnya.

a. Perilaku Asertif

Perilaku asertif merupakan terjemahan dari istilah assertiveness atau assertion yang artinya titik tengah antara perilaku non asertif dan perilaku agresif. Orang yang memiliki tingkah laku atau

¹⁹ Rizki Mutia Faradita, “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kemampuan Asertivitas Siswa Kelas VIII 8 Smp Negeri 18 Kota Bengkulu,” *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Universitas Bengkulu*, Vol. 1, No. 2599–1221, 2018, hal. 61.

²⁰ Al-Qur’an, Ali-Imran :139

perilaku asertif orang yang berpendapat dari orientasi dari dalam, memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat mengungkapkan pendapat dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut dan berkomunikasi dengan orang lain secara lancar. Sebaliknya orang yang kurang asertif adalah mereka yang memiliki ciri terlalu mudah mengalah atau lemah, mudah tersinggung, cemas, kurang yakin pada diri sendiri, sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain dan tidak bebas mengemukakan masalah atau hal yang telah dikemukakan.²¹

Menurut Suterlinah Sukaji perilaku asertif yaitu perilaku seseorang dalam hubungan antar pribadi yang menyangkut ekspresi emosi yang tepat, jujur, relatif terus terang, dan tanpa perasaan cemas terhadap orang lain. Sementara menurut Lange dan Jukubowski, perilaku asertif merupakan perilaku seseorang dalam mempertahankan hak pribadi serta mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan secara langsung dan jujur dengan cara yang tepat.²²

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif adalah perilaku di mana individu mampu mengekspresikan pikiran, perasaan dan keinginan secara tepat, jujur, terbuka, bertanggung jawab, langsung mengarah ketujuan, penuh percayadiri dan teguh pada pendiriannya tanpa adanya perasaan cemas terhadap orang lain, tanpa

²¹Defriyanto dan Siti Masitoh, "Pengaruh Assertiveness Training Terhadap Konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X Di SMKN 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016", *Konseli : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3, No. 1, 2016, hal. 83

²²Z Abidin, "Pengaruh Pelatihan Resiliensi Terhadap Perilaku Asertif Pada Remaja", *Pamator Journal*, Vol. 2, No. 3, 2014, hal. 130

mengesampingkan dan menyakiti orang lain dan tanpa melanggar hak-hak orang lain.

Beberapa ciri dari individu yang memiliki asertivitas menurut Lange dan Jakubowski adalah sebagai berikut :

- 1) Memulai interaksi
- 2) Menolak permintaan yang tidak layak
- 3) Mengekspresikan ketidaksetujuan dan ketidaksenangan
- 4) Berbicara dalam kelompok
- 5) Mengekspresikan pendapat dan saran
- 6) Mampu menerima kecaman dan kritik
- 7) Memberi dan menerima umpan balik.

Menurut penjelasan tersebut seorang yang dikatakan asertif apabila mampu bersikap jujur apabila dalam mengekspresikan perasaan, pandangan dan pikirannya dan tidak merugikan integritas lain. Menurut Beddel & Lennox mengemukakan perilaku asertif akan mendukung tingkah laku interpersonal yang secara simultan akan berusaha untuk memenuhi keinginan individu semaksimal mungkin dengan secara bersamaan juga mempertimbangkan keinginan orang lain karena hal itu tidak hanya memberikan penghargaan pada diri sendiri tetapi juga kepada orang lain.²³

Berdasarkan pendapat di atas bahawasannya perilaku asertif tidak hanya mendukung keinginan individu melainkan juga harus mempertimbangkan

²³ Tika Meilena dan Suryanto, "Self Disclosure, Perilaku Asertif dan Kecenderungan Terhindar Dari Tindakan Bullying ", *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 4, No. 2, 2015, hal. 211.

keinginan orang lain karena hal itu juga dapat memberikan penghargaan untuk kita dan orang lain.

b. Tujuan latihan asertif

Tujuan dari teknik latihan asertif adalah untuk mengajarkan kepada konseli agar bertindak atau berbuat sesuai dengan kebutuhan dan keinginan mereka dengan tetap menghormati hak dan kepentingan orang lain.²⁴ Teknik latihan Asertif adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut :

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

c. Manfaat Latihan Asertif

- 1) Individu dapat mempertahankan haknya tanpa menyakiti dan merugikan orang lain
- 2) Dapat mendapatkan kebutuhannya dengan cara yang memuaskan dan melegakan hati semua orang, sehingga dengan demikian individu memperoleh kehormatan diri
- 3) Sudut pandang psikologi humanistik dan eksistensial menyatakan individu yang asertif mendapatkan keuntungan psikologis,

²⁴ Mujiyant, “Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training,” *Jurnal Fokus Konseling*, Vol. 1, No. 1, 2015, hal. 5.

diantaranya individu akan memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap masalah, karena dalam menyesuaikan diri, individu yang asertif akan memilih dan bertindak dengan tepat.

Mereka bebas memilih dan bertindak sesuai dengan pilihannya. Hal ini akan membuat individu mendapatkan kebebasan serta tanggung jawabnya dengan cara yang terhormat;

- 4) Individu yang mampu asertif dapat membangun hubungan interpersonal yang positif.²⁵

d. Pelaksanaan Konseling Dengan Latihan Asertif

Menurut Joyce & Weil langkah-langkah dalam melakukan teknik Latihan Asertif yang merumuskan lima tahapan latihan asertif yaitu sebagai berikut :

- 1) Mengidentifikasi perilaku target

Mengidentifikasi perilaku target terjadi pada saat mendiskusikan situasi dimana mereka memiliki beberapa kesulitan mengekspresikan perasaan dan mengidentifikasi jenis perasaan yang bermasalah. Pengidentifikasi bertujuan agar siswa mengetahui perilaku dan perasaan yang bermasalah dan perlu diperbaiki.

- 2) Menetapkan prioritas untuk situasi dan perilaku

Setelah pengidentifikasi perilaku yang akan dirubah maka perlu ditetapkan prioritas dalam pemilihan situasi. Prioritas ini perlu mencakup dua hal yang situasi dan jenis perasaan bahwa mereka memiliki kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya dalam situasi yang tepat. Prioritas ini memberikan dasar untuk

²⁵ Mitra Oktifisa and Olievia Prabandini. "Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal anggota Hima (Himpunan Mahasiswa) Prodi Psikologi Fip Unesa," *Jurnal Unesa*, Vol. 2, 2013, hal. 2

memilih situasi dan perasaan yang akan dilakukan untuk berkonsentrasi pada langkah pertama. Dalam langkah kedua ini target dilatih untuk mengungkapkan perasaannya dalam bentuk ucapan atau kata-kata yang berisi hal logis dan tidak bertele-tele.

3) Memerankan situasi

Peserta didik akan terlibat dalam perilaku latihan atau bermain peran. Pemeranan situasi atau bermain peran ini perlu dilakukan agar peserta didik mempelajari perilaku mana yang perlu diubah. Setelah diskusi tentang bermain peran mungkin dimodifikasi sehingga ekspresi perasaan akan menjadi baik memadai dan dapat diterima secara sosial, pemeran memberlakukan situasi kembali, kali ini dengan beberapa ekspresi perasaan.

Diberlakukannya ini diikuti oleh beberapa orang lain dimana peserta didik (dan mungkin guru) dapat mengungkapkan secara memadai dalam situasi tersebut. Terutama ketika perasaan bertentangan yang akan diungkapkan atau ketika salah satu kebutuhan untuk mengganggu perilaku orang lain, guru dapat memimpin diskusi tentang berbagai macam tanggapan yang relatif tidak agresif tetapi efektif yang dapat dibuat dalam situasi sosial.

4) Pengulangan

Pengulangan perlu dilakukan agar siswa terbiasa dengan perilaku baru yang telah dipelajari pada fase sebelumnya. Peserta didik mempraktekkan perilaku baru dan mengamati berbagai gaya asertif. Mereka saling memberikan umpan balik lain pada cara untuk menjadi lebih

efektif, dan secara bertahap unsurunsur ekspresi yang jelas dari perasaan dan ketegasan dibuat eksplisit. Asumsi dari model ini adalah peserta didik akan belajar perilaku baru dan mulai mentransfernya atau mengaplikasikan ke situasi kehidupan nyata mereka. Dalam tahap keempat ini, akan diberlakukan umpan balik antara target dan kelompok pengamat. Umpan balik ini terkait dengan komitmen dalam berekspresi.

5) Memindahkan pada situasi nyata

Konselor perlu menyadari tidak semua konsekuensi akan positif. Beberapa peserta didik akan menemukan mereka bisa lebih nyaman meminta pergi dari situasi ini. Orang lain akan mengekspresikan perasaan mereka dengan seseorang dan kemungkinan akan ditolak.²⁶

e. Kelebihan dan Kekurangan Teknik Latihan asertif

1) Kelebihan pelatihan asertif ini akan tampak pada:

- a) Pelaksanaannya yang cukup sederhana.
- b) Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan seperti relaksasi, ketika individu lelah dan jenuh dalam berlatih, kita dapat melakukan relaksasi supaya menyegarkan individu itu kembali.
- c) Pelatihannya juga bisa menerapkan teknik modeling, misalnya konselor mencontohkan sikap asertif langsung dihadapan konseli. Selain itu juga dapat dilaksanakan melalui kursi kosong, misalnya setelah konseli

²⁶Nurul Rahmi. "Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Kompetensi Interpersonal Siswa Kelas X Sma Negeri 2 Kandangan," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 6, 2016, hal. 65.

mengatakan tentang apa yang hendak diutarakan, ia langsung mengutarakannya di depan kursi yang seolah-olah dikursi itu ada orang yang dimaksud oleh konseli.

- d) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya.
 - e) Dapat dilaksanakan secara perorangan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok. Melalui latihan-latihan tersebut individu diharapkan mampu menghilangkan kecemasan-kecemasan yang ada pada dirinya, mampu berfikir realistis terhadap konsekuensi atas keputusan yang diambilnya serta yang paling penting adalah menerapkannya dalam kehidupan ataupun situasi yang nyata.
- 2) Kelemahan, pelatihan asertif ini akan tampak pada :
- a) Meskipun sederhana namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, ini juga tergantung dari kemampuan individu itu sendiri.
 - b) Bagi konselor yang kurang dapat mengombinasikannya dengan teknik lainnya, pelatihan asertif ini kurang dapat berjalan dengan baik atau bahkan akan membuat jenuh dan bosan konseli atau anggota kelompok juga membutuhkan waktu yang cukup lama.²⁷

3. Disiplin Belajar

²⁷Nurul Rahmi, "Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Kompetensi Interpesonal Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kandangan", *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 6, 2016, hal. 65

Kedisiplinan berasal dari kata disiplin. Istilah disiplin berasal dari bahasa latin “*Disciplina*” yang merujuk pada kegiatan belajar. Untuk istilah inggris disiplin yaitu “*Discipline*” yang berarti tertib, taat dalam mengendalikan tingkah laku, penguasaan diri. Menurut Hurlock disiplin merupakan cara masyarakat untuk mengajarkan pada anak perilaku moral yang disetujui kelompok.²⁸ Disiplin mempunyai makna yang luas dan berbeda-beda. Menurut Andi Rasdiansyah disiplin merupakan kepatuhan untuk menghormati dan melaksanakan suatu sistem yang mengharuskan orang tunduk pada keputusan, perintah atau peraturan yang berlaku. Sedangkan menurut Depdiknas disiplin adalah tingkat konsistensi dan konsekuen seseorang terhadap suatu komitmen atau kesepakatan bersama yang berhubungan dengan tujuan yang akan dicapai waktu dan proses pelaksanaan suatu kegiatan.

Dari berbagai pendapat tentang definisi disiplin diatas dapat diketahui bahwa disiplin merupakan suatu sikap moral siswa yang terbentuk dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, keteraturan, dan ketertiban berdasarkan acuan nilai moral.²⁹

a. Fungsi Disiplin

Disiplin menjadi prasyarat bagi pembentukan sikap, perilaku dan tata kehidupan yang teratur yang dapat mengantarkan seseorang pada kesuksesan dalam belajar dan kelak ketika bekerja. Fungsi dari hidup disiplin antara lain :

- 1) Disiplin yang dimiliki oleh seorang siswa dapat membantu siswa itu sendiri dalam tingkah laku

²⁸Imam Muskibin, *Pendidikan Karakter Disiplin*, (Jogjakarta : Nusamedia, 2021), hal. 4

²⁹ Imam Muskibin, *Pendidikan Karakter Disiplin*), hal. 6

- sehari-hari baik di sekolah maupun di rumah. Siswa akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan yang dihadapinya.
- 2) Kedisiplinan sebagai alat pendidikan
 - 3) Sebagai alat menyesuaikan diri dalam lingkungan yang ada
 - 4) Membangun kepribadian.

Pentingnya disiplin bagi para siswa sebagai berikut :

- 1) Memberikan dukungan bagi terciptanya perilaku yang tidak menyimpang
- 2) Membantu siswa memahami dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan
- 3) Untuk mengatur keseimbangan keinginan individu satu dengan individu lainnya
- 4) Menjauhkan siswa dalam melakukan hal-hal yang dilarang di sekolah dan mendorong siswa melakukan hal-hal yang baik dan benar.³⁰

b. Bentuk-bentuk Disiplin Belajar

Menurut Suharsimi Arikunto, bentuk-bentuk disiplin meliputi :

- 1) Disiplin dalam mengikuti pelajaran

Di dalam pengelolaan pengajaran, disiplin merupakan suatu masalah penting. Tanpa adanya kesadaran akan keharusan melaksanakan aturan yang sudah ditentukan sebelumnya, pengajaran tidak akan mencapai target maksimal.

- 2) Disiplin lingkungan

Semua siswa diberi kesempatan untuk melakukan apa yang dikehendaki dalam lingkungannya dengan memperhatikan peraturan

³⁰Imam Muskibin, *Pendidikan Karakter Disiplin*, hal. 8-11

dan manfaat dari kegiatan yang dilakukan sehingga siswa dapat menentukan suatu perilaku yang berarti bagi dirinya.

c. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Disiplin Belajar

Disiplin belajar tidak timbul dengan sendirinya, akan tetapi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Penerapan disiplin dalam kehidupan sehari-hari berawal dari disiplin pribadi, dan disiplin pribadi dipengaruhi oleh dua faktor yakni faktor dari dalam dan faktor dari luar. Faktor dari dalam melibatkan diri sendiri yang berarti disiplin yang timbul karena kesadaran diri.³¹ Menurut Meichati menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin dibagi menjadi empat, yaitu :

1) Faktor fisiologis

Masalah kesehatan dapat mempengaruhi sikap. Keadaan panca indera yang sehat, tubuh yang sehat, makan yang cukup memungkinkan siswa belajar dengan tenang. Kesehatan pendidik dan peserta didik akan membantu terlaksananya ketertiban dan suasana belajar yang tenang di dalam kelas, yang pada gilirannya meningkatkan hasil yang dicapai.

2) Faktor Perorangan

Tidak menutup kemungkinan adanya tingkah laku siswa yang kurang baik di dalam kelas. Sifat perorangan, seperti egois, sering

³¹Ujang Abdul Basir dan Sri Astutik, "Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Token Economy Dalam Membentuk Disiplin Shalat Pada Anak Di Sidoarjo", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 08, No. 01, 2018, hal.91

menentang, acuh tak acuh, sering mengganggu orang lain dan sebagainya semua perlu mendapat perhatian. Jika hal demikian dibiarkan akan mengakibatkan suasana belajar yang tidak kondusif dan tidak tertib, sehingga akan mengganggu hasil belajar yang dicapainya.

3) Faktor Sosial

Dalam kehidupan bermasyarakat mungkin timbul pengaruh sosial dalam sikap seseorang. Pengaruh-pengaruh tersebut antara lain ingin bebas bertindak, ingin terpancang, tergolong dalam kelompok atau melakukan diri dan lain sebagainya.³²

d. Indikator Disiplin Belajar

Indikator disiplin belajar dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga yaitu disiplin perbuatan, disiplin waktu, dan motivasi belajar. Berikut penjabaran lebih lanjut dari indikator disiplin belajar pada penelitian ini

- 1) Disiplin Perbuatan : Ketaatan terhadap tata tertib sekolah, tidak menentang peraturan yang berlaku, berinisiatif terhadap segala hal, tidak menunda-nunda pekerjaan, tidak melakukan perbuatan yang dapat merugikan diri sendiri, orang lain dan lingkungan sekitar.
- 2) Disiplin Waktu : membuat jadwal pelajaran secara rutin dan mengikuti jadwal yang sudah dibuat, menggunakan waktu belajar dengan efektif, mengatur waktu saat di rumah, rajin dan

³²Bambang Sumantri. "Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XISMK PGRI 4 Ngawi Tahun Pelajaran 2009/2010," *Jurnal Media Prestasi VI*, No. 3, 2010, hal. 121

teratur dalam belajar, perhatian yang baik saat belajar di ruang kelas, dan tidak terlambat saat ke sekolah.

- 3) Motivasi Belajar : ketaatan terhadap kegiatan belajar di sekolah, ketaatan dalam mengerjakan tugas, mempersiapkan diri sebelum belajar, berpikir positif dalam mengikuti proses belajar, dan memiliki pikiran bahwa belajar adalah hal yang bermanfaat dan menyenangkan.

4. Konseling Behaviour dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar

Penelitian ini memfokuskan pada konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar. Apabila dikaji lebih dalam konseling behavior dengan teknik latihan asertif dapat membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan dalam mengungkapkan pendapat dan kebutuhan mereka dengan jelas dan tegas, sehingga dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola diri dan belajar.³³Hal tersebut tentunya sejalan dengan penelitian yang dilakukan.

||| Selanjutnya kegiatan yang dilakukan dalam meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan ini berpedoman pada teori belajar behavioristik. Dimana teori ini menyampaikan bahwa belajar dapat ditingkatkan melalui stimulus yang diberikan dan dilatih secara terus menerus. Adapun langkah-langkah konseling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

³³ I Made Andri Suantara, Made Sulastri, Ni Ketut Suarni “Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Di Kelas VIII A SMP Negeri 1 Seririt Tahun Ajaran 2014/2015”, *Jurnal Bimbingan Konseling UNDIKSHA*, Vol.3, No. 1, 2015, hal. 7

- a. Pembahasan materi : tahap ini merupakan tahap pengenalan dan pelibatan awal konseling.
- b. Latihan bermain peran : tahap ini dilakukan dengan bermain peran sesuai materi yang didiskusikan dengan tujuan dapat memberikan gambaran secara langsung untuk bisa meningkatkan disiplin belajar.
- c. Feed back : tahap ini dilakukan dengan memberikan saran serta tambahan materi setelah dilakukannya role playing.
- d. Evaluasi : tahap ini merupakan tahap pengakhiran dalam konseling dan pengutaraan perasaan setelah melakukan konseling.

C. Paradigma Penelitian

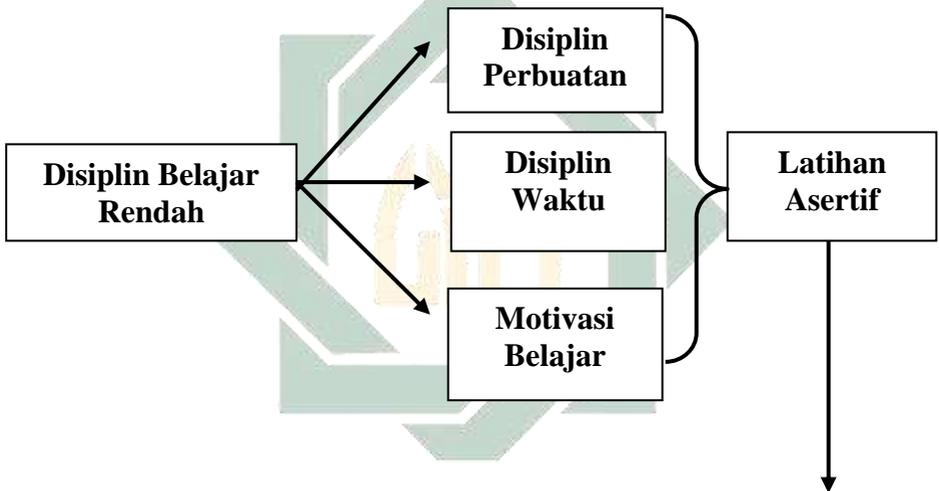
Paradigma penelitian dapat diartikan sebagai kerangka berpikir seseorang yang digunakan oleh peneliti dalam melihat atau memandang mengenai suatu realita tentang permasalahan dan teori atau ilmu pengetahuan yang bersangkutan. Sugiono menjelaskan kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah di deskripsikan.

Berdasarkan teori-teori yang telah dideskripsikan tersebut, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga tentang hubungan variabel tersebut selanjutnya digunakan untuk merumuskan hipotesis.³⁴

³⁴Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RnD*, (Bandung : Alfabeta, 2013), hal.60

Kerangka berfikir pada penelitian ini adalah konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan. Berikut paradigma pada penelitian ini :

Bagan 2.1
Paradigma Penelitian



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Target Spesifik
Disiplin belajar dari konseli dapat meningkat dengan ditunjukkanya sikap yang lebih rajin datang ke sekolah, mengubah pandangan negatif terhadap guru serta prestasi belajar dapat meningkat.

- Langkah- Langkah**
1. Mengidentifikasi perilaku target
 2. Menetapkan prioritas untuk situasi dan perilaku
 3. Memerankan situasi
 4. Pengulangan
 5. Beralih pada situasi nyata
 6. Evaluasi dan follow up

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah penelitian. Hipotesis yang akan di uji disebut dengan hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_0). Hipotesis alternatif (H_a) bermaksud menyatakan adanya hubungan antar variabel X dan Variabel Y atau adanya perbedaan antara kedua kelompok. Sementara, hipotesis nol (H_0) adalah menyatakan tidak adanya perbedaan antara dua variabel atau tidak terdapat pengaruh dari variabel X dan Y.³⁵

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pada konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan. Adapun rumusan uji hipotesis penelitian ini sebagai berikut :

H_0 : Tidak ada pengaruh pada konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan.

H_a : Ada pengaruh pada konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan.

³⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta : Rineka Cipta, 2010), hal. 112-113

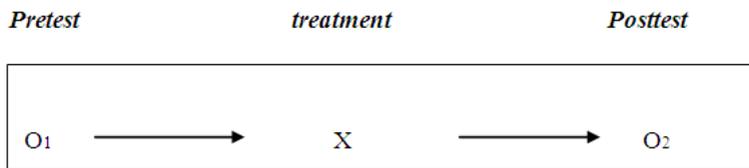
BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, disebut sebagai metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.³⁶ Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen didefinisikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dikendalikan. Penelitian eksperimen dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan.³⁷

Desain dalam penelitian ini menggunakan *One Group Pre test – Post test Design* dimana model penelitian ini terdiri dari satu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dan menempuh dua kali skoring yakni pre test dan post test. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Bagan 3.1
Pola One Group Pre test-Post Test



Keterangan :

O_1 : Pre test (sebelum diberi perlakuan berupa konseling behaviour dengan teknik latihan asertif)

³⁶ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung :Alfabet, 2013), hal. 7

³⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktis Cet VI*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hal. 3

- X : Pemberian perlakuan berupa konseling behaviour dengan teknik latihan asertif
- O₂ : Post test (sesudah diberi perlakuan berupa konseling behaviour dengan teknik latihan asertif)

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini mengambil lokasi di SMP Islam Parlaungan, tepatnya berada di Desa Berbek I, Turipinggir, Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Pembuatan kelompok beserta pemberian perlakuan terhadap konseli yaitu anggota kelompok di lakukan di Ruang Laboratorium Komputer 1 yang berada di SMP Islam Parlaungan.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan sejumlah objek yang menjadi sasaran dari penelitian. Populasi juga dapat diartikan sebagai keseluruhan subjek penelitian.³⁸ Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan.

Tabel 3. 1
Jumlah Populasi Penelitian

Kelas	Jumlah		Jumlah
	L	P	
VII A	10	15	25
VII B	14	12	26
VII C	9	17	26
JUMLAH	33	44	77

2. Sampel dan Teknik Sampling

Sampel adalah bagian dari populasi.³⁹ Dalam penelitian ini yang digunakan sebagai sampel adalah

³⁸Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktis*, hal. 173

³⁹Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, hal. 174

siswa SMP Islam Parlaungan yang memiliki disiplin belajar rendah. Berdasarkan hasil sebaran angket dari jumlah keseluruhan siswa kelas VII yaitu 77 siswa terdapat 10 peserta didik yang terindikasi disiplin belajar rendah, 10 peserta didik inilah yang menjadi sampel dalam penelitian ini.

D. Variabel, Dimensi, dan Indikator Penelitian

Variabel dalam penelitian perlu ditentukan agar alur hubungan dua atau lebih variabel dalam penelitian dapat dipastikan secara tegas dan jelas. Penentuan variabel dalam suatu penelitian berkisar pada variabel bebas (*independent variable*), variabel tergantung atau terikat (*dependent variable*). Setelah itu, ditentukan pula indikator penelitian. Indikator variabel penelitian adalah alat ukur variabel. Fungsi dari indikator variabel adalah mendeteksi secara penuh variabel yang akan diukur, sehingga keberadaan indikator harus jelas dalam variabel yang akan diukur. Dalam penelitian ini berlaku dua variabel yang menjadi obyek penelitian, yaitu :

1. Variabel Bebas (Independent / X) : Yaitu variabel yang dapat mempengaruhi variabel lain. Variabel yang dimaksud dalam adalah teknik latihan asertif.
2. Variabel Terikat (Dependent / Y) : Yaitu variabel yang menjadi akibat dari variable bebas. Dalam hal ini variabel yang dimaksud adalah tingkat disiplin belajar siswa kelas VII SMP Parlaungan.

Berdasarkan penjabaran mengenai variabel diatas diketahui bahwa variabel yang dipengaruhi adalah disiplin belajar. Disiplin belajar merupakan suatu sikap untuk menepati atau mematuhi peraturan selama proses belajar sehingga terjadi perubahan tingkah laku yang berupa kecakapan, sikap, dan kebiasaan. Adapun indikator dari disiplin belajar yaitu disiplin perbuatan, disiplin waktu, dan

motivasi belajar. Berikut ini adalah indikator dan deskriptor pada penelitian ini :

Tabel 3. 2
Variabel, Indikator dan Deskriptor

Variabel	Indikator	Deskriptor
Disiplin Belajar	Disiplin Perbuatan	Mampu mengontrol diri dalam berperilaku baik
		Bertindak dengan memperdulikan orang lain dan lingkungan sekitar
		Dapat membedakan suatu yang positif dan negatif untuk dirinya
	Disiplin Waktu	Melakukan sesuatu secara tepat waktu dan tidak menunda-nunda pekerjaan
		Memiliki kesadaran terhadap pentingnya waktu
		Tidak mudah terdistraksi dari suatu hal yang dapat mengganggu jadwal yang sudah dibuat
	Motivasi Belajar	Memiliki semangat yang tinggi dalam belajar serta kegiatan yang berhubungan dengan pengetahuan

		Mampu meninggalkan kegiatan yang tidak bermanfaat bagi dirinya
		Mempunyai kesadaran bahwa belajar menjadi hal yang menyenangkan

E. Tahap – Tahap Penelitian

Pada bagian ini dijelaskan tahap-tahap yang dilakukan peneliti dalam melakukan penelitian terhadap objek yang dikaji. Uraian tahap ini dilakukan mulai awal hingga akhir kajian penelitian. Dalam penelitian ini rancangan yang dipakai oleh peneliti adalah “*Pre-Test And Post Test Group*” yaitu di dalam desain ini observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum dan sesudah treatment. Observasi yang dilakukan sebelum eksperime atau treatment disebut Pre-test dan observasi yang dilakukan setelah eksperimen/treatment disebut Post-test. Dan dalam penelitian ini langkah-langkah penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah :

1. Tahap Persiapan

- a. Memilih materi yang sesuai dengan waktu pelaksanaan penelitian, materi yang diambil peneliti pada penelitian ini adalah mengenai disiplin belajar.
 - 1) Mempersiapkan perangkat pembelajaran.
 - 2) Mempersiapkan instrumen penelitian yang terdiri dari :
 - a) Lembar pengamatan aktivitas siswa.
 - b) Tes *Pre-Test And Post Test* siswa.
 - 3) Meminta izin kepada kepala sekolah SMP Parlaungan yang bersangkutan untuk melaksanakan penelitian.
 - 4) Berkonsultasi dengan Guru BK SMP Islam Parlaungan.

- 5) Mempersiapkan perangkat pembelajaran dan siswa yang akan dijadikan sampel.
2. Tahap Pelaksanaan.
 - a. Tahap pre-test : Peneliti membagikan kuesioner untuk mengetahui tingkat disiplin belajar siswa kelas VII. Dari hasil sebaran angket terdapat 10 orang dengan tingkat disiplin belajar rendah.
 - b. Tahap pemberian perlakuan : Setelah pre-test selanjutnya tahap pemberian perlakuan kepada anggota kelompok, pertemuan dengan anggota kelompok untuk memberikan perlakuan dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan.
 - c. Tahap post-test : Selesai pemberian perlakuan pada anggota kelompok, selanjutnya yaitu pemberian posttest kepada anggota kelompok untuk mengetahui adakah kenaikan tingkat disiplin belajar setelah diberikan perlakuan.
 3. Analisis Hasil Pengamatan

F. Teknik Pengumpulan Data

Bagian ini menguraikan instrumen dan cara yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data penelitian. Pada bagian instrumen, dikemukakan deskripsi tentang alat yang digunakan untuk memperoleh data penelitian dan alasan pemilihannya. Teknik pengumpulan data merupakan upaya peneliti dalam mengumpulkan data yang diperoleh di lapangan. Untuk mendapatkan data-data yang akurat, maka dalam penelitian ini digunakan beberapa metode sebagai berikut :

1. Observasi

Observasi dapat diartikan sebagai pengamatan terhadap peristiwa yang diamati secara langsung oleh peneliti. Observasi merupakan pengamatan dan penelitian yang sistematis terhadap gejala yang diteliti. Observasi ini dilakukan untuk mengamati di lapangan

terkait dengan fenomena sosial yang terjadi dengan gejala-gejala psikis untuk kemudian dilakukan pendokumentasian. Gejala yang diteliti secara langsung itulah yang dinamakan dengan observasi.

Teknik observasi pada dasarnya digunakan untuk mengamati ataupun melihat apa perubahan fenomena sosial yang berkembang dan kemudian bisa dilakukan penilaian pada perubahan itu.⁴⁰

2. Wawancara

Wawancara dalam penelitian digunakan untuk mencari tahu dan mendalami masalah serta hal-hal pendukung lainnya dari subjek yang harus diteliti.⁴¹ Dalam penelitian ini teknik wawancara dilakukan guna menggali informasi terkait disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan.

3. Metode Tes (Kuesioner)

Tes adalah sejumlah pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur ketrampilan, pengetahuan intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki individu atau kelompok. Metode tes menggunakan angket ini digunakan untuk mengetahui tingkat disiplin belajar siswa kelas VII.

Pre test diadakan sebelum siswa mengikuti terapi menggunakan teknik latihan asertif, sedangkan post test diadakan setelah siswa mengikuti treatment dan hasil dari post test digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh latihan asertif dalam meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan.

⁴⁰Joko Subagyo, *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), hal. 63

⁴¹Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, hal. 137

Model test yang digunakan dalam penelitian ini memakai model skala likert, metode ini digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Kuesioner yang digunakan peneliti terdapat dua pernyataan yakni favorable dan unfavorable. Pernyataan favorable merupakan pernyataan persetujuan statement yang diberikan, sedangkan pernyataan unfavorable sebaliknya menunjukkan ketidaksetujuan dari statement yang diberikan. Cara skoring dalam pernyataan kuesioner penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 3.3
Skor Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Item	
	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

4. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan metode pengumpulan data dengan cara mengumpulkan data dengan cara mengumpulkan dokumen berupa tulisan atau karya monumental dari seseorang. Pada penelitian ini dokumentasi berisikan foto-foto proses konseling antara konseli dan konselor.

G. Teknik Reliabilitas dan Validitas Instrumen Penelitian

Pada bagian ini memuat uraian tentang usaha peneliti untuk memperoleh validitas data. Validitas adalah derajat ketepatan antara data yang terdapat di lapangan dan data yang dilaporkan oleh peneliti. Validitas dikonsepsikan

sebagai sejauh mana tes mampu mengukur angket yang seharusnya diukur. Suatu alat ukur yang tinggi validitasnya akan menghasilkan *error* pengukuran yang kecil. Artinya skor setiap subjek yang diperoleh dari alat ukur tersebut tidaklah jauh berbeda dari skor sesungguhnya. Sebelum disebarkan kepada responden, instrumen penelitian terlebih dahulu diuji menggunakan bantuan perhitungan SPSS for windows ver. 22 untuk memberikan keabsahan kuesioner yang dapat dipertanggung jawabkan:

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu instrumen (kuesioner). Instrumen dikatakan valid jika pertanyaan pada instrumen (kuesioner) mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh instrumen (kuesioner) tersebut. Perhitungan uji validitas dalam penelitian ini menggunakan spss for windows ver. 22. Instrumen penelitian ini memiliki 30 item yang setelah diuji terdapat 18 item yang valid.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui sejauh mana hasil pengukuran tetap konsisten, apabila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat pengukur yang sama pula. Reliabilitas alat ukur dapat diuji dengan menganalisis konsisten butir-butir yang ada pada instrumen dengan teknik tertentu. Dalam penelitian ini, teknik yang digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen adalah teknik Alpha Cronbach. Adapun kategori koefisien reliabilitas adalah sebagai berikut:

- a. $0,80 < 1,00$ reliabilitas sangat tinggi.
- b. $0,60 < 0,80$ reliabilitas tinggi.
- c. $0,40 < 0,60$ reliabilitas sedang.
- d. $0,20 < 0,40$ reliabilitas rendah.

- e. $-1,00 < 0,20$ reliabilitas sangat rendah (tidak reliable).

Dalam penelitian ini, uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan spss for windows ver.22. Berikut hasil uji reliabilitas dari angket item pernyataan yang telah dibuat :

Tabel 3.4
Uji reliabilitas
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,925	,926	18

Berdasarkan hasil yang diperoleh, didapatkan nilai hasil uji reliabilitas sebesar 0,925. Dari hasil tersebut maka kategori koefisien realibilitasnya sangat tinggi.

H. Teknik Analisis Data

Pada bagian ini diuraikan proses penyebaran, pemantauan dan penganalisaan angket-angket dan juga bahan-bahan yang lain agar peneliti dapat menyajikan temuannya. Kemudian, data-data yang sudah ada itu dianalisis dengan menggunakan teknik tertentu. Analisa ini bertujuan untuk menganalisis data kuantitatif. Data kuantitatif diperoleh dari hasil penelitian tes.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan metode Shapiro Wilk, dengan bantuan perhitungan SPSS for windows ver. 22 dalam tabel Test of Normality

menggunakan perhitungan bantuan SPSS for windows ver. 22 dengan cara yang telah ditentukan dengan melihat kolom sig dengan menentukan hasil hipotesis :
H0 : Distribusi normal, jika probabilitas ($\text{sig} > 0,05$ (H0 diterima).

H1 : Distribusi tidak normal, jika probabilitas ($\text{sig} \leq 0,05$ (H0 ditolak).

2. Uji Hipotesis (Uji T Paired Sample Test)

Secara statistik hipotesis diartikan sebagai pernyataan mengenai keadaan populasi (parameter) yang akan diuji kebenarannya berdasarkan data yang diperoleh dari sampel penelitian (statistic). Hasil yang didapat nanti akan menunjukkan apakah ada perbedaan secara signifikan.

Dengan demikian dalam perhitungan statistik yang diuji adalah Hipotesis Nol (H0). Jadi hipotesis nol adalah pernyataan tidak adanya hubungan, pengaruh, atau perbedaan antara parameter dengan statistik dan lawannya adalah H_a yang menyatakan adanya hubungan, pengaruh atau perbedaan antara parameter dan statistik. Penelitian ini menggunakan bantuan Perhitungan SPSS for windows ver. 22 yang dapat dilihat dalam tabel Coefficient dan uji dilakukan 2 arah. Pengambilan keputusan uji-t dilakukan dengan 2 metode:

- a. Berdasarkan perbandingan nilai hitung dan tabel
Jika hitung $>$ tabel, maka H0 ditolak.
Jika hitung \leq tabel, maka H0 diterima.
- b. Berdasarkan nilai probabilitas dengan $\alpha = 0,05$
Jika nilai probabilitas $\leq 0,05$, maka H0 ditolak.
Jika nilai probabilitas $> 0,05$, maka H0 diterima.

Kesimpulan pengujian, jika H0 diterima artinya tidak terdapat pengaruh antara variabel latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas VII SMP

Parlaungan. Dan jika H0 ditolak artinya terdapat pengaruh antara variabel latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar pada siswa kelas VII SMP Parlaungan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Islam Parlaungan, Berbek, Kecamatan Waru Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur dan berikut informasi lengkap tentang profil serta visi misi sekolah.

1. Profil Sekolah

- a. Nama Sekolah : SMP Islam Parlaungan
- b. NPSN : 20539973
- c. Alamat : Jl. Berbek I / 2-4,
Bebek, Waru,
Sidoarjo 61256
- d. Akreditasi : A
- e. Nomor Telepon : 031 – 8668298
- f. Nama Kepala Sekolah : Chusnul Munawaroh,
S.Si

2. Visi dan Misi

a. Visi

Terwujudnya prestasi siswa sebagai Kholifah Fill Ardli yang berwawasan iman dan taqwa serta ilmu pengetahuan dan teknologi.

b. Misi

- 1) Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa melalui penanaman budi pekerti dan program kegiatan keagamaan.
- 2) Mewujudkan pengembangan kurikulum yang meliputi 8 standart pendidikan.
- 3) Mewujudkan pelaksanaan pembelajaran aktif, inovatif, kreatif, efektif dan menyenangkan

- dengan memanfaatkan berbagai macam media pembelajaran.
- 4) Meningkatkan prestasi akademik dan non akademik.
 - 5) Meningkatkan sikap kejujuran, disiplin, peduli, santun, percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial dan alam.
 - 6) Mewujudkan pembelajaran dan pengembangan diri yang terintegrasi dengan pendidikan leadership.
 - 7) Mewujudkan karakter warga sekolah yang berbudi pekerti luhur, bersih dari narkoba dan peduli terhadap kelestarian fungsi lingkungan.
 - 8) Mewujudkan kondisi lingkungan sekolah yang bersih, asri dan nyaman untuk mencegah pencemaran dan kerusakan lingkungan.⁴²

3. Kegiatan Sekolah

SMP Islam Parlaungan yang beralamat di Jalan Berbek 1 No. 2-4 Waru, Sidoarjo Jawa Timur. Jumlah guru yang mengajar ada 28 pengajar, siswa/siswi berjumlah 217 peserta didik 124 siswa laki-laki dan 93 siswi perempuan. Fasilitas yang dimiliki termasuk ke dalam kategori baik. Fasilitas tersebut meliputi : ruang kelas ber- Ac dan LCD, perpustakaan, sanggar pramuka, Lab. IPA, Studio music, Mushola, Aula, Tempat parkir, Lapangan, Wifi, Koperasi, UKS, Kamar mandi, Wastafel, CCTV, Studio siaran, dan 3 Lab. Komputer.

Kegiatan pembelajaran dimulai pukul 06.50, kemudian dilanjutkan dengan berdoa bersama melalui speaker yang ada di tiap kelas. Jam istirahat yang diberikan 2 kali yang pertama jam 09.20 – 09.50

⁴²Tiara Ananda Putri, *Hasil Observasi di SMP Islam Parlaungan*, pada tanggal 21 Desember 2022

kemudian dilanjut pelajaran dan istirahat kedua di jam 12.00 digunakan untuk sholat dhuhur berjamaah. Kegiatan belajar mengajar diakhiri pada jam 13.30 dengan berdoa bersama.

Kegiatan aktif sekolah dilakukan di hari senin-jum'at dan di hari sabtu hanya diisi kegiatan pramuka dan kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler yang dimiliki SMP Islam Parlaungan sangat beragam diantaranya yaitu pramuka, seni bela diri, band, sepak bola, futsal, administrasi perkantoran, tartil al-qur'an, patrol, paduan suara, banjari, paskibraka, broadcasting, jurnalistik, videografi, fotografi, desain grafis, seni drama.

Mata pelajaran yang didapat para siswa selain mata pelajaran umum juga mendapat mata pelajaran khusus seperti leadership dan pembelajaran diniyah. Adapun program unggulan lain dari SMP Islam Parlaungan yaitu pembinaan karakter islami, pengembangan diri, pengembangan kokurikuler dan ekstrakurikuler, pembinaan bahasa, dan peduli lingkungan.

Kegiatan yang beragam dilaksanakan secara efektif mampu membawa banyak prestasi bagi sekolah. Selain itu, di sekolah ini pun juga menerima siswa berkebutuhan khusus yang ditangani oleh psikolog yang ahli dibidangnya. Sedangkan untuk menangani kendala dari siswa/siswi SMP juga terdapat Guru BK yang dapat memberikan bimbingan dan menangani siswa yang bermasalah. Berdasarkan hasil observasi sebagai data pra-penelitian menunjukkan bahwa di SMP Islam Parlaungan memiliki urgensi terhadap rendahnya

disiplin belajar pada siswa kelas VII.⁴³ Rendahnya disiplin belajar siswa ini ditunjukkan dengan perilaku membolos sangat marak terjadi pada siswa kelas VII pemicu kebiasaan membolos ini karena rasa malas, takut dengan guru yang mengajar, mengantuk saat di kelas. Perilaku tidak disiplin lainnya yaitu mengenai ketaatan pada peraturan sekolah seperti atribut seragam, kerapian diri.

Masalah rendahnya disiplin pada siswa kelas VII ini sudah mendapat perhatian dari sekolah sendiri dengan memberikan hukuman pada siswa yang membolos. 1-2 kali membolos diberikan peringatan, untuk ketiga kalinya mendapat hukuman berupa menulis surat Yasin, jalan jongkok, hingga pemanggilan orang tua siswa atau wali siswa. Namun pemberian hukuman ini masih tidak efektif untuk membuat siswa jera.⁴⁴ Maka dari itu penelitian ini dilakukan bertujuan untuk membantu meningkatkan rendahnya disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan dengan menggunakan konseling behaviour teknik latihan asertif.

B. Proses Konseling

Pelaksanaan konseling pada penelitian ini dilakukan dalam 5 kali pertemuan yang terdiri dari pemberian pre-test dan pembentukan anggota kelompok atau tahap awal konseling kemudian dilanjut 3x tahap intervensi dan tahap terakhir pemberian post test dan evaluasi kegiatan konseling. Seluruh kegiatan konseling dilakukan di ruang laboratorium komputer yang berada di SMP Islam Parlaungan dengan

⁴³ Tiara Ananda Putri, *Hasil Observasi di SMP Islam Parlaungan*, pada tanggal 21 Desember 2022

⁴⁴ Tiara Ananda Putri, *Hasil Wawancara dengan Guru BK Di SMP Islam Parlaungan*, pada tanggal 21 Desember 2022

mengambil jam setelah pulang sekolah sehingga konseling dilakukan tanpa mengganggu aktivitas belajar siswa.

Proses konseling latihan asertif pada penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan Joyce and Weil dimana konseling latihan asertif meliputi beberapa tahapan sebagai berikut :

1. Tahap Pertama

Berdasarkan hasil penyebaran angket disiplin belajar pada 77 peserta didik terdapat 10 peserta didik yang berada pada kategori rendah. Tahapan ini merupakan pertemuan pertama yang dilaksanakan pada tanggal 23 Maret 2023. Kegiatan ini dilakukan oleh seluruh sampel penelitian yang berjumlah 10 peserta didik kelas VII. Kegiatan konseling dilakukan di dalam ruang laboratorium komputer SMP Islam Parlaungan sehingga suasana yang terwujud selama kegiatan berlangsung menjadi lebih fokus, terhindar dari gangguan dan terkesan akrab. Kegiatan tahap awal pada pertemuan pertama ini diantaranya berisi pengantar, penjelasan mengenai tujuan kegiatan, penjelasan mengenai prosedur pelaksanaan kegiatan, pemberian pre-test. Adapun kegiatan yang dilakukan pada pertemuan pertama ini sebagai berikut : Pemberian pre test diberikan pada tanggal 23 Maret 2023 serta pembinaan hubungan (*attending*) dengan siswa yang menjadi sampel penelitian. Setelah pembentukan kelompok selesai dilakukan selanjutnya pemberian penjelasan mengenai konseling, cara melakukan konseling kelompok, penjelasan mengenai asas-asas dalam konseling, menandatangani kontrak konseling dan

membahas kesepakatan waktu yang disetujui oleh seluruh anggota kelompok.

Setelah semua materi disampaikan konselor juga menjelaskan tujuan dari dilakukannya konseling ini dengan berdasar pada firman Allah dalam Al-Qur'an yakni Q.S Al-Ashr ayat 1-3 dengan cara membacanya bersama-sama kemudian dilanjut dengan penjelasan makna surat yang sangat berhubungan dengan pentingnya memiliki sikap disiplin belajar.

Pada tahap ini, konselor membangun hubungan dengan anggota kelompok dengan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung sehingga konseling ke depannya akan berjalan dengan lancar dan menyenangkan.

2. Tahap Kedua

Pada tahap kedua ini mulai diberikan intervensi pertama guna meningkatkan disiplin belajar siswa. Dalam tahap ini materi yang diberikan terkait perilaku asertif. Adapun tujuan dari tahap ini dapat membantu siswa mengidentifikasi dan menganalisa bagaimana perilaku yang asertif dan tidak asertif (pasif dan agresif). Berikut tahapan konseling pada tahap kedua :

a. Pembahasan materi

Materi yang dibahas yakni mengenai sikap atau perilaku asertif. Dimana perilaku asertif merupakan sikap tegas dan percaya diri yang membuat individu mampu untuk bertindak dengan baik tanpa merugikan orang lain. Materi yang diberikan juga menjabarkan bahwa perilaku manusia dibedakan menjadi tiga kategori yaitu pasif, agresif dan asertif.

Adapun perilaku asertif dalam disiplin berarti kemampuan dalam menjalankan pikiran dan keyakinan secara terbuka misalnya dalam perilaku disiplin seseorang harus dibiasakan melakukan aktivitas secara teratur dan efektif dan dengan adanya perilaku asertif membuat individu dapat mencapai keyakinan tersebut.

Setelah anggota kelompok dapat memahami mengenai perilaku asertif dan dapat membedakan ketiga kategori perilaku maka tahap selanjutnya konselor mulai menyampaikan ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan perilaku asertif dalam belajar dengan tujuan sebagai pengingat bahwa dalam agama islam setiap orang dianjurkan untuk berbuat tegas terutama dalam menerapkan perilaku *amar ma'ruf* dan *nahi munkar*. Disini konselor menyampaikan ayat dari Q.S Al-Ashr ayat 1-3 yang memiliki makna bahwa dengan berperilaku disiplin membuat individu mempunyai keimanan dan keyakinan yang lebih kuat dan setelah penyampaian ayat ini anggota konseling dapat melakukan tahapan selanjutnya dengan lebih berani dan yakin saat bermain peran dan dengan mengamalkan ayat dari Surah Al-Ashr : 1-3 ini dapat membuat individu menjadi pribadi yang positif dan mampu mengungkapkan perasaan positifnya terhadap diri sendiri dan kepada orang lain begitu pula dalam ajaran islam individu dengan perilaku asertif dapat membuat sikap lebih penuh keteguhan dalam menjaga segalasesuatunya mutlak dan nyata serta

menanamkan emosi positif dan negatif sesuai dengan agama.

b. Latihan atau bermain peran

Kegiatan ini dilakukan untuk membuat keyakinan anggota kelompok agar memiliki perilaku asertif dalam disiplin. Dalam latihan bermain peran kali ini para anggota kelompok diminta untuk menunjukkan bagaimana cara mereka menolak ajakan teman yang tidak bermanfaat bagi dirinya dan dapat merugikan diri sendiri. Contoh yang dilakukan dalam konseling ini seperti “ajakan teman untuk merokok bersama setelah sepulang sekolah”. Dan jawaban anggota kelompok bervariasi seperti MRS yang mengatakan bahwa dia sudah dijemput saat pulang sekolah kemudian PAB mengatakan bahwa ia mempunyai asma sehingga tidak merokok, jawaban dari FI yang mengatakan bahwa mereka tidak seharusnya merokok karena belum cukup umur dan memperdulikan pandangan orang lain. Adapun jawaban unik lainnya dari FAK yang justru menceramahi teman-temannya dengan dalil yang dibahas di pembahasan materi di awal.

c. Feedback

Tahap selanjutnya ini dilakukan untuk memberikan umpan balik kepada anggota konseling kelompok mengenai perilaku mereka dalam berlatih perilaku asertif. Feedback atau umpan balik diberikan oleh konselor dengan melihat berjalannya konseling saat di tahap bermain peran untuk melatih perilaku asertif.

Di tahap ini konselor menyampaikan bagaimana cara yang tepat dalam menolak ajakan teman yang negatif seperti contoh diatas pada anak SMP tentu saja merokok adalah perilaku yang tidak asertif dan mencerminkan perilaku yang tidak menaati moral sekitar sehingga cara menolak yang efektif kepada teman tadi yaitu dengan cara mengatakan “Tidak” secara tegas namun tetap lembut kemudian memberi pencerahan kepada teman tersebut bahwa hal yang dilakukannya itu tidak baik untuk kesehatan dan dapat diketahui oleh pihak sekolah yang berujung hukuman dan bisa membuat orang tua dipanggil ke sekolah kemudian selain menasehati kita juga harus memberikan solusi lain terhadap teman tersebut seperti misalnya lebih baik kita jajan saja di depan sekolah karena lebih enak dan sehat sehingga teman tadi tidak merasa digurui oleh teman sebayanya.

d. Evaluasi

Berdasarkan pengamatan selama pelaksanaan konseling pada pertemuan kedua ini konseling dengan materi perilaku asertif disiplin berjalan cukup lancar. Hal ini terlihat dari antusias anggota kelompok yang dapat memahami maksud dari kegiatan dan tujuan dari konseling di pertemuan yang kedua.

Meskipun pada awal-awal melakukan latihan bermain peran anggota kelompok terlihat malu-malu dan belum berani bermain secara lugas, namun setelah konselor menunjukkan penerimaan yang hangat dan menjelaskan manfaat dari latihan perilaku

asertif untuk membentuk sikap disiplin membuat anggota kelompok mulai dapat terbuka dan beranggapan bahwa kegiatan ini dapat membantu meningkatkan sikap disiplin para anggota kelompok. Tahap ini diakhiri dengan mengutarakan perasaan masing-masing anggota kelompok usai melakukan konseling untuk membentuk perilaku asertif dan disiplin serta penutupan konseling di pertemuan kedua dan diakhiri dengan doa bersama.

3. Tahap Ketiga

Tahap ketiga merupakan lanjutan dari tahap kedua yaitu tahap intervensi kedua. Materi yang diuraikan dalam tahap ini mengenai disiplin perbuatan terutama pada siswa saat di sekolah. Tahap ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan ketidakdisiplinan siswa dari seperti membolos, mencontek saat ujian, sering meninggalkan mata pelajaran, dan tidak menaati peraturan yang ada di sekolah. Adapun langkah-langkah di tahap ketiga ini sebagai berikut :

a. Pembahasan materi

Pada tahapan pembahasan materi kali ini mengenai disiplin perbuatan . Materi yang dibahas berkaitan dengan pengertian dari disiplin perbuatan dimana hal ini akan memberikan gambaran awal kepada anggota kelompok mengenai tujuan dari kegiatan konseling yang dilakukan. Maka dari itu disini konselor menjelaskan bahwa disiplin perbuatan merupakan disiplin dalam perkataan dan tingkah laku yang disesuaikan dengan norma serta ajaran agama yang berlaku. Disiplin perbuatan dapat

dilakukan secara terus menerus karena dengan mempraktikkan disiplin perbuatan dalam aktivitas sehari-hari dapat membawa diri ke pengarah tujuan yang diinginkan dan mampu meningkatkan kemampuan dalam menjalankan hidup produktif. Selain penjelasan secara umum konselor juga menjabarkan ayat Al-Qur'an mengenai disiplin perbuatan sebagai petunjuk bahwa perilaku disiplin ini seharusnya dimiliki oleh individu. Disini konselor menyebutkan bahwa ayat Al-Qur'an yang berkaitan dengan disiplin belajar ialah Q.S An-Nisa ayat 59 disini konselor meminta salah satu anggota kelompok untuk membacakan ayat tersebut beserta artinya kemudian ANF bersedia membacakannya dengan berani mengangkat tangan untuk menyampaikannya, disini ANF sudah mulai menunjukkan perilaku asertif karena mulai yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri. Setelah dibacakan konselor mulai menjabarkan makna dari ayat tersebut menjelaskan tentang kepemimpinan dimana yang pertama perintah taat kepada Allah SWT, kemudian taat kepada Rasulullah SAW, dan taat pada ulil amri dan juga kepada para pemimpin. Tentu saja dalam kondisi tertentu kepatuhan kepada orang yang diberikan wewenang untuk menduduki jabatan adalah perlu, namun tingkat kepatuhan terhadap manusia terhadap pemimpin tidak bersifat mutlak apabila perintah diberikan pemimpin bertentangan dengan syariat maka perintah tersebut

harus tegas ditolak dan diselesaikan dengan musyawarah.

Tahap ini dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang disiplin perbuatan. Sesuai dengan tahap sebelumnya sebelum masuk ke materi selalu ada tahapan awal yang dilakukan yakni mengingat materi sebelumnya dan membaca Q.S Al-Ashr bersama-sama kemudian masing-masing anggota kelompok menyampaikan maknanya menurut pemahaman mereka. Materi yang dibahas adalah mengenai arti kedisiplinan, penjelasan mengenai perilaku disiplin yang asertif dan tidak asertif.

b. Latihan atau bermain peran

Tahap ini dilakukan untuk memberikan kesempatan kepada peserta konseling kelompok untuk mempraktikkan perilaku disiplin yang asertif seperti yang sudah dijelaskan pada langkah sebelumnya. Siswa melakukan peran secara bergantian mencontohkan perilaku disiplin yang baik dan bagaimana perilaku tidak disiplin.

c. Feedback

Tahap ini dilakukan untuk memberikan umpan balik kepada peserta konseling kelompok mengenai perilaku mereka dalam berlatih perilaku disiplin yang asertif. Feedback diberikan oleh konselor kepada anggota kelompok yang bermain peran.

d. Evaluasi

Tahap ini dilakukan untuk mengevaluasi hasil dari latihan perilaku disiplin asertif yang telah dilakukan. Peserta dapat diminta untuk membagikan

pengalaman mereka dalam berlatih teknik asertif dan memberikan umpan balik terhadap proses konseling kelompok.

4. Tahap Keempat

Dalam tahapan keempat ini merupakan tahap terakhir pemberian intervensi dengan materi mengenai masalah disiplin waktu dari peserta didik. Contoh ketidaksiplinan waktu ini seperti telat masuk ke sekolah, tidur di kelas, tidak mendengarkan pelajaran saat di kelas dan asik bermain sendiri, serta rasa malas untuk pergi ke sekolah.

- a. Pembahasan materi : tahap ini dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang konsep perilaku disiplin terhadap waktu, bagaimana cara mengatur waktu yang baik agar aktivitas yang dijalani lebih produktif. Namun sebelum masuk pada tahap pemberian materi adapun tahapan awal yang dilakukan yakni mengingat materi sebelumnya dan membaca Q.S Al-Ashr bersama-sama kemudian masing-masing anggota kelompok menyampaikan maknanya menurut pemahaman mereka. Materi yang dibahas meliputi pentingnya menjaga waktu, cara membuat jadwal yang baik, perbedaan sikap disiplin waktu yang baik dan sikap tidak disiplin waktu, pengaruh dari ketidaksiplinan waktu.
- b. Latihan : tahap ini dilakukan untuk memberikan kesempatan kepada peserta konseling kelompok untuk mempraktikkan bahasan yang sudah dipelajari. Disini seluruh anggota kelompok

membuat daily routine kemudian menyampaikan kesulitan yang dimiliki saat memmanage waktu. Di tahap ini para anggota kelompok secara bergantian memberikan pendapat terhadap daily routine yang baik kemudian menyebutkan tips dan trick bagaimana mengatur waktu yang baik.

- c. Umpan balik: tahap ini dilakukan untuk memberikan umpan balik kepada peserta konseling kelompok yang sudah membuat daily routine mereka dan memberikan informasi tambahan seputar rumus-rumus untuk bisa mengatur waktu. Pemberian rekomendasi source untuk mulai belajar mengelola waktu secara baik seperti konten-konten dari tiktok, buku-buku yang tersedia di aplikasi secara online.
- d. Evaluasi: tahap ini dilakukan untuk mengevaluasi hasil dari latihan meningkatkan disiplin terhadap waktu.

5. Tahap Akhir

Kegiatan pada tahap akhir yang dilaksanakan pada hari Jum'at tanggal 12 Mei 2023 ini yaitu konselor bersama anggota kelompok meninjau kembali proses konseling selama ini mulai dari intervensi pertama mengenai perilaku asertif dimana anggota kelompok sudah mengetahui arti dari perilaku asertif dapat membedakan perilaku pasif , agresif dan asertif serta dapat menerapkan ke dalam situasi nyata apabila ada hal yang memicu perilaku tidak asertif sesuai keyakinan mereka. Kemudian pada intervensi kedua mengenai disiplin perbuatan di sekolah, kemajuan yang telah

dicapai dan mengevaluasi efektivitas proses konseling yang sudah dilakukan.

Pada tahap ini juga diberikan post test dan penutup kegiatan konseling. Sebelum kegiatan konseling berakhir masing-masing anggota kelompok memberikan kesan dan perasaan selama mengikuti kegiatan konseling dan rencana untuk mempertahankan hasil konseling yang sudah dicapai untuk meningkatkan sikap disiplin belajar dari masing-masing anggota kelompok.

C. Penyajian Data

1. Hasil Pre test Disiplin Belajar

Pemberian pre test dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 23 Maret 2023 serta pertemuan pertama penelitian yang berisi pembinaan hubungan (attending), penyampaian maksud dan tujuan kegiatan serta pemberian pre test kepada sampel penelitian. Berdasarkan instrument yang telah diuji terdapat kriteria nilai dengan kategori yang ditentukan dengan cara sebagai berikut⁴⁵ :

- a. Skor Tertinggi : $4 \times 18 = 72$
- b. Skor Terendah : $1 \times 18 = 18$
- c. Rentang : $72 - 18 = 54$
- d. Jarak Interval : $54 : 4 = 18$

Tabel 4.1
Skor Interval

Nilai	Kategori
--------------	-----------------

⁴⁵ Eko Putro Widoyoko, *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah* (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2014), hal. 144

18 - 36	Rendah
37 - 55	Sedang
56 - 72	Tinggi

Hasil data yang telah didapat dari nilai pre test kemudian dianalisis berdasarkan skor interval yang sesuai dengan kategori dimana subjek berada nilai yang rendah, sedang atau tinggi. Hasil data tersebut disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 4.2
Nilai Pre-test Sebelum diberi Perlakuan

No.	Nama Siswa	Kelas	Nilai Pretest	Kategori
1.	MRS	VII A	40	Sedang
2.	MAP	VII A	35	Rendah
3.	RDN	VII A	36	Rendah
4.	FI	VII A	37	Sedang
5.	PAB	VII B	36	Rendah
6.	FAK	VII B	36	Rendah
7.	IA	VII B	39	Sedang
8.	ANF	VII B	35	Rendah
9.	NAS	VII C	33	Rendah
10.	MNM	VII C	34	Rendah

Hasil pre test diatas menunjukkan bahwa terdapat 7 siswa yang berada di kategori rendah dan 3 siswa yang berada di kategori sedang.

2. Hasil Post test Disiplin Belajar

Pada tahap post test sampel penelitian telah mendapatkan perlakuan atau intervensi yang artinya tahap ini adalah tahap akhir dari proses penelitian. Hasil post test menentukan hasil dari proses konseling yang telah dilakukan untuk melihat perubahan yang terjadi. Hasil data tersebut disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4.3
Nilai Post Test Sesudah Diberi Perlakuan

No.	Nama Siswa	Kelas	Nilai Post Test	Kategori
1.	MRS	VII A	65	Tinggi
2.	MAP	VII A	59	Tinggi
3.	RDN	VII A	56	Tinggi
4.	FI	VII A	68	Tinggi
5.	PAB	VII B	55	Sedang
6.	FAK	VII B	52	Sedang
7.	IA	VII B	61	Tinggi
8.	ANF	VII B	54	Sedang
9.	NAS	VII C	55	Sedang
10.	MNM	VII C	56	Tinggi

Setelah mendapat perlakuan didapatkan hasil post test yang menunjukkan adanya 6 siswa yang beradadi kategori tinggi dan 4 siswa berada di kategori sedang.

3. Hasil Perbandingan Pre test dan Post Test

Berdasarkan hasil pre test dan post test menunjukkan bahwa ada perubahan nilai sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dari masing-masing subjek, serta dapat diamati pula perbedaan nilai antara subjek satu dengan subjek lainnya. Hasil perbandingan data pre test dan post test disajikan pada tabel di bawah ini.

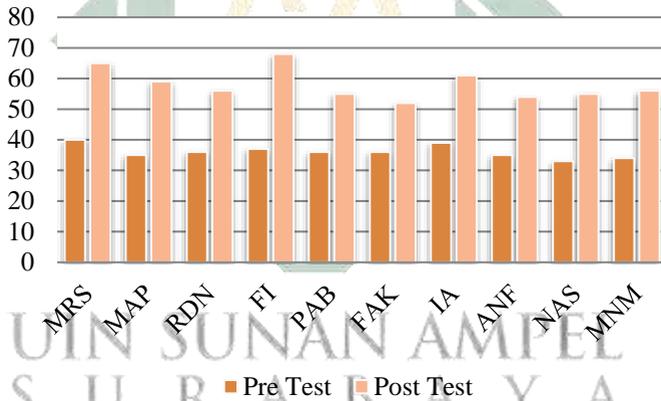
Tabel 4.4
Perbandingan Nilai Pre Test dan Post Test

No.	Nama Siswa	Kelas	Nilai Pretest	Kategori	Nilai Post test	Kategori
1.	MRS	VII A	40	Sedang	65	Tinggi
2.	MAP	VII A	35	Rendah	59	Tinggi
3.	RDN	VII A	36	Rendah	56	Tinggi
4.	FI	VII A	37	Sedang	68	Tinggi
5.	PAB	VII B	36	Rendah	55	Sedang
6.	FAK	VII B	36	Rendah	52	Sedang
7.	IA	VII B	39	Sedang	61	Tinggi
8.	ANF	VII B	35	Rendah	54	Sedang
9.	NAS	VII C	33	Rendah	55	Sedang
10.	MNM	VII C	34	Rendah	56	Tinggi

Dari data diatas dapat diketahui bahwa pada pre test terdapat 7 siswa yang berada di kategori rendah dan 3 siswa berada di kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan terjadi peningkatan dengan tidak adanya siswa yang berada di kategori rendah. Terdapat 6 siswa yang berada di kategori tinggi dan 4 siswa di kategori sedang.

Selain tabel diatas, hasil perbandingan nilai pre test dan post test sampel penelitian dapat dilihat dari grafik berikut ini.

Diagram 4.1
Perbandingan Hasil Pre Test dan Post Test



D. Pengujian Hipotesis

1. Uji Prasyarat Uji Paired Sample T-Test

Uji paired sample T test adalah uji perbedaan rata-rata dua sampel berpasangan yang digunakan untuk menguji ada tidaknya perbedaan Mean untuk dua sampel yang berpasangan. Sampel yang berpasangan berarti sebuah sampel dari subjek yang sama mengalami dua perlakuan.

Dasar penggunaan uji paired sample t test ialah data harus terdistribusi normal. Sama halnya uji statistic parametrik lainnya, uji paired sample t test menggunakan persyaratan data harus berdistribusi normal.

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan melihat nilai Shapiro-Wilk dikarenakan jumlah sampel yang kurang dari 50. Dasar pengambilan keputusan uji normalitas menggunakan Saphiro-Wilk yaitu H_0 ditolak jika $Sig. \leq \alpha 0.05$ dan data berdistribusi normal jika $Sig. > \alpha 0.05$. Berikut peneliti paparkan hasil uji normalitas dengan melihat nilai Shapiro-Wilk.

Tabel 4.5
Hasil Uji Normalitas
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretest Disiplin Belajar	,219	10	,192	,944	10	,594
Posttest Disiplin Belajar	,259	10	,056	,897	10	,202

a. Lilliefors Significance Correction

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai sig. Shapiro-Wilk adalah lebih besar dari nilai probabilitas 0,05 yakni nilai sig. pre test sebesar 0,594 dan nilai sig. post test sebesar 0,202. Maka dapat disimpulkan bahwa sample pada penelitian ini berdistribusi normal sehingga dapat menggunakan uji paired sample t test karena telah memenuhi prasyarat.

2. Uji pengaruh konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan

Untuk mengetahui pengaruh konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan untuk itu pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik yaitu uji paired sample t test dengan bantuan program SPSS for windows ver. 22. Hipotesis yang dianjurkan dalam penelitian ini adalah :

H_0 = Tidak ada perbedaan nilai kedisiplinan siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan sebelum dan sesudah konseling behaviour dengan teknik latihan asertif.

H_a = Ada perbedaan nilai kedisiplinan siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan sebelum dan sesudah konseling behaviour dengan teknik latihan asertif.

Kriteria Pengujian Hayaitu H_a ditolak jika $Sig. > \alpha 0.05$ dan H_a diterimajika $Sig. \leq \alpha 0.05$. Berikut peneliti paparkan hasil uji paired sample t test.

Tabel 4.6
Hasil Uji Paired Sample T Test

Paired Samples Test

Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
			Lower	Upper			

Pretest								
Disiplin								
Belajar -								
Posttest	-22,000	4,110	1,300	-24,940	-19,060	-16,929	9	,000
Disiplin								
Belajar								

Dari hasil uji paired sample t test diatas menunjukkan tabel output hasil uji T, diperoleh nilai sig = 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,005. Dengan demikian, Ho ditolak dan Ha diterima. Hal ini berarti secara statistik terdapat perbedaan yang bermakna antara disiplin belajar siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan sebelum dan sesudah konseling behaviour dengan teknik latihan asertif. Selain itu perbedaan nilai pre-test dan post test dapat dilihat dari tabel uji paired sample t test dengan melihat mean antara pre test dan post test berikut ini.

Tabel 4.7
Hasil Uji Paired Sample T Test (Mean)

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest Disiplin Belajar	36,10	10	2,132	,674
	Posttest Disiplin Belajar	58,10	10	5,131	1,622

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh nilai rerata pre test siswa sebesar 36,10 dan pada post test sebesar 58,10. Ini berarti terjadi peningkatan terhadap

tingkat disiplin belajar siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan sebelum dan sesudah konseling behaviour dengan teknik latihan asertif.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa konseling behaviour dengan teknik latihan asertif **BERPENGARUH** untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII SMP Islam Parlaungan.

E. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Perspektif Teoritis

Masalah yang dibahas dalam penelitian ini mengenai masalah disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan. Masalah rendahnya disiplin belajar pada siswa kelas VII ini disebabkan dari banyak hal seperti kurangnya disiplin perbuatan misalnya kebiasaan membolos, telat datang ke sekolah, dikarenakan pengaruh dari teman sebaya maupun takut dengan guru yang mengajar. Kemudian rendahnya disiplin belajar ini juga mempengaruhi motivasi belajar para siswa yang membuat mereka semakin malas untuk mengikuti pembelajaran, maupun kegiatan tambahan seperti ekstrakurikuler di sekolah. Banyak siswa yang masih belum memahami pentingnya disiplin dalam belajar sehingga hal ini perlu adanya penanganan yang efektif dalam menangani perilaku disiplin belajar.⁴⁶

Konseling behavior merupakan salah satu pendekatan konseling yang berfokus pada perilaku individu. Teknik latihan asertif merupakan salah satu

⁴⁶Paul Arjanto, Felix Febry Somae, "Penerapan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP", *Jurnal Konseling Komprehensif*, Vol. 7, No. 3, November 2020, hal. 37

teknik konseling behavior yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengkomunikasikan perasaan, keinginan, dan kebutuhan pribadi dengan jelas dan tegas, namun tetap menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling behavior dengan teknik latihan asertif dapat meningkatkan kecerdasan emosional siswa, academic self-efficacy siswa, konsep diri, dan perilaku disiplin belajar siswa.⁴⁷

Latihan asertif dapat diberikan pada individu yang mengalami gangguan kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar, dan cepat tersinggung. Dalam teknik latihan asertif, individu dilatih untuk mengidentifikasi hak-haknya, mengekspresikan perasaan dan kebutuhan dengan jelas, menolak permintaan yang tidak sesuai dengan keinginan, dan memberikan kritik atau saran dengan sopan dan tegas.

Dengan demikian, penerapan konseling behavior dengan teknik latihan asertif dapat membantu individu untuk meningkatkan kemampuan dalam mengkomunikasikan perasaan, keinginan, dan kebutuhan pribadi dengan jelas dan tegas, sehingga dapat meningkatkan kualitas hubungan interpersonal dan kesejahteraan psikologis individu.

⁴⁷I Nyoman Suardika, "Konseling Behavioral Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Konsep Diri", *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, Vol. 13, No. 3, Oktober 2022, hal. 4

Proses konseling menggunakan konseling behaviour dengan teknik latihan asertif ini dilakukan sebanyaklimakali pertemuan. Pertemuan pertama merupakan tahap pembentukan kelompok, pengenalan, membangun hubungan antara konselor dan konseli.Kemudian pertemuan kedua hingga keempat anggota kelompok mulai diberikan perlakuan dapat disebut juga sebagai tahap kegiatan serta pertemuan terakhir merupakan tahap pengakhiran dan penutup konseling.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan nilai pre test dan post test yang dilihat dari hasil data setelah pengujian menggunakan uji paired sample t test. Hal ini berarti adanya pengaruh pemberian konseling behaviour dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa kelas VII. Siswa yang sebelumnya sering telat, suka membolos dan kebiasaan yang tidak mentaati peraturan mulai berubah menjadi lebih patuh terhadap peraturan di sekolah, mengikuti kegiatan pembelajaran dan datang tepat waktu ke sekolah.

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan terdapat beberapa penelitian terdahulu yang relevan yakni dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Assertive Training Terhadap Kebiasaan Membolos Siswa UPTD SMPN 17 Barru” oleh M.Fachrul Reza Yusran, Harfinah Faramitha tahun 2022 ⁴⁸ menjelaskan bahwa dengan diberikannya

⁴⁸ M. Fachrul Reza Yusran, Harfinah Faramitha, “Pengaruh Konseling Assertive Training Terhadap Kebiasaan Membolos Siswa UPTD SMPN 17 Barru”, *Jurnal Edukasi Sainifik*, Vol. 2, No. 2, 2022

konseling assertive training dapat membantu mengurangi kebiasaan membolos siswa UPTD SMPN 17 Barru dimana kebiasaan membolos juga termasuk kedalam sikap yang tidak disiplin. Adapun penelitian lain dari Paul Arjanto, Felix Febry Somae tahun 2020 dengan penelitian berjudul “Penerapan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP”.⁴⁹ Dari penelitian tersebut diketahui bahwa teknik role playing efektif untuk meningkatkan disiplin belajar siswa SMP. Penelitian lainnya yaitu penelitian berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Terhadap Disiplin Belajar Siswa Kelas X” oleh Tri Dewantari, Veni Purnamasari tahun 2017⁵⁰ menjelaskan bahwa konseling kelompok teknik assertive training mampu memberikan alternatif solusi dalam menghadapi siswa yang memiliki permasalahan disiplin belajar. Adapun penelitian selanjutnya yang relevan yaitu dari Dety Anugrah Fajarwati tahun 2016 yang berjudul “Teknik Konseling Assertive Training Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi Siswa”.⁵¹ Hasil penelitian ini menunjukkan konseling dengan teknik assertive training terbukti efektif untuk meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa SMPN 1 Batujajar. Kemudian penelitian ini juga didukung

⁴⁹Paul Arjanto, Felix Febry Somae, “Penerapan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP”, *Jurnal Konseling Komprehensif*.

⁵⁰ Tri Dewantari, Veni Purnamasari, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Terhadap Disiplin Belajar Siswa Kelas X”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 6, No. 1, Juni 2017

⁵¹Dety Anugrah Fajarwati, “Teknik Konseling Assertive Training Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi Siswa”, *Jurnal SMPN 1 Batujajar*, Vol. 4, No. 1, 2016

penelitian lainnya dari Sri Rizqi Wahyuni, Anggi Pratama Putri, Muhammad Jamaluddin tahun 2021 dengan penelitian berjudul “Pre Experimental Design Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Peningkatan Ketrampilan Siswa Di SMK Kesehatan Nusantara”.⁵² Penelitian ini membuktikan adanya korelasi yang kuat antara layanan bimbingan kelompok dengan teknik assertive training dalam meningkatkan ketrampilan komunikasi.

2. Perspektif Keislaman

Dalam perspektif agama, konseling dengan teknik latihan asertif untuk meningkatkan disiplin belajar dapat dipandang sebagai suatu upaya untuk memperbaiki perilaku yang sesuai dengan ajaran agama. Teknik latihan asertif sendiri merupakan salah satu teknik konseling behavior yang dapat diterapkan dalam konseling konvensional.⁵³

Dalam islam, disiplin belajar sangat ditekankan sebagai suatu kewajiban bagi setiap muslim, karena dengan belajar, seseorang dapat memperoleh pengetahuan dan kebijaksanaan yang dapat membantu dalam menjalankan tugas-tugas keagamaan dan kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan disiplin belajar melalui konseling dengan

⁵²Sri Rizqi Wahyuni, Anggi Pratama Putri, Muhammad Jamaluddin, “Pre Experimental Design Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Peningkatan Ketrampilan Siswa Di SMK Kesehatan Nusantara”, *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Keagamaan Islam*, Vol. 18, No. 1, Januari-juni 2021

⁵³ Mahdi NK, “Terapi Behavioral Dalam Perspektif Islam (Upaya Penanganan Perilaku Maladaptif Remaja Pecandu Game Online)”, *Jurnal Taujih*, Vol. 5, No. 1, Januari-Maret 2022, hal. 17

teknik latihan asertif dapat dipandang sebagai suatu upaya yang positif dan sesuai dengan ajaran agama.

Selain itu, teknik latihan asertif juga dapat membantu individu untuk mengembangkan kemampuan berkomunikasi yang baik dan memperbaiki hubungan sosial dengan orang lain, yang juga merupakan nilai-nilai yang ditekankan dalam ajaran agama. Namun, perlu diingat bahwa teknik konseling apa pun harus dilakukan dengan memperhatikan etika dan nilai-nilai agama yang berlaku, serta dengan memperhatikan kondisi dan kebutuhan individu yang dikonseling.

Ada beberapa ayat dalam Al-Qur'an yang menjelaskan pentingnya disiplin belajar diantaranya adalah surat Al-Ashr ayat 1-3 yang berbunyi :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

*Artinya : “ Demi masa. Sungguh, manusia berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasehati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran”.*⁵⁴

Kaitan antara surat Al-Ashr ayat 1-3 diatas dengan pentingnya disiplin belajar dijelaskan menurut tafsir Al-Maraghi karya Ahmad Musthafa Al-Maraghi adalah sebagai berikut:

- a. Bahwa disiplin pada dasarnya adalah suatu keimanan yang kuat, yang akan memimbulkan dorongan dalam hati untuk adanya niat memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin.

⁵⁴Al-Qur'an, Al- Ashr : 1-3

- b. Diketahui bahwa nilai kedisiplinan yaitu dapat membuat seseorang mempunyai planning jembatan masa depan yang akan ditempuh, supaya memiliki arah tujuan yang jelas dan terarah.
- c. Prinsip disiplin dalam diri dengan pemanfaatan waktu seefektif dan seefisien mungkin akan meminimalisir penggunaan waktu yang tidak berguna dan sia-sia yang akan menimbulkan penyesalan dan beratnya pertanggungjawaban usia kita di akhirat nanti.
- d. Apabila dalam diri seseorang telah tertanam sifat disiplin maka akan berusaha untuk menanamkan kedisiplinan itu kepada orang lain dengan jalan saling menasehati dalam kebenaran dan kesabaran.⁵⁵

Selain itu, hakikat kedisiplinan sebagai kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan dan ketertiban. Hal ini sesuai dengan firman Allah Q.S An-Nisa ayat 59 tentang disiplin :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اطِيعُوْا اللّٰهَ وَاَطِيعُوْا الرَّسُوْلَ وَاُوْلِي الْاَمْرِ مِنْكُمْ فَاِنْ
 نُنَزَعْتُمْ فِيْ شَيْءٍ فَرُدُّوْهُ اِلَى اللّٰهِ وَالرَّسُوْلِ اِنْ كُنْتُمْ تُؤْمِنُوْنَ بِاللّٰهِ وَالْيَوْمِ الْاٰخِرِ
 ذٰلِكَ خَيْرٌ وَّاَحْسَنُ تَاْوِيْلًا

Artinya : "Wahai orang-orang yang beriman! Taatilah Allah dan taatilah Rasul (Muhammad), dan Ulil Amri

⁵⁵ Sofia Ratna Awaliyah Fitri, Tanto Aljauharie Tantowic, "Nilai-Nilai Pendidikan Kedisiplinan Dalam Al-Qur'an Surat Al-Ashr Ayat 1-3 Menurut Tafsir Al-Maraghi", *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* , Vol.2, No. 1, 2017, hal.19

(pemegang kekuasaan) di antara kamu. Kemudian, jika kamu berbeda pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah kepada Allah (Al-Qur'an) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu beriman kepada Allah dan hari kemudian."⁵⁶

Dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa pesannya adalah untuk patuh dan taat kepada para pemimpinnya, dan jika terjadi perselisihan di antara mereka, urusannya harus dikembalikan kepada aturan Allah SWT dan Rasul-Nya. Namun, tingkat kepatuhan seseorang kepada pemimpinnya tidak selalu sempurna. Pemimpin harus secara tegas menolak perintah yang bertentangan dengan aturan atau perintah Allah dan Rasul-Nya, dan perselisihan harus diselesaikan dengan musyawarah. Namun, jika aturan dan perintah pemimpin tidak bertentangan dengan Syariat Allah dan Rasul-Nya, maka Allah menyatakan ketidaksukaannya terhadap mereka yang melampaui batas.

Disiplin tidak hanya berarti taat dan patuh pada peraturannya juga berarti mengikuti perintah pemimpin, memberikan perhatian dan kontrol yang kuat terhadap penggunaan waktu, bertanggung jawab atas tugas yang diberikan, dan benar-benar berkonsentrasi pada bidang keahlian yang Anda miliki. Untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat, agama Islam mengajarkan kita untuk memperhatikan dan mengaplikasikan nilai-nilai disiplin dalam kehidupan sehari-hari.⁵⁷

⁵⁶Al-Qur'an, An-Nisa : 59

⁵⁷Ad-Dimasyqi, Al-imam Abu Fida Ismail Ibn Katsir, *Tafsir Al-Qur'an al-Adzim, juz 5* (Bandung: Sinar Baru Algesindo, 2000), hal. 55-56

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa konseling behaviour dengan teknik latihan asertif berpengaruh terhadap peningkatan disiplin belajar siswa kelas VII di SMP Islam Parlaungan, Waru, Sidoarjo. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan Paired Sample T Test didapatkan hasil signifikansi sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi 0,005. Artinya terdapat perbedaan sehingga H_a diterima dan H_o ditolak.

B. Saran dan Rekomendasi

Berdasarkan hasil pada penelitian ini, dibuktikan dengan adanya perubahan siswa yang memiliki disiplin belajar rendah melalui konseling behaviour dengan teknik latihan asertif, oleh karena itu ada beberapa saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan yaitu :

1. Bagi siswa diharapkan mampu memahami dan menerapkan apa yang telah diberikan oleh peneliti dengan harapan apabila suatu saat siswa mengalami keadaan yang dapat membuat siswa tidak disiplin siswa dapat memanager perilakunya.
2. Memberikan rekomendasi bagi guru atau konselor untuk menerapkan teknik konseling asertif dalam membantu peserta didik yang mengalami masalah disiplin belajar.
3. Memberikan saran bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam terkait pengaruh konseling asertif terhadap disiplin belajar

peserta didik, dengan melibatkan sampel yang lebih besar dan variasi teknik konseling yang lebih banyak.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Terdapat beberapa hambatan pada penelitian ini diantaranya sampel yang terbatas penelitian ini mungkin hanya melibatkan sejumlah kecil peserta didik atau hanya dari satu sekolah saja, sehingga hasilnya mungkin tidak dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih luas, penelitian ini mungkin hanya menggunakan satu teknik konseling asertif saja, sehingga tidak dapat mengetahui apakah teknik konseling lainnya dapat memberikan hasil yang lebih baik, penelitian ini mungkin hanya menggunakan satu alat ukur untuk mengukur disiplin belajar, sehingga tidak dapat mengetahui apakah hasilnya akan sama jika menggunakan alat ukur yang berbeda dan adanya hambatan dari faktor luar yang tidak terkontrol

Dengan memperhatikan keterbatasan-keterbatasan tersebut, peneliti dapat menyadari batasan-batasan penelitian dan memberikan saran untuk penelitian selanjutnya yang lebih mendalam dan komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. “Pengaruh Pelatihan Resiliensi Terhadap Perilaku Asertif Pada Remaja”, *Pamator Journal*, Vol. 2, No. 3, 2014
- Ad-Dimasyqi, Al-imam Abu Fida Ismail Ibn Katsir. 2000. *Tafsir Al-Qur'an al-Adzim, juz. 5*, Bandung: Sinar Baru Algesindo
- Al-Qur'an, Al- Ashr : 1-3
- Al-Qur'an, Ali-Imran :139
- Al-Qur'an, An-Nisa : 59
- Al-Qur'an, Ar-Ra'd : 11
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta : Rineka Cipta
- Arjanto, Paul, Felix Febry Somae. “Penerapan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP”, *Jurnal Konseling Komprehensif*, Vol. 7, No. 3, November 2020
- Arjanto, Paul, Felix Febry Somae. “Penerapan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa SMP”, *Jurnal Konseling Komprehensif*. Vol. 7, No. 2, November 2020
- Basir, Ujang Abdul dan Astutik, Sri. “Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Token Economy Dalam Membentuk Disiplin Shalat Pada Anak Di Sidoarjo”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 08, No. 01, 2018
- Corey, Gerald. 2007. *Teori dan Pratik Konseling dan Psikoterapi*, Bandung : Refika Aditama
- Dani, Ni Kadek Ita Purnama, Ni Ketut Suami, dan Ni Made Sulastri. “Efektivitas Konseling Behavioral Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Perilaku Disiplin Belajar Siswa Kelas X SMA Laboratorium UNDIKSHA

- Tahun 2012/2013”, *Jurnal Bimbingan Konseling UNDIKSHA*, Vol. 1, No. 1, Juli 2013
- Defriyanto dan Masitoh,Siti. “Pengaruh Assertiveness Training Terhadap Konsep Diri Pada Peserta Didik Kelas X Di SMKN 5 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016”, *Konseli : Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3, No. 1, 2016
- Dewantari, Tri, Veni Purnamasari. “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Terhadap Disiplin Belajar Siswa Kelas X”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 6, No. 1, Juni 2017
- Fajarwati, Dety Anugrah. “Teknik Konseling Assertive Training Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi Siswa”, *Jurnal SMPN 1 Batujajar*, Vol. 4, No. 1, 2016
- Faradita,Rizki Mutia. “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kemampuan Asertivitas Siswa Kelas VIII 8 Smp Negeri 18 Kota Bengkulu,” *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling Universitas Bengkulu*, Vol. 1, No. 2599–1221, 2018
- Ferdiansa, Geandra, Yeni Karneli. “Konseling Individu Menggunakan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa”, *Jurnal Ilmu Pendidikan*, Vol. 3, No. 3, 2021
- Fitri, Sofia Ratna Awaliyah, Tanto Aljauharie Tantowie. “Nilai-Nilai Pendidikan Kedisiplinan Dalam Al-Qur’an Surat Al-Ashr Ayat 1-3 Menurut Tafsir Al-Maraghi”, *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* , Vol.2, No. 1, 2017
- Gantina, Komalasari, dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks
- Hasbahuddin, Rosmawati. “Implementasi Teknik Pengelolaan Diri Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa”, *Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, Vol 1, No. 1, 2019

- Lala, Bestari. dkk. “Pendekatan Konseling Behavioral Terhadap Perkembangan Moral Siswa”, *Jurnal Ilmiah Aquinas*, Vol. 4, No. 1, Januari 2021
- Megantari, Nyoman Dantes Ni Putu, Antari, Ni Nengah Madri. “Penerapan Konseling Behavioral Dengan Self Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas X Mia-4 Sma Negeri 3 Singaraja,” *E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, Vol. 2, No. 1, 2014
- Meilena, Tika dan Suryanto. “Self Disclosure, Perilaku Asertif dan Kecenderungan Terhindar Dari Tindakan Bullying ”, *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 4, No. 2, 2015
- Mujiyant. “Peningkatan Self Esteem Siswa Korban Bullying Melalui Teknik Assertive Training,” *Jurnal Fokus Konseling*, Vol. 1, No. 1, 2015
- Muskibin, Imam. 2021. *Pendidikan Karakter Disiplin*, Jogjakarta : Nusamedia
- Mutiara Magta Nyoman Rohmaniah, I Made Teguh. “Penerapan Teknik Modifikasi Perilaku Token Economy Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Anak Usia Dini,” *E-Journal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol. 4, No. 2. 2016
- NK, Mahdi. “Terapi Behavioral Dalam Perspektif Islam (Upaya Penanganan Perilaku Maladaptif Remaja Pecandu Game Online)”, *Jurnal Taujih*, Vol. 5, No. 1, Januari-Maret 2022
- Oktfisa, Mitra and Prabandini, Olievia. “Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal anggota Hima (Himpunan Mahasiswa) Prodi Psikologi Fip Unesa,” *Jurnal Unesa*, Vol. 2, 2013
- Prabowo, Arga Satrio. "Latihan Asertif : Sebuah Intervensi Yang Efektif", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 7, No. 1, Juni 2018

- Rahmi, Nurul. “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Kompetensi Interpersonal Siswa Kelas X Sma Negeri 2 Kandungan,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 6, 2016
- Safi’an, Muhammad Nur, Gudnanto, Sumarwiyah. “Penerapan Konseling Behavioristik dengan Teknik Shaping Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Pada Peserta Didik SMPN 2 Nalumsari”, *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling*, Vol. 1, No. 2, 2022
- Sakinah, Umul. “Konseling Behavioristik dalam Membentuk Perilaku Mandiri Merawat Diri pada Tunagrahita”. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, Vol. 15, No. 1, Juni 2018
- Sholihah, Mar Atus, Laela, Faizah Noer. “Penggunaan Negative Reinforcement Sebagai Model Pola Asuh Dalam Meningkatkan Perilaku Disiplin Anak Usia Dini Di TPQ Daarul Qur’an Wonosari”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 11, No. 1, Juni 2021
- Suantara, I Made Andri. Made Sulastri, Ni Ketut Suarni “Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Di Kelas VIII A SMP Negeri 1 Seririt Tahun Ajaran 2014/2015”, *Jurnal Bimbingan Konseling UNDIKSHA*, Vol.3, No. 1, 2015
- Suardika, I Nyoman. “Konseling Behavioral Dengan Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Konsep Diri”, *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, Vol. 13, No. 3, Oktober 2022
- Subagyo, Joko. 2014. *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek*, Jakarta: Rineka Cipta
- Sugiono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan RnD*, Bandung : Alfabeta

- Sumantri, Bambang. “Pengaruh Disiplin Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XISMK PGRI 4 Ngawi Tahun Pelajaran 2009/2010,” *Jurnal Media Prestasi VI*, No. 3, 2010
- Tika Ningsih Laila Maharani. “Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik,” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 2, No. 1, 2015
- Wahyuni, Sri Rizqi, Anggi Pratama Putri, Muhammad Jamaluddi. “Pre Experimental Design Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Peningkatan Ketrampilan Siswa Di SMK Kesehatan Nusantara”, *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Keagamaan Islam*, Vol. 18, No. 1, Januari-juni 2021
- Widoyoko, Eko Putro. 2014. *Penilaian Hasil Pembelajaran Di Sekolah*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Winkel, W.S & Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, Yogyakarta: Media Abadi
- Yusran, M. Fachrul Reza, Harfinah Faramitha. “Pengaruh Konseling Asertif Terhadap Kebiasaan Membolos Siswa UPTD SMPN 17 Barru”, *Jurnal Edukasi Sainifik*, Vol. 2, No. 2, 2022
- Yusran, M. Fachrul Reza, Harfinah Faramitha. “Pengaruh Konseling Assertive Training Terhadap Kebiasaan Membolos Siswa UPTD SMPN 17 Barru”, *Jurnal Edukasi Sainifik*, Vol. 2, No. 2, 2022