

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan zaman, pendidikan merupakan investasi penting yang menentukan masa depan bangsa. Dewasa ini, pesatnya perkembangan teknologi dan informasi memiliki peran yang sangat penting dalam dunia pendidikan di era globalisasi dan pasar bebas dunia. Sumber daya manusia yang berkualitas sangat diperlukan bagi negara-negara maju dan berkembang termasuk Indonesia disaat persaingan semakin tajam. Peningkatan kualitas sumber daya manusia sangat tergantung pada kualitas pendidikan di suatu negeri.

Siswa sebagai generasi penerus bangsa diharapkan dapat meningkatkan kualitas untuk kemajuan negaranya. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah melalui pendidikan di sekolah. Tujuan pendidikan adalah membantu melahirkan manusia-manusia muda dan matang agar mereka dapat mengolah bakat dan kemampuan untuk menentukan kepribadian. Dunia pendidikan dalam hal ini, mencetak siswa-siswi sebagai sumber daya manusia yang berkualitas yang diharapkan dapat berfikir secara kritis, kreatif, inovatif, dan berwawasan luas untuk bersaing meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi belajarnya.

Sistem pembelajaran yang baik tidak hanya mentransfer ilmu kepada siswa, tetapi juga mampu menjadikan siswa lebih mandiri, selalu bersikap positif untuk mengembangkan segala kelebihan yang dimilikinya sesuai dengan kemampuan dasar (IQ), bakat dan minatnya serta mampu menghadapi lingkungan dan

perkembangan zaman, sehingga pada akhirnya siswa dapat mensukseskan pembangunan di segala bidang dan aspek kehidupan masyarakat, bangsa, dan negara.

Kesuksesan dalam bidang apapun hampir disetiap usaha yang kita lakukan tidak akan mungkin dicapai oleh seseorang dengan cara yang mudah, jika kita tidak memiliki rasa percaya diri yang cukup. Kebanyakan orang menganggap bahwa kriteria orang yang percaya diri adalah sosok figur yang sempurna dan mampu melakukan apa saja, atau memiliki penampilan fisik tanpa cacat sedikitpun. Mungkin di antara mereka ada beberapa orang yang kurang percaya diri karena memiliki kekurangan, misalnya hidung pesek, tubuh pendek, rambut ikal, dan lain-lain.

Menurut informasi yang peneliti ketahui bahwa siswa yang baru memasuki lingkungan yang baru memiliki tingkat percaya diri yang rendah. Mereka tidak berani bertanya dan menyatakan pendapat, canggung saat di depan kelas; timbulnya rasa malu, sering mencontek saat menghadapi tes, serta mudah cemas dalam menghadapi berbagai situasi.

Percaya diri sangat penting bagi setiap individu dengan rasa percaya diri kita mampu mengenali diri sendiri. Mengenali diri sendiri yang dimaksud yaitu mampu memahami hal-hal yang penting lainnya yang berkaitan dengan apa yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Pemahaman ini merupakan landasan bagi penentuan atau pengambilan sikap yang tepat dan benar dalam memperlakukan diri sendiri. Setiap individu mempunyai karakteristik yang berbeda dalam membangun rasa percaya dirinya, sesuai dengan perkembangan dalam hidupnya.

Rasa percaya diri seseorang sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan, yaitu faktor lingkungan keluarga, pendidikan atau sekolah, dan teman sebaya. Faktor-faktor lingkungan inilah yang akan mempengaruhi persepsi seseorang terhadap respon dan perilaku yang ditampilkannya, kemudian bagaimana persepsi terhadap lingkungan itu sehingga dapat memberikan pengaruh positif pada rasa percaya dirinya.

Menurut Enung Fatimah (2006 : 149) Individu yang percaya diri memiliki beberapa ciri antara lain: (a) percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, (b) tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis (merubah sikap) agar diterima orang lain, (c) berani menerima dan menghadapi penolakan, (d) mempunyai pengendalian diri, (e) tidak tergantung dengan orang lain, (f) mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, (g) memiliki harapan yang realistis. Sedangkan individu yang kurang percaya diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut: (a) memiliki keinginan merubah sikap, (b) takut dan khawatir terhadap penolakan, (c) sulit menerima kenyataan, (d) pesimis, (e) takut gagal, (f) menolak pujian, (g) menempatkan diri yang terakhir, (h) mudah menyerah.

Berdasarkan hasil pengamatan di SMP Al-Mahmud Plus terdapat beberapa perilaku siswa yang kurang percaya diri antara lain; (1) perasaan cemas ketika menghadapi masalah, (2) cemas dalam menghadapi tes atau ujian, (3) gugup ketika harus bicara didepan banyak orang, (4) cemas dalam berbagai situasi, antara lain cemas menghadapi lingkungan baru, menghadapi orang-orang yang baru kenal.

Berdasarkan penjelasan diatas maka penulis memfokuskan diri pada permasalahan rasa percaya diri siswa dalam menghadapi tes/ ujian. Hal ini

berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMP Al-Mahmud Plus menyatakan bahwa siswa kelas VII-IX mengalami rasa percaya diri yang rendah saat akan menghadapi tes atau ujian, karena tidak percaya atas pekerjaannya sendiri, selain itu siswa juga kurang percaya diri dalam mengambil keputusan khususnya dalam menjawab soal-soal.

Prilaku demikian akan sangat berpengaruh terhadap perkembangan siswa, dengan demikian masalah ini dapat ditanggulangi dengan penanganan yang serius dari pihak sekolah terutama guru Bimbingan Konseling. Salah satu cara penanganan kasus seperti itu dapat menggunakan layanan konseling kelompok, dengan menggunakan teknik latihan asertif.

Layanan konseling kelompok dianggap dapat meningkatkan percaya diri siswa karena layanan konseling kelompok pada hakekatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar prilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya (Winkel, 2004:590).

Teknik latihan asertif, yaitu teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk secara terus menerus menyesuaikan dirinya dengan tingkah yang sesuai norma. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat mendisiplinkan diri klien. Asertivitas merupakan suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang

lain. Tujuan dari sikap asertif adalah untuk membuat semua orang lain nyaman dan menghindari konflik dengan segala akibatnya.

Adapun prosedur dasar dalam Latihan Asertif : (1) Mengajarkan perbedaan antara asertif, agresif, tidak asertif, (2) Membantu individu mengidentifikasi dan menerima hak-hak pribadi dirinya dan orang lain, (3) Mengurangi hambatan kognitif dan afektif yang menghambat aktualisasi sikap asertif, (4) Mengembangkan keterampilan perilaku asertif secara langsung melalui praktek-praktek di dalam pelatihan. Dengan menggunakan teknik latihan asertif siswa akan membiasakan diri untuk percaya diri, karena dalam latihan asertif siswa diminta untuk mengulang atau membiasakan diri untuk bersikap percaya diri.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih mendalam tentang pengaruh layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa SMP Al-Mahmud Plus, dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Latihan Asertif Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa” (Penelitian Terhadap Siswa Kelas VII-IX SMP Al-Mahmud Plus Kp. Gombong Rt 03 Rw 03 Desa Budiharja Kecamatan Cililin Kabupaten Bandung Barat).

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan diatas maka dapat dirumuskan beberapa permasalahan yang akan dibahas diantaranya :

1. Bagaimana gambaran umum SMP Al-Mahmud Plus?
2. Bagaimana tahapan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa SMP Al-Mahmud Plus?

3. Bagaimana kondisi rasa percaya diri siswa SMP Al-Mahmud Plus sebelum dan setelah dilakukan layanan konseling kelompok?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Adapun tujuan dan kegunaan penelitian tersebut berdasarkan dari rumusan masalah diatas adalah :

1. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui gambaran umum SMP Al-Mahmud Plus.
- b. Untuk mengetahui tahapan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswa SMP Al-Mahmud Plus.
- c. Untuk mengetahui kondisi rasa percaya diri siswa SMP Al-Mahmud Plus sebelum dan setelah dilakukan layanan konseling kelompok.

2. Kegunaan Penelitian

- a. Kegunaannya yaitu sebagai bahan pertimbangan dan pengembangan ilmu dakwah terutama ilmu mengenai konseling kelompok pada program studi bimbingan konseling islam, sehingga menjadi suatu alternatif bagi para pembimbing sekolah.
- b. Kegunaannya yaitu untuk menambah pengetahuan dan wawasan penulis tentang peranan guru pembimbing dalam meningkatkan pemahaman siswa dalam memupuk rasa percaya diri.
- c. Kegunaannya yaitu dapat memberikan informasi berkaitan dengan keefektifan teknik latihan asertif untuk meningkatkan sikap percaya diri

pada diri siswa sehingga dapat menjadi pertimbangan dalam mengambil keputusan yang berkaitan dengan kepercayaan dirinya.

- d. Kegunaannya yaitu sebagai masukan dan sumbangan informasi tentang keefektifan teknik latihan asertif untuk meningkatkan sikap percaya diri pada diri siswa sehingga diharapkan guru BK dapat menciptakan pengembangan layanan konseling kelompok yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

D. Kerangka Pemikiran

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya, menyediakan situasi belajar. Dalam hal ini konseli dibantu untuk memahami diri sendiri, keadaannya sekarang, dan kemungkinan keadaannya masa depan yang dapat ia ciptakan dengan menggunakan potensi yang dimilikinya, demi untuk kesejahteraan pribadi maupun masyarakat. Lebih lanjut konseli dapat belajar bagaimana memecahkan masalah-masalah dan menemukan kebutuhan-kebutuhan yang akan datang. (Tolbert, dalam Prayitno 2004 : 101).

Sedangkan menurut Jones (dalam Insano, 2004 : 11) menyebutkan bahwa konseling merupakan suatu hubungan profesional antara seorang konselor yang terlatih dengan klien. Hubungan ini biasanya bersifat individual atau seorang-seorang, meskipun kadang-kadang melibatkan lebih dari dua orang dan dirancang untuk membantu klien memahami dan memperjelas pandangan

terhadap ruang lingkup hidupnya, sehingga dapat membuat pilihan yang bermakna bagi dirinya.

Kelompok adalah kumpulan dari dua orang atau lebih yang berinteraksi dan mereka saling bergantung dalam rangka memenuhi kebutuhan dan tujuan bersama, menyebabkan satu sama lain saling mempengaruhi (Cartwright & Zander, 1968; Lewin, 1948).

Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004: 105) konseling kelompok yaitu, proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu atau kelompok yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

Menurut Hartono dan Boy Soedarmadji (2012: 30) konseling adalah bantuan profesional yang diberikan konselor kepada konseli atau kelompok konseli dengan menggunakan teori – teori pendidikan dan psikologi berbasis budaya, selaras dengan karakteristik konseli atau kelompok koseli untuk memfasilitasi perkembangannya, dengan menggunakan berbagai sumber teknologi informatika. Sehingga konseli atau kelompok konseli dapat mengatasi kelemahannya dan hambatan (kendala) dalam melaksanakan tugas – tugas perkembangannya, secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan dalam kehidupan bermasyarakat, dan bernegara.

Dengan demikian konseling kelompok merupakan proses pemberian bantuan profesional dari konselor kepada konseli atau kelompok konseli, dalam bentuk wawancara kelompok dengan teori- teori pendidikan, yang bersifat pencegahan dan pengentasan masalah klien, dan alurnya bermuara pada

terselesaikannya masalah atau hambatan – hambatan yang dialami klien atau kelompok klien.

Latihan asertif merupakan salah satu teknik dalam terapi behavioral atau terapi tingkah laku. Terapi tingkah laku adalah terapi penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Terapi ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip – prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif. Pendekatan ini, telah memberikan sumbangan-sumbangan yang berarti, baik pada bidang klinis maupun pendidikan (Corey, 2005:193).

Menurut Gerald Corey (2005:212), manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Segenap tingkah laku manusia itu dipelajari. Tujuannya adalah memperoleh tingkah laku baru, penghapusan tingkah laku yang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan tingkah laku yang diinginkan.

Terapi tingkah laku yang dengan cepat mencapai popularitas adalah latihan asertif yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal. Dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah layak atau benar. Menurut Gerald Corey (2005:213) latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang (1) tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, (2) menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya, (3) memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”, (4) mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif

lainnya, (5) merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri

Dengan demikian dapat diketahui bahwa latihan asertif yaitu teknik yang digunakan oleh konselor untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk secara terus menerus menyesuaikan dirinya dengan tingkah laku yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan dalam konseling lebih bersifat pendisiplinan diri klien, dan membiasakannya misalnya dalam ketegasan mengemukakan pendapat, perasaan, dan tingkah laku.

Enung Fatimah (2008:149) rasa percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/ situasi yang dihadapinya. Sedangkan menurut Angelis (2000:5) rasa percaya diri adalah sesuatu yang harus mampu menyalurkan segala hal yang kita ketahui dan segala hal yang kita kerjakan. Orang yang percaya diri keyakinan bahwa ia melakukan sesuatu untuk dapat mencapai apa yang ia inginkan. Untuk itu orang yang percaya diri dalam berinteraksi sosial akan yakin pada dirinya bahwa segala sesuatu dapat dikerjakan dan juga mampu melakukan sesuatu yang ia ketahui.

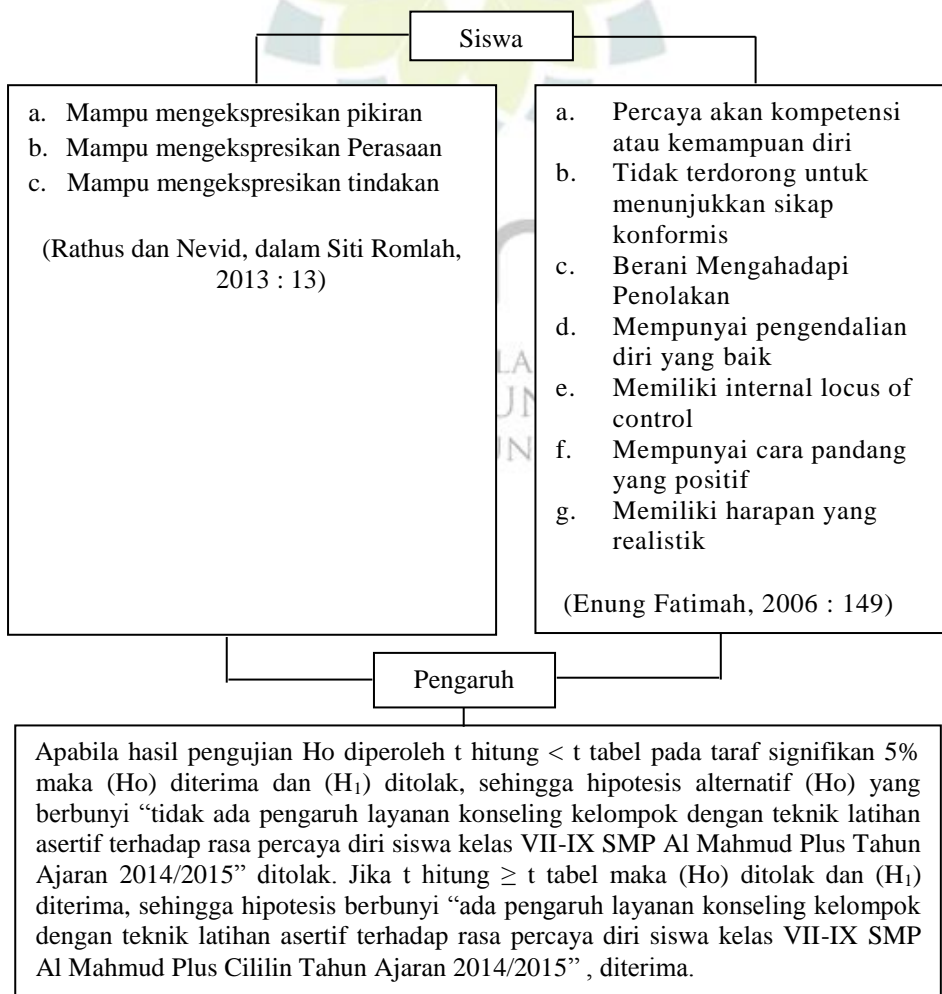
Dari kedua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri adalah kemampuan atau sikap positif yang dimiliki seorang individu untuk mengembangkan dan menyalurkan segala hal dan pekerjaan yang ia ketahui untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap lingkungan/ kelompok.

Berdasarkan proses pemikiran diatas, maka layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dapat mempengaruhi rasa percaya diri siswa di

SMP Al-Mahmud Plus. Hal ini dapat diketahui bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif bertujuan membantu konseli untuk mengatasi masalah, dan hambatan yang dialami individu dalam kelompok dengan melakukan latihan-latihan untuk bersikap tegas disaat konseling kelompok berlangsung, yang nantinya akan membantu konseli lebih tegas untuk mengungkapkan mana yang hak mana kewajiban, dan lebih percaya diri dalam mengungkapkan ide, perasaan, dan tindakannya tanpa harus takut dan khawatir menyakiti orang lain.

Gambar 1.1.

Skema Kerangka Berpikir Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Latihan Asertif Terhadap Rasa Percaya Diri Siswa



E. Langkah-langkah Penelitian

Langkah-langkah penelitian sering pula disebut prosedur penelitian atau metodologi penelitian, secara garis besar mencakup kegiatan penentuan : lokasi penelitian, metode penelitian, populasi dan sampel, jenis data, sumber data, teknik pengumpulan data, serta cara pengolahan atau analisis data yang akan ditempuh. (Fakultas Dakwah. 2004 : 92) Semua langkah ini secara singkat akan dibahas pada uraian berikut :

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Al-Mahmud Plus yang bertempat di Kp. Gombong, Rt 03 Rw 03, Desa Budiharja, Kecamatan Cililin, Kabupaten Bandung Barat. Peneliti memilih lokasi penelitian di SMP Al-Mahmud Plus, karena dekat dengan rumah peneliti, dan di sekolah ini juga terdapat masalah serta objek yang akan diteliti.

2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperimen. Menurut Jalaludin Rakhmat (1985: 44-45) metode eksperimen ditunjukkan untuk meneliti hubungan sebab-akibat dengan memanipulasikan membandingkan hasilnya dengan kelompok kontrol yang tidak mengalami manipulasi. Manipulasi artinya mengubah secara sistematis sifat-sifat (nilai-nilai) variabel bebas. Setelah dimanipulasikan, variabel bebas itu disebut garapan, (treatment).

Metode eksperimen digunakan dalam penelitian ini, karena akan meneliti tentang sebab perlakuan dari layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dan akibatnya pada meningkatnya rasa percaya diri siswa, yang akan

dilakukan langsung oleh peneliti sebagai konselor pada kelompok eksperimen. Sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan oleh peneliti.

3. Langkah-langkah Tindakan Penelitian

Langkah-langkah tindakan dalam penelitian ini, yaitu :

- a. Observasi dan wawancara tentang gambaran umum SMP Al-Mahmud Plus kepada guru BK, siswa, guru-guru, dan staff pengurus yang ada di SMP Al-Mahmud Plus.
- b. Desain pretest, pemberian perlakuan, dan posttest pada dua kelompok sampel yang akan diteliti. Penelitiannya menggunakan *randomized control-group pretest-posttest design*. Menurut Paul Heppner (dalam Iding Tarsidi. 3 : 2010) *randomized control-group pretest-posttest desain* yaitu memilih sejumlah subyek secara random, kelompokkan subyek secara random menjadi dua kelompok (eksperimen dan kontrol), berikan pretest (T1) untuk mengukur variabel prediktor pada kedua kelompok itu, lalu hitung masing-masing meannya, berikan posttest (T2) kepada kedua kelompok itu untuk mengukur variabel kriteria, lalu hitung pula mean masing-masing kelompok, hitung perbedaan antara hasil (T1 dan T2) untuk masing-masing kelompok, kemudian bandingkan perbedaan-perbedaan tersebut, gunakan tes statistik yang cocok untuk mengetahui signifikansinya.

Tabel 1.1.

Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design (Heppner. 2008 : 152)

Kelompok	Pretest (Random)	Treatmen	Posttest
Eksperimen	Pretested (Random) T1	X	T2
kontrol	Pretested (Random) T1		T2

Peneliti memilih *randomized control-group pretest-posttest design*, karena penelitian ini menggunakan metode eksperimen, jadi harus ada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai pembandingnya.

c. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS 20.

Analisis data dalam penelitian ini dibantu dengan bantuan aplikasi SPSS 20 dalam pengolahan datanya. Data yang diolah dengan bantuan aplikasi SPSS 20 dalam penelitian ini yaitu data hasil *try out* instrumen, data pretest, dan data post test.

4. Jenis Data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian merupakan jawaban atas pertanyaan penelitian yang diajukan terhadap masalah yang dirumuskan dan pada tujuan yang telah ditetapkan (Cik Hasan Bisri. 2001 : 63).

Jenis data yang digunakan dan dikumpulkan pada penelitian ini yaitu :

- a. Data gambaran objektif SMP Al-Mahmud Plus
- b. Data tentang tahapan layanan konseling kelompok yang dilakukan ketika proses konseling kelompok dengan teknik latihan asertif terhadap rasa percaya diri siswa dilakukan pada dua kelompok manipulasi.
- c. Data pretest atau tes sebelum layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dilakukan kepada satu kelompok eksperimen dan satu kelompok kontrol. Karena dengan data ini penulis akan mengetahui tingkat rasa percaya diri siswa sebelum dilakukan manipulasi pada kelompok manipulasi.
- d. Data posttest atau tes setelah layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dilakukan kepada satu kelompok eksperimen dan satu

kelompok kontrol. Karena, dengan data ini peneliti bisa mengetahui seberapa besar perbedaan pengaruh konseling kelompok dengan latihan asertif terhadap rasa percaya diri siswa pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

5. Sumber Data

Sumber data didasarkan atas jenis data yang telah ditentukan. Pada tahap ini ditentukan sumber primer dan sumber sekunder, terutama pada penelitian yang bersifat normatif didasarkan pada sumber dokumen atau bahan bacaan (Cik Hasan Bisri. 2001:64).

- a. Data Primer yaitu diperoleh dari 1 orang guru BK, 16 siswa, guru-guru, dan staf pengurus yang ada di SMP Al Mahmud Plus. Sehingga sumber data yang dihasilkan akan lebih lengkap mengenai proses konseling kelompok.
- b. Data sekunder yaitu diperoleh dari buku-buku kepustakaan, internet, dan buku bacaan lainnya yang berkaitan dengan masalah penelitian.

6. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Berdasarkan wawancara dengan guru BK di SMP Al-Mahmud Plus populasi siswa yang akan mengikuti konseling kelompok dengan teknik latihan asertif sebanyak 156 orang.

b. Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*, karena populasi dianggap homogen,

maka pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi.

Cara pengambilan *simple random sampling* ini yaitu peneliti memeberikan nomor undian kepada setiap siswa dari kelas VII sampai kelas IX di SMP Al-Mahmud Plus, kemudian nomor-nomor itu ditulis dalam kertas, di gulung, dan dimasukkan dalam gelas undian. Nomor-nomor yang memenangkan undian yang akan menjadi sampel dalam penelitian ini.

Populasi yang dijadikan sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 siswa, 10% dari total populasi. Hal ini mengacu kepada pendapat Suharsimi Arikunto (2002:139), jika populasi melebihi 100, maka sampel dapat diambil antara 10%-15% atau 20%-25% atau lebih sesuai kemampuan peneliti. Karena populasi lebih dari 100 yaitu 156, maka peneliti ambil 10% dari total populasi yaitu $156 \times 10 : 100 = 15,6$ dibulatkan menjadi 16 siswa. Kemudian dibuat satu kelompok eksperimental yang berisikan 8 siswa, dan satu kelompok kontrol yang berisikan 8 siswa.

7. Teknik pengumpulan data

a. Wawancara

Penelitian ini menggunakan teknik wawancara karena dengan cara wawancara langsung terbuka kepada guru BK di SMP Al-Mahmud Plus. Wawancara tersebut dirumuskan terlebih dahulu oleh peneliti, kemudian pertanyaan dan jawaban bisa berkembang ketika dilapangan.

Teknik wawancara dilakukan guna untuk menggali informasi tentang rasa percaya diri siswa kelas VII-IX di SMP Al-Mahmud Plus.

b. Angket

Teknik angket yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket tertutup, yakni pernyataan-pernyataan dalam angket sudah disediakan jawaban-jawabannya oleh peneliti. Teknik angket tertutup yang digunakan dalam penelitian ini karena pengukuran yang digunakan adalah *scoring*, yaitu pemberian nilai skor pada setiap alternative jawaban yang disediakan dalam pernyataan. Tingkat pengukuran variabel penelitian ini adalah ordinal dan kategori jawaban yang bersifat tertutup terdiri dari 5 pilihan, dengan menggunakan *rating scale* atau skala penilaian, responden memberikan penilaian terhadap pernyataan yang diberikan dengan cara memilih skor yang telah disediakan sehingga hasil dari jawaban responden akan berbentuk data kuantitatif (berupa angka) yang selanjutnya akan diubah menjadi data kualitatif oleh peneliti.

c. Observasi

Penelitian ini menggunakan teknik observasi, data-data yang akan diteliti dengan teknik observasi yaitu data tentang gambaran umum Sekolah Menengah Pertama Al-Mahmud Plus, dan data tentang proses konseling kelompok pada kelompok eksperimen.

d. Dokumentasi

Dalam penelitian ini dokumentasi yang diperoleh melalui dokumen-dokumen yang berupa buku, catatan, arsip surat-surat, majalah,

surat kabar, jurnal, laporan penelitian, dan lain-lain. Sehingga menjadikan dokumen tersebut sebagai bahan perbandingan atas realita data dan informasi yang telah dihasilkan dari penelitian.

8. Analisis data

Setelah data terkumpul seluruhnya, baik yang diperoleh dari hasil wawancara, angket, observasi dan dokumentasi maka langkah selanjutnya adalah penyusunan laporan dari data wawancara, observasi, dan dokumentasi, sedangkan untuk angket akan dilakukan pengolahan data terlebih dahulu sebelum dimasukkan dalam penyusunan laporan. Tujuan dari pengolahan data ini adalah untuk mengetahui hasil try out dari angket, hasil pretest-posttest, dan perbedaan pengaruh antara kelompok kontrol dan eksperimen.

a. Pengujian Instrumen

1. Uji Validitas Konstruk (Construct Validity)

Dalam penelitian ini instrumen dilakukan uji validitas konstruk. Menurut Sugiyono (2013:352) dalam hal ini instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli.

Para ahli itu kemudian diminta pendapatnya (*judgment experts*) tentang instrumen yang telah disusun. Kemudian para ahli itu akan berpendapat instrumen tersebut dapat digunakan tanpa perbaikan, ada perbaikan, dan mungkin dirombak total.

2. Uji Validitas

Menurut Sugiyono (2003 : 35) Validitas alat ukur menentukan seberapa besar alat ukur penelitian mampu mengukur variabel yang terdapat dalam suatu penelitian. Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat akurasi suatu alat ukur. Suatu alat ukur atau skala – pengukuran dikatakan valid jika skala pengukuran mengukur apa yang dimaksud untuk diukur; atau alat ukur yang salah atau tidak tepat akan mempunyai validitas yang rendah, begitu juga sebaliknya.

Untuk mengetahui validitas dari suatu soal dapat menggunakan

rumus :

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n(\sum X^2) - (\sum X)^2][n(\sum Y^2) - (\sum Y)^2]}}$$

Dimana: r_{xy} = Koefisien korelasi suatu butir/item

N = Jumlah subyek

X = Skor suatu butir/item

Y = Skor total

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

(Arikunto, 2009: 78)

Tabel 1.2 Klasifikasi Indeks Validitas

Koefisien validitas	Interprestasi
0,80 - 1,00	Sangat tinggi
0,60 - 0,79	Tinggi
0,40 - 0,59	Sedang
0,20 - 0,39	Rendah
0,00 - 0,19	Sangat rendah

(Sumber :Arikunto, 2009: 75)

3. Uji Reliabilitas

Reliabilitas suatu instrumen pengukuran didefinisikan sebagai suatu kemampuan instrumen guna mengukur secara konsisten terhadap fenomena yang dirancang untuk diukur. Pentingnya memiliki reliabilitas instrument pengukuran, setidaknya didasarkan pada dua alasan: (a) Reliabilitas merupakan suatu prasyarat bagi validitas pengujian, dan (b) Penelitian menghendaki agar bisa menentukan pengaruh dan suatu variabel atas variabel lainnya.

Untuk menguji reliabilitas alat ukur, terlebih dahulu dicari harga korelasi secara keseluruhan dengan menggunakan korelasi Product Moment. Adapun rumus yang digunakan:

$$S_1^2 = \frac{\sum X_i^2}{n} - \frac{(X_i)^2}{n}$$

$$S_1^2 = \frac{\sum K_i}{n} - \frac{(JKS)^2}{n^2}$$

JKi = Jumlah kuadrat dari seiuruh skor item

JKs = Penjumlahan dari hasili kuadrat subjek

n = Jumlah responden

Mencari koefisien reliabilitas dengan menggunakan rumus Alfa Croanbach;

$$r_i = \left\{ \frac{k}{k-1} \right\} \left\{ \frac{1 - \sum s_i^2}{s_i^2} \right\}$$

Dalam hal ini:

r_i = Koefisien korelasi

$\sum s_i^2$ = Jumlah varian item

k = Banyaknya butir pertanyaan

s_i^2 = Varian total

Selanjutnya dilakukan perhitungan nilai statistiknya dengan rumus :

$$t = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Dalam hal ini:

t = Nilai hitung

r = Koefisien korelasi

n = Jumlah responden

Kaidah/Keputusan

- Jika t hitung $\geq t$ (1/2 a, $n-2$) alat ukur reliabel

- Jika t hitung $< t$ (1/3 a, $n-2$) alat ukur reliabel

Tabel 1.3 Indeks Reliabilitas

Harga koefisien	Kriteria
1,00	Sempurna
0,90 – 1,00	Sangat tinggi
0,70 – 0,89	Tinggi
0,40 – 0,69	Cukup
0,20 – 0,39	Rendah
0,00 – 0,19	Sangat rendah

(Arikunto, 2010:226)

b. Analisis Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data kuantitatif. Data kuantitatif diolah dengan statistik. Nilai *pretest* dan *Posttest* kemudian dianalisis dengan dua cara yaitu, uji normalitas dan uji

homogenitas. Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah sekumpulan data berdistribusi normal atau tidak. Sedangkan uji homogenitas adalah untuk menentukan apakah dua data berasal dari populasi dengan varian yang sama atau tidak. Rasa percaya diri siswa dianalisis berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif untuk melihat *Gain* yang terjadi. Setelah diketahui nilai masing-masing siswa, dilakukan perhitungan indek *Gain*. *Gain* adalah selisih antara nilai *posttest* dan *pretest*, *gain* menunjukkan peningkatan pemahaman atau penguasaan konsep siswa setelah pembelajaran dilakukan guru. (Herlanti, 2006:71)

Langkah-langkah pengujian statistik sebagai berikut :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menentukan apakah sekumpulan data berdistribusi normal atau tidak.

Uji normalitas menempuh langkah-langkah sebagai berikut:

- a). Mengkonversikan masing-masing variabel dengan menunjukkan semua item yang diperoleh.
- b). Membuat daftar distribusi frekuensi masing-masing variabel, dengan terlebih dahulu mencari :
- c). Menentukan Rentang (R) dengan rumus:

$$R = X_t - X_r$$

- d). Menentukan Banyak Kelas Interval (K) dengan rumus:

$$K = 1 + 3,3 \log n$$

e). Menentukan Panjang Kelas Interval dengan rumus:

$$P = \frac{R}{K}$$

(Subana, 2005: 150)

f). Dari daftar frekuensi masing-masing yang telah dibuat, kemudian dihitung nilai mean dengan rumus:

$$\bar{x} = \frac{\sum f_i x_i}{\sum f_i}$$

g). Melakukan proses uji normalitas dengan menentukan standar deviasi, dengan rumus:

$$Sd = \sqrt{\frac{\sum f_i x_i^2 - \frac{(\sum x_i)^2}{n}}{n-1}}$$

h). Membuat distribusi frekuensi observasi dan ekspektasi masing-masing variable.

i). Menguji kenormalan distribusi dengan menggunakan *Chi Square* (X^2) Sebagai berikut:

$$X^2 = \sum \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

(Subana, 2005: 153)

j). Menentukan nilai X^2 dari daftar

k). Menentukan normalitas dengan ketentuan

Jika X^2 hitung $<$ X^2 daftar, maka distribusinya normal

Jika X^2 hitung $=$ X^2 daftar, maka distribusinya tidak normal

(Subana. 2000:170)

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah untuk menentukan apakah dua data berasal dari populasi dengan varian yang sama atau tidak.

Menentukan homogenitas, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a). Di uji dengan Menentukan F hitung dengan rumus:

$$F = \frac{Vb}{Vk}$$

$$F = \frac{\text{Variansi terbesar}}{\text{Variansi terkecil}}$$

(Sugiyono, 2010: 140)

b). Menentukan derajat kebebasan (db)

$$db = n_1 + n_2 - 2$$

keterangan:

$db_1 = n_1 - 1 =$ Derajat kebebasan pembilang

$db_2 = n_2 - 1 =$ Derajat kebebasan penyebut

$n_1 =$ Ukuran sampel yang variasinya besar

$n_2 =$ Ukuran sampel yang variasinya kecil

c). Menentukan F dari daftar

$$= F_{(\alpha)(db_1/db_2)}$$

$$= F_{(1 - \alpha)(db)}$$

d). Penentuan Homogenitas

- Terima (homogen), jika $F_{hitung} \leq F_{tabel}$

Jika data tidak normal dan tidak homogen atau data normal namun tidak homogen, begitupun sebaliknya maka analisis data dilakukan dengan uji Mann-Whitney atau U test digunakan pada analisis komparatif untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel

yang independen untuk data ordinal. Uji Mann-Whitney digunakan untuk menguji rata-rata dari dua data yang berukuran tidak sama (Hasan, 2009: 135). Proses uji statistiknya adalah sebagai berikut:

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2 + n_1)}{2} - R_1$$

dan

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2 + n_1)}{2} - R_2$$

Dimana :

n_1 = Jumlah sampel 1

n_2 = Jumlah sampel 2

U_1 = Jumlah peringkat 1

U_2 = Jumlah peringkat 2

R_1 = Jumlah rangking pada sampel n_1

R_2 = Jumlah rangking pada sampel n_2

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

(Hasan, 2009:135)

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dimaksudkan untuk menguji diterima atau ditolaknya hipotesis yang diajukan. Uji hipotesis dapat dilakukan dengan menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

a). Mencari Deviasi Standar Gabungan (dsg)

$$dsg = \sqrt{\frac{(n_1 - 1)V_1 + (n_2 - 1)V_2}{n_1 + n_2 - 2}}$$

(Subana, 2000:171)

b). Menentukan nilai t_{hitung}

$$t = \frac{X_1 - X_2}{dsg \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

(Subana, 2000:171)

Keterangan:

- X = Nilai rata-rata
 Dsg = Deviasi standar gabungan
 N = banyaknya data percobaan

Kriteria pengujian hipotesis sebagai berikut :

1. Jika $t_{tabel} < t_{hitung}$ maka tidak berbeda secara signifikan.
2. Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka terdapat perbedaan yang signifikan.