BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Hasil Penelitia

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas menerapan teknik *assertive training* untuk meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru Tulungagung masa khidmad 2020-2022. Dalam penelitian ini desain yang digunakan adalah *quasi eksperimen* yang betujuan untuk mengetahui pengaruh terhadap layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *assertive training* dengan memberikan perlakukan kepada kelompok eksperimen, sedangankan pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Dalam melakukan penelitian, prosedur yang dilakukan oleh penelitia adalah meminta izin terlebih dahulu kepada ketua PAC IPNU IPPNU Ngantru Tulungagung untuk melakukan penelitian, kemudian setelah diizinkan peneliti berkordinasi dengan ketua PAC IPNU IPPNU Ngantru untuk menentukan waktu penelitian. Dalam hal ini peneiliti diberikan waktu satu minggu sekali selama bulan Juni 2020 untuk melakukan penelitian dengan memberikan layanan bimbingan kelompok kepada kelompok eksperimen.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti meminta surat izin penelitian dari IAIN Tulungagung. Setelah mendapatkan izin dari ketua PAC IPNU IPPNU Ngantru Tulungagung peneiliti memberikan angket *pretest* untuk mengetahui tingkat percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru Tulungagung yang berjumlah 36 orang. Hasil pretest dari 36 orang tersebut terdapat 10 orang yang memiliki rasa percaya diri rendah, 13 orang memiliki rasa percaya diri sedang dan 13 orang memiliki rasa percaya diri tinggi. Sehingga dalam penelitian ini 10 orang yang memiliki rasa percaya diri rendah tersebut sebagai

kelompok eksperimen dan 10 orang yang memiliki rasa percaya diri sedangan sebagai kelompok kontrol. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *asssertive training* untuk membantu menyelesaikan permasalahan rasa percaya diri yang dialami oleh pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru Tulungagung.

Adapun pelaksanaan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *assertive training* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Jadwal Pemberian Layanan

No.	Hari/Tanggal	Kegiatan
1.	Selasa/16 Juni 2020	a. Memberikan sosialisasi kepada pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru terkait diadakannya penelitian, sekaligus memberikan informasi terkait percaya diri. b. Memberikan angket *pre-test* kepada pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru sebelum dilakukannya layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *assertive training* untuk mengetahui tingkat rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru.
2.	Minggu/21 Juni 2020	a. Memberikan layanan bimbingan kelompok sesi pertama pada kelompok eksperimen yang sebelumnya sudah dipilih sebagai kelompok eksperimen. Pada layanan bimbingan kelompok ini peneliti menerapkan teknik

		assertive training.
3.	Minggu/28 Juni 2020	a. Melakukan tindak lanjut bimbingan kelompok sebagai sesi kedua kepada kelompok eksperimen. b. Memberikan post-test

Pada penelitian ini pemberian layanan bimbingan kelompok dilakukan selama 3 kali. Pada taggal 16 Juni 2020 peneliti memberikan angket sebagai *pre-test* untuk mengetahui tingkat rasa percaya diri dari masing-masing pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru dengan menggunakan skala instrumen penelitian. Kemudian pada tanggal 21 Juni 2020 peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *assertive training* kepada kelompok eksperimen. Selanjutnya pada tanggal 28 Juni 2020 peneliti memberikan angket sebagai *post-tes* untuk mengetahui tingkat perkembangan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training.*

a. Bimbingan kelompok

Dalam penelitian ini, bimbingan kelompok diterapkan pada kelompok eksperimen yang memiliki rasa percaya diri rendah untuk dimabil nilainya. Dengan penerapan bimbingan kelompok ini diharapkan dapat membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru dalam mengatasi permasalahan rasa percaya diri dengan memberikan teknik *assertive training.*

b. Percaya diri

Dalam penelitian ini pengambilan data terkait rasa percaya diri dilakukan pada 36 orang yang kemudian dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk membagi kelompok ekserimen dan kelompok kontrol peneliti menggunakan data yang diperoleh dari hasil pemberian pretest yang dilakukan

sebelum pemberian treatment kepada 36 orang. Kemudian data post-test yang diambil setelah diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen dan kepada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan.

1) Sampel Penelitian

a) Kategori Skoring Penelitian

Dalam penelitian ini item pernyataan dalam isntrumen angket berjumlah 39 butir. Kategori dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Untuk mengetahui nilai kategori rendah maka skor terendah yaitu 1 dikalikan dengan jumlah butir item pernyataan yaitu 39 dengan memperoleh nilai 39 sebagai nilai minimum hipotetik, kemudian untuk mengetahui kategori tinggi yaitu dengan mengalikan nilai skor tertinggi yaitu 4 dikalikan dengan jumlah item pernyatayaan dalam angket sebanyak 39 butir dengan memeproleh nilai 156 sebagai nilai maksimum.

Kemudian untuk mengetahui nilai mean hipotetik didapatkan dengan mengalikan jumlah nilai minimum dan nilai maksimum kemudian dibagi 2. Selanjutnya untuk mengetahui standar devisiasi hipotetik dengan cara skor maksimum yairu 156 dikurangi dengan skor minimum yaitu 39 kemudian dibagi 6 sehingga menghasilkan nilai 19,5 sebagai nilai standar devisiasi.

Tabel 3.2 Skala Hipotetik

Variabel	**Statistik**	**Hipotetik**
Kesiapan mental	Nilai minimal	39
	Nilai maksimal	156
	Mean (μ)	97.5

	Std. Deviasi (σ)	19.5

Berdasarkan hasil perhitungan dari skor hipotetik dan skor empirik pada tabel diiatas, maka pada variabel ini dikaegorikasn menjadi 3 kategori, yaitu rendah, sedang , dan tinggi. Untuk kategori rendah dapat diperoleh dari X< (μ - α), untuk kategori sedang diperoleh dari (μ - α) ≤ X < (μ + α), dan untuk kategori tinggi diperoleh dari (μ + α) ≤ X. Sehingga bedasarkan rumus diatas, maka dapat diketahui bahwa hasil skor rendah adlah 39-78, skor sedang 79-117, skor tinggi 118-156.

b) Pemilihan sampel penelitian

Berdasarkan hasil skoring menggunakan angket percaya diri, maka tabel pemilihan sampel adalah sebagai berikut:

Tabel 3.3 Pemilihan Sampel Penelitian

No.	NAMA	SKOR	KATEGORI
1	AN	74	Rendah
2	RJ	118	Tinggi
3	EA	119	Tinggi
4	MC	106	Sedang
5	AF	73	Rendah
6	MA	78	Rendah
7	IK	77	Rendah
8	ZR	136	Tinggi
9	RM	102	Sedang
10	HV	76	Rendah
11	LA	112	Sedang
12	HP	121	Tinggi
13	LU	108	Sedang

14	DD	114	Sedang
15	SK	124	Tinggi
16	BA	120	Tinggi
17	SN	100	Sedang
18	AN	119	Tinggi
19	MR	127	Tinggi
20	IK	76	Rendah
21	MF	113	Sedang
22	DS	71	Rendah
23	EP	78	Rendah
24	SY	74	Rendah
25	ML	110	Sedang
26	AA	110	Sedang
27	NL	128	Tinggi
28	PA	77	Rendah
29	A	120	Tinggi
30	AB	119	Tinggi
31	D	118	Tinggi
32	NK	109	Sedang
33	HM	115	Sedang
34	SM	110	Sedang
35	SN	129	Tinggi
36	MK	112	Sedang

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahhui bahwa responden yang memiliki skor rendah berjumlah 10 orang, rersponden yang memiliki nilai sedang berjumlah 13 orang, dan responden yang memiliki skor tinggi berjumlah 13 orang. Dengan demikian untuk memudahkan dalam penelitian maka peneiliti memilih 10 orang yang memiliki

skor rendah sebagai kelompok eksperimen dan 10 orang yang memiliki skor sedang sebagai kelompok kontrol.

2) Hasil *pre-test* skala percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Pemberian *pre-test* kepada responden adalah untuk mengetahui gambaran awal mengenai tingkat rasa percaya diri dan juga untuk menentukan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun tabel dalam pembagian kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah pemberian *pre-test* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.4 Hasil *Pre-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

KELOMPOK EKSPERIMEN				KELOMPOK KONTROL			
NO.	**NAMA**	**SKOR**	**KATEGORI**	**NO.**	**NAMA**	**SKOR**	**KATEGORI**
1	AN	74	Rendah	1	MC	106	Sedang
2	AF	73	Rendah	2	RM	102	Sedang
3	MA	78	Rendah	3	LU	108	Sedang
4	IK	77	Rendah	4	DD	114	Sedang
5	HV	76	Rendah	5	SN	100	Sedang
6	IK	76	Rendah	6	MF	113	Sedang
7	DS	71	Rendah	7	ML	110	Sedang
8	EP	78	Rendah	8	AA	110	Sedang
9	SY	74	Rendah	9	NK	109	Sedang
10	PA	77	Rendah	10	HM	115	Sedang
∑		754		∑		1087	
Rata-Rata		75,4		Rata-Rata		108,7	

3) Hasil *post-test* skala percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Pemberian *post-test* pada kelompook eksperimen dan kelompok kontrol adalah untuk mengetahui hasil dari peberian perlakuan pada kelompok eksperimen dan hasil dari kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Adapun hasil nilai *post-test* yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5 Hasil *Post-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

KELOMPOK EKSPERIMEN				**KELOMPOK KONTROL**			
No.	**NAMA**	**SKOR**	**KATEGORI**	**No.**	**NAMA**	**SKOR**	**KATEGORI**
1	AF	104	Sedang	1	RM	118	Tinggi
2	DS	116	Sedang	2	MF	119	Tinggi
3	HV	121	Tinggi	3	MC	106	Sedang
4	PN	116	Sedang	4	RM	106	Sedang
5	MA	117	Sedang	5	LU	113	Sedang
6	MC	108	Sedang	6	DD	114	Sedang
7	EP	113	Sedang	7	SN	107	Sedang
8	SY	118	Tinggi	8	AA	119	Sedang
9	AN	134	Tinggi	9	NK	114	Sedang
10	IK	122	Tinggi	10	HM	115	Sedang
∑		1169		∑		1131	
Rata-Rata		116,9		Rata-Rata		113,1	

Dari hasil tabel di atas, dapat diketahui nilai *post-test* setelah diberikan layanan bimbingan kelomppok pada kelompok eksperimen dan nilai post-test pada kelompok kentrol yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok. Dari tabel diatas dapat dilihat nilai hasil dari kelompok eksperimen berjumlah 1169 dengan rata-rata 116,9 dan nilai pada kelompok kontrol berjumlah 1131 dngan nilai rata-rata 113,1.

2. Uji Instrumen

a. Uji Validitas

Uji validitas data merupakan uji yangdilakukan untuk mengetahui kevalidan data pada suatu intrumen penelitian.[57] Dengan demikian instrumen yang digunakan dapat dikatakan layak saat digunakan, selain itu intrumen juga harus memiliki kriteria yang baik. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji kelayakan instrumen terlebih dahulu kepada subjek lain diluar subjek yang telah ditentukan. Adapun tujuan dilakukannya uji kelayakan instrumen ini adalah untuk mengetahui hasil dari setiap butir pernyataan pada instrumen dapat mengukur sesuai dengan varibel yang hendak diukur.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan bantuan *software* SPSS 20. Dalam uji kelayakan ini, peneliti menggunakan 31 responden dari pengurus ranting IPNU IPPNU Pucung Lor dan pengurus ranting Pulerejo yang memiliki kriteria yang sama dengan subjek yaitu berusia 18 sampai dengan 21 tahun. Dalam penelitian ini diketahui jumalh data (N) =31 dengan taraf signifikasi 5% maka r tabel yang diperoleh sebesar 0,355 sehingga dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.6 Uji Validitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	32	100,0
	Excluded[a]	0	,0
	Total	32	100,0

[57] M. Iqbal Hasan, *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian & Aplikasinya*, (Bandung: Ghalia Indonesia, 2002), hal. 76

No. Item	r-Tabel	r-hitung	Keterangan	
1	0,355	,305	Tidak Valid	Tidak Dipakai
2	0,355	,453*	Valid	Dipakai
3	0,355	,194	Tidak Valid	Tidak Dipakai
4	0,355	,482**	Valid	Dipakai
5	0,355	,297	Tidak Valid	Tidak Dipakai
6	0,355	,281	Tidak Valid	Tidak Dipakai
7	0,355	,561**	Valid	Dipakai
8	0,355	,306	Tidak Valid	Tidak Dipakai
9	0,355	,189	Tidak Valid	Tidak Dipakai
10	0,355	,263	Tidak Valid	Tidak Dipakai
11	0,355	,010	Tidak Valid	Tidak Dipakai
12	0,355	,177	Tidak Valid	Tidak Dipakai
13	0,355	,138	Tidak Valid	Tidak Dipakai
14	0,355	,107	Tidak Valid	Tidak Dipakai
15	0,355	,682**	Valid	Dipakai
16	0,355	,891**	Valid	Dipakai
17	0,355	,650**	Valid	Dipakai
18	0,355	,783**	Valid	Dipakai
19	0,355	,503**	Valid	Dipakai
20	0,355	,743**	Valid	Dipakai
21	0,355	,709**	Valid	Dipakai
22	0,355	,769**	Valid	Dipakai
23	0,355	,197	Tidak Valid	Tidak Dipakai
24	0,355	,830**	Valid	Dipakai
25	0,355	0,802	Valid	Dipakai
26	0,355	,648**	Valid	Dipakai
27	0,355	,752**	Valid	Dipakai
28	0,355	,774**	Valid	Dipakai

29	0,355	,598**	Valid	Dipakai
30	0,355	,741**	Valid	Dipakai
31	0,355	,435*	Valid	Dipakai
32	0,355	,659**	Valid	Dipakai
33	0,355	,692**	Valid	Dipakai
34	0,355	,506**	Valid	Dipakai
35	0,355	,591**	Valid	Dipakai
36	0,355	,653**	Valid	Dipakai
37	0,355	,595**	Valid	Dipakai
38	0,355	,671**	Valid	Dipakai
39	0,355	,520**	Valid	Dipakai
40	0,355	,582**	Valid	Dipakai
41	0,355	,702**	Valid	Dipakai
42	0,355	,360*	Valid	Dipakai
43	0,355	,820**	Valid	Dipakai
44	0,355	,740**	Valid	Dipakai
45	0,355	,630**	Valid	Dipakai
46	0,355	,489**	Valid	Dipakai
47	0,355	,820**	Valid	Dipakai
48	0,355	,861**	Valid	Dipakai
49	0,355	,826**	Valid	Dipakai
50	0,355	,717**	Valid	Dipakai
51	0,355	,584**	Valid	Dipakai

Dari hasil perhitungan validasi menggunakan *software* SPSS 20 dari 51 item pernyataan diperoleh 12 item pernyataan yang tidak valid atau gugur dan 39 item pernyataan yang dinyatakan valid dan dapat digunakan.

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan sebuah uji yang digunakan untuk mengetahui derajat konsistensi dan stabilitas data temuan penelitian. data yang dinyatakan reliabel adalah instrumen yang dibuat cukup baik oleh peneliti, sehingga mampu mengungkap data yang akan diteliti.[58] Pada penelitian ini uji reliabel dilakukan dengan bantuan *software* SPSS 20 dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3.7 Uji Reliabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,994	39

Dari hasil uji reliabilitas menggunakan *software* SPSS 20 hasil yang diperoleh pada *Cronbach's Alpha* apabila nilai siginifikasi >0,60 maka dinyatakan reliabel. Dapat dilihat pada tabel ditas bahwa nilai signifikasi adalah 0,994 yang berarti > 0,60 sehingga data dapat dinyatakan reliabel.

3. Uji Persyatan

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahi data yang diperoleh berdistribusi normal atau tidak. Sayarat mutlak sebelum dilakukan analisis statistik parametik (uji *paired sample t-test* dan uji *independent sampel t-test)* adalah data

[58] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D,* ... hlm. 269

yang berdistribusi normal.[59] Dari hasil uji normalitas yang sudah diperoleh dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.8 Ujia Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Pre-Test Eksperimen	Post-Test Eksperimen	Pre-Test Kontrol	Post-Test Kontrol
N		10	10	10	10
Normal Parameters[a,b]	Mean	75,40	116,90	108,70	113,10
	Std. Deviation	2,319	8,157	4,923	5,131
Most Extreme Differences	Absolute	,202	,166	,143	,192
	Positive	,131	,166	,113	,183
	Negative	-,202	-,156	-,143	-,192
Kolmogorov-Smirnov Z		,639	,525	,454	,608
Asymp. Sig. (2-tailed)		,809	,946	,986	,854

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan bantuan *softwarre* SPSS 20 maka dapat disimpulkan bahwa nilai Asymp. Sig. (2-tailed) berdistribusi normal. Hal ini dapat dilihat pada hasil yang diperoleh Asymp. Sig >0,05. Dimana hasil *pre-test* kelompok eksperimen sebesar 0,809, *post-test* kempomok eksperimen 0,946, *pre-test* kelompok kontrol sebesar 0,989, dan *post-test* kelompok kontrol sebesar 0,854. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

[59] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, ... hlm. 171

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui keberagaman data dari dua kelompok atau lebih yang bersifat homogen (sama) atau heteregon (tidak sama). Syarat mutlak dalam uji *independent sample t-test* adalah data yang bersifat homogen. Dalam penelitian ini uji homogenitas digunakan untuk mengetahui data hasil *post-test* kelompok eksperimen dan hasil *post-test* kelompok kontrol bersifat homogen atau heterogen. Apabila nlai Sig. > 0,05 maka hasil uji tersebut dikatakan homogen, dan sebaliknya. Berikut tabel hasil uji homogenitas menggunkan bantuan *software* SPSS 20:

Tabel 3.9 Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Hasil Bimbingan Kelompok

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,495	1	18	,491

Dari data uji homogenitas diatas dapat diketahui nilai Signifikasinya adalah 0,491. Apabila nilai signifikasi lebih dari 0,05 maka data dikatakan homogen. Hal ini sesuai dengan hasil yang diperoleh pada uji homogenitas yaitu nilai Sig. 0,491 > 0,05 maka data dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dikatan homogen.

B. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini uji yang digunakan pada uji hipotesis komparatif atau uji perbandingan adalah uji *paired sampele t-test.* Uji *paired sample t-test* merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata dua sampel yang berhubungan, yaiktu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dalam uji *paired sample t-test* sayarat utamanya adalah data penelitian harus berdistribusi normal, sehingga sebelum melakukan

uji *paired sample t-test* ini peneliti harus melakukan uji normaltias terlebih dahulu.

Uji *paired sample t-test* pada penelitian ini bertujuan untuk mengertahui jawaban dari rumusan masalah, yaitu efektivitas penerapan teknik *assertive training* untuk meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru. Adapun hasil uji *paired sample t-test* dengan menggunakan *software* SPSS 20 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.0 Uji Hipotesis

Paired Samples Test

		Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre-Test Eksperimen - Post-Test Eksperimen	-41,500	8,100	2,561	-47,294	-35,706	-16,202	9	,000
Pair 2	Pre-Test Kontrol - Post-Test Kontrol	-4,400	8,113	2,566	-10,204	1,404	-1,715	9	,120

Dari tabel diatas dapat diketahui hasil output (*paired sample t-test)* ke-1 diperoelh nilai Sig (2tailed) sebesar 0,000 dimana nilai 0,000<0,05. Maka dengan demikian terdapat perbedaan rata-rata hasil bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* pada kelompok eksperimen pada nilai pre-test dan post-test. kemudian pada ooutuput (*paired sample t-test)* ke-2 diperoleh nilaiSig (2tailed) sebesar 0,120 dimana 0,120>0,05. Sehingga dapat dikatakan tidak ada perbedaan rata-rata hasil dari pre-test dan post-test pada kelompok kontrol.

Menurut Singgih Santoso dalam mengambil keputusan pada uji *paired sample t-test* didasarkan pada nilai signifikasi dengan hasil SPSS sebagai berikut:

1. Apabila nilai Sig. (2-tailed) < 0,05 maka H0 ditolak dan Ha diterima.
2. Apabila nilai Sig. (2-tailed) >0,05 maka H0 diterima dan Ha ditolak.

Berdasarkan hasil dari tabulasi SPSS diperoleh nilai Sig. 0,000<0,05 pada kelompok eksperimen sehingga dapat diartikan H0 ditolak dan Ha diterima. Sehingga dapat diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* dapat meningkatakn rasa percaya diri efektif digunakan.

C. Pembahasan

1. Rasa Percaya Diri Pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru

Rasa percaya diri pada setiap individu berbeda-beda, ada yang memiliki percaya diri tinggi, sedang, dan rendah. Seperti teori yang dikemukanan oleh Leuster bahwa percaya diri merupakan keyakinan yang dimiliki oleh setiap individu dalam melakukan segala hal sesuai dengan kemampuannya sehingga individu tersebut tidak perlu merasa khawatir dalam bertindak, merasa bebas dan bertanggun jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan, serta mengetahui kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya[60] selain itu menurut Rahmat kepercayaan diri merupakan sautu keyakinan kepada diri sediri, dimana setiap individu memandang dirinya secara untuh dengan mengacu pada konsep diri[61]

Dalam hal ini dapat diketahui bahwa rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan yang terdapat pada setiap individu dalam memandang dirinya untuk melakukan segala hal tanpa adanya rasa ragu dengan rasa tanggung jawab serta mampu mengetahui kelebihan dan

[60] *Lauster, P. Tes Kepribadian, (*Jakarta: Gaya Media Pratama, 1992) hlm.4

[61] Rahmat, *Psikologi Komunikasi,* (Bandung: Remaja Rosdakarya,1991), hlm. 109

kelemahan dirinya. Sehingga dalam hal ini setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda.

Seperti halnya dalam penelitian ini, dimana setiap individu memiliki rasa percaya diri yang berbeda. Tingkat rasa percaya diri inidividu yang berbeda-beda dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor internal yang mencakup kemampuan diri, interaksi sosial, serta konsep diri dan faktor eksternal yang mencakup orang tua, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat.[62] Dalam hal ini faktor yang mempengaruhi tingkat percaya diri individu juga berbeda, ada yang dipengaruhi oleh faktor internal, dan ada pula yang dipengaruhi oleh faktor eksternal.

Setiap individu juga memiliki rasa percaya diri yang bermacam-macam. Menurut Angelis kepercayaan diri setiap individu berkenaan dengan tiga hal, yaitu tingkah laku, emosi, dan spiritual.[63] Seperti halnya dengan penelitian ini dimana setiap individu memiliki rasa percaya diri yang berbeda. Rasa percaya diri yang dialami oleh pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru lebih berkenaan dengan tingkah laku dan emosi. Hal ini dapat dilihat dari hasil bimbingan kelompok ketika masing-masing individu menyampaikan masalah terkait percaya diri yang dihadapinya.

Dari uraian diatas dilihat bahwa konselor sosial sangat dibutuhkan sebagai wadah dalam membantu permasalahan individu yang ada pada lingkungan sosial, salah satunya pada suatu organisasi ataupun komunitas. Dalam penelitian ini bimbingan kelompok digunakan oleh peneliti sebagai layanan yang diberikan untuk membantu menyelesaikan permasalahan yang dialami dari pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru yang memiliki rasa percaya diri rendah.

Dengan demikian penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman terkait pentingnya rasa percaya diri serta

---

[62] Nur Ghufron dan Rini, *Teori-Teori Psikologi,.....* hlm. 35
[63] Barbara de Angelis, *Self Confident: Percaya diri Sumber kesuskesan,*....hlm. 16

mampu membantu meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru.

2. Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik *assertive training* (pelatihan asertif). Dalam teknik *assertive training* ini anggota kelompok diberikan pengetahuan terlebih dahulu terkait perilaku asertif, yaitu perilaku individu untuk menyampaikan sesuatu yang diinginkan dan dipikirkannya terhadap orang lain dengan tetap menjaga perasaan tanpa menyakiti peransaanya,[64] dimana setiap anggota kelompok akan belajar berperilaku asertif untuk meningkatkan rasa percaya dirinya.

Berdasarkan hasil uji hipotesis layanan bimbingan kelompok yang dilakukan dengan mengunakan uji *paired sample t-test* dimana hasil skor yang diperoleh pada kelompok kontrol berjumlah 0,120>0,05 yang berati bahwa tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan dan hasil skor pada kelompok eksperimen adalah 0,000<0,05 yang berarti ada pengaruh terhadap perlakuan yang diberikan kepada kelompok eksperimen sehingga H0 ditolak dan Ha diterima. Dari hasil tersebut dapat dilihat perbedaan nilai dari hasil *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil nilai *pre-tes* dan *post-tes* pada kelompok eksperimen

No.	Respoden	Skor Pre-test	Skor Post-Test	Keterangan
1	AN	74	134	Meningakat
2	AF	73	104	Meningakat
3	MA	78	117	Meningakat
4	IK	77	122	Meningakat

[64]Hetti Rahmawati, *Modifikasi Perilaku Manusia* ....., hlm 63

5	HV	76	121	Meningakat
6	MC	76	108	Meningakat
7	DS	71	116	Meningakat
8	EP	78	113	Meningakat
9	SY	74	118	Meningakat
10	PA	77	116	Meningakat

Tabel 4.2 Hasil nilai *pre-tes* dan *post-tes* pada kelompok kontrol

No.	Responden	Nilai *pre-test*	Nilai *post-test*	Keterangan
1	MC	106	106	Tetap
2	RM	102	118	Meningkat
3	LU	108	113	Meningkat
4	DD	114	114	Tetap
5	SN	100	107	Meningkat
6	MF	113	119	Meningkat
7	ML	110	106	Menurun
8	AA	110	119	Meningkat
9	NK	109	114	Meningkat
10	HM	115	115	Tetap

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa hasil pemberian layananan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru dapat meningkatkan rasa percaya diri pada pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru yang pada awalnya memiliki rasa percaya diri rendah menjadi meningkat. Peningkatan rasa percaya diri ini dapat berpengaruh pada keberlangsungan hidup setiap individu, dimana setiap individu mampu mengungkapkan dan mengembangkan potensi yang dimilikinya tanpa adanya rasa malu dan ragu.

Selama proses pemberian layanan bimbingan kelompok, pada awalnya anggota kelompok merasa malu dan ragu ketika sesi perkenalan. Hal tersebut terlihat ketika sesi perkenalan dimulai

mereka malu untuk memulai perkenalan terlebih dahulu. Kemudian dapat diketahui juga ketika saat bimbingan kelompok mereka masih malu untuk menceritakan permasalahan yang dialaminya terkait percaya diri. Sehingga peneliti dalam bimbingan kelompok ini sebagai pemimpin kelompok mampu menumbuhkan *raport* dengan anggota kelompok dengan memberikan tanya jawab kepada anggota kelomppok sheingga mereka mampu mengemukakan pendapatnya dengan terbuka.

Pada penelitian ini, layanan bimbingan kelompok diberikan selama 3 kali pertemuan. Pertemuan pertama dengan melakukan memberikan layanan informasi terkait tujuan penelitian dan pengisian pre-test, kemudian pada pertemuan kedua yaitu pemberian informasi terkait percaya diri dan *assertive training* yang kemudian dilanjutkan dengan pelatihan pertama dengan melakukan *modeling* dengan memulai berbicara dengan orang baru disekitarnya. Kemudian pada pertemuan ketiga dilanjutkan dengan melakukan presentasi dan tanya jawab pada suatu naskah yang telah diberikan oleh peneliti dan telah dipelajari oleh anggota kelompok.

Selama proses bimbingan kelompok terlihat mulai ada perkembangan dari setiap kali pertemuan. Hal itu dapat dilihat pada pertemuan pertama anggota kelompok masih agak canggung dan malu dengan antar anggota, kemudian pada pertemuan kedua anggota kelompok mulai berani memulai pembicaraan terlabih dahaulu dengan orang lain, dan pada pada pertemuan ketiga anggota kelompok mampu menyampaikan pendapat dengan saling memberikan pertanyaan dan tambahan jawaban pada saat presentasi naskah yang diberikan oleh peneliti.

Setelah layanan bimbingan selesai, diakhir sesi peneliti menanyakan kesan dan pesan selama bimbingan kelompok berlangsung. Kesan anggota kelompok adalah mereka merasa beruntung dapat mengikuti bimbingan kelompok ini, karena dengan

mengikuti bimbingan kelompok ini mereka merasa lebih baik dan lebih percaya diri ketika hendak menyampaikan pendapat. Selain itu mereka juga mendapatkan wawasan baru terkait percaya diri.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Badrul Kamil, Mega Aria Monica, A. Bustomi Maghrobi yang brejudul Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP dengan Menggunakan Teknik *Assertive Training*, dimana pada peneilitian ini terdapat pebedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan konseling kelompok dengan teknik assertive training dengan hasil rata-rata skor sebelum dilakukan layanan adalah 8,19 dan setelah diberikan layanana hasil rata-rata skor menjadi 19,55. Selain itu setelah dilakukan uji t menggunakan SPSS 16 diperoleh thitung 36,701>2,228 sehingga H0 ditolak dan Ha diterima. Hal ini mneunjukkan adanya peningkatan yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Meningkatnya rasa percaya diri pada pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru sesuai dengan tujuan dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* ini. Menurut Albert dan Emmons asertivitas merupupakan pernyataan diri positif dimana mampu menghargai orang lain tanpa menyinggung perasaannya sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup individu.[65] Dari penelitian yang telah dilakukan ini dan dari hasil penelitian terdahulu dapat dilihat bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri pengurus PAC IPNU IPPNU Ngantru.

D. Keterbatasan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini sudah dilakukan dan diupayakan sengan maksimal sesuai dengan prosedur penelitian ilmiah, akan tetapi terdapat

[65] Hetti Rahmawati, *Modifikasi Perilaku Manusia* ....., hlm 63

beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Adapun keterbatasan tersebut sebegai berikut:

1. Intrumen yang digunakan hanya menggunakan kuesioner dimana responden masih belum memperlihatkan keadaan yang sebenarnya.

2. Buku pedoman yang dibuat sebagai acuan untuk memberikan layanan bimbingan kelompok masih memerlukan pembenahan untuk memperoleh wawasan yang lebih optimal terkait dengan rasa percaya diri.