

**EFEKTIVITAS PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVENESS*  
TRAINING DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN KONSEP DIRI POSITIF PESERTA  
DIDIK**

**SKRIPSI**

**Skripsi ini Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas  
Keguruan dan Ilmu Pendidikan untuk Memenuhi Salah Satu  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan**

**OLEH**

**MARIA YASINTA UTO**

**NIM: 11116052**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA**

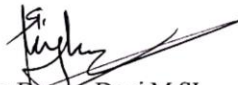
**KUPANG**

**2021**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Skripsi ini telah disetujui dan disahkan pada tanggal :

Pembimbing I



Yohanes Denson Doni M.Si

NIDN. 0806086001

Pembimbing II



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd

NIDN. 0822066201

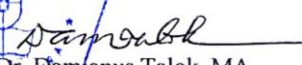

Mengetahui,

Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling

  
  
Dra. Maria Erlinda, M.Pd  
NIDN. 0815056602

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

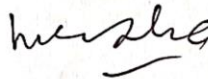
  
  
Dr. Damianus Talok, MA  
NIDN. 0812026001

Skripsi ini telah dipertanggungjawabkan dihadapan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling dan diterima untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jenjang Strata 1 (S-1) pada tanggal 3 Mei 2021.

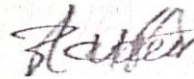
Panitia Penguji



Drs. Yohanes Demon Doni, M. Si  
Ketua



Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd  
Sekretaris



Br Kristianus Sembiring, SVD, S.Pd, M.Pd  
Penguji I



Drs. Wens Nagul, M.Pd, Kons  
Penguji II



Drs. Yohanes Demon Doni, M. Si  
Penguji III

## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **Motto :**

Ia akan membalas setiap orang menurut perbuatannya (Roma 2 :6)

### **Persembahan**

Skripsi ini ku persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta
2. Kakak dan adik
3. Almamater tercinta Universitas

Katolik Widya Mandira Kupang.

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala bimbingan dan tuntunan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik”.

Masalah yang dibahas dalam skripsi ini yaitu, (1) mengapa teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok diterapkan untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik ?, (2) bagaimana prosedur penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik?, (3) apakah penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik ?.

Tujuan penulisan skripsi ini untuk mengetahui, (1) alasan penggunaan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik, (2) prosedur penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik, dan (3) efektivitas dari penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik.

Proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh sebab itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Damianus Talok, M.A sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
2. Dra. Maria Erlinda, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan dukungan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Drs. Yohanes Demon Doni, M.Si dan Dra. Dhiu Margaretha, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II yang dengan sabar dan ikhlas memberikan bimbingan dan arahan sejak awal hingga akhir penulisan skripsi.
4. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang dengan tulus mengajarkan ilmu pengetahuan sehingga berguna bagi penulisan skripsi.
5. Kedua orang tua tercinta, Bapak Philipus Kapitandan Mama Ursula Kewa abang Chymeng, abang Fian, kakak Magdalena serta semua keluarga besar, yang telah mendukung lewat doa, materi dan mori lsejak awal kuliah sampai saat ini.
6. Teman-teman seperjuangan Bimbingan dan Konseling angkatan tahun 2016 terkhusus Dessi Missa, Liany Hayon. Erwin Hoar, Linda Usfinit, Raty Seda, Ivon Tobi yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Orang terdekat yang selalu adaEpin Ruing, terima kasih untuk semua bantuannya.

8. Pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan dukungan bagi kelancaran penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh sebab itu, saran dan kritik yang sifatnya membangun dari semua pihak sangat diharapkan demi penyempurnaan skripsi ini.

Kupang, Mei 2021

Penulis

## ABSTRAK

Judul skripsi: Efektivitas Penerapan Teknik *Assertiveness Training* dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Peserta Didik. Masalah yang dikaji dalam skripsi ini yaitu : (1) mengapa teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok diterapkan untuk peningkatan konsep diri peserta didik ?, (2) bagaimana prosedur penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik ?, (3) apakah penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik ?. Tujuan penulisan skripsi ini yaitu: (1) mengetahui alasan penggunaan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik, (2) mengetahui prosedur penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik, (3) mengetahui efektivitas penerapan teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik. Skripsi ini menggunakan metode studi kepustakaan. Objek kajian adalah teknik *assertiveness training*, bimbingan kelompok dan konsep diri positif. Sumber data yang digunakan dalam skripsi ini adalah sumber data sekunder. Jenis data adalah jenis data kualitatif. Hasil kajian menunjukkan bahwa teknik *assertiveness training* berkaitan dengan konsep diri peserta didik, Karena manfaat teknik *assertiveness training* berkaitan dengan konsep diri peserta didik. Teknik *assertiveness training* melalui bimbingan kelompok dilaksanakan dalam empat tahap yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan yang terdiri dari tahap rasional, identifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan, membedakan perilaku positif dan negative serta mengeksplorasi target, bermain peran, melaksanakan latihan dan praktik, mengulangi latihan, tugas rumah dan tindak lanjut, terminasi. Teknik *assertiveness training* dalam bimbingan kelompok efektif untuk peningkatan konsep diri peserta didik yang terbukti dari artikel penelitian terdahulu yang relevan dengan topic skripsi ini. Berdasarkan hasil kajian skripsi ini, maka penulis memberi saran kepada (1) pembaca, diharapkan untuk lebih memperdalam wawasan, pengetahuan tentang teknik *assertiveness training* untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik, (2) guru BK, diharapkan lebih memperdalam pengetahuan dan meningkatkan keterampilan dalam menerapkan teknik *assertiveness training* untuk meningkatkan konsep diri positif peserta didik.



## **ABSTRACT**

Thesis title : Effectiveness of the Application of Assertiveness Training techniques in Group Guidance for the Improvement of Students Self-Concept. The problems studied in this thesis are : (1) why is the Assertiveness training technique in group guidance applied to improve students' self-concept ?, (2) what is the procedure for applying the Assertiveness Training technique in group guidance to improve students' self-concept ?, (3) is the application of Assertiveness Training techniques in group effective for improving students' self-concept ?. The objectives of writing this thesis are : (1) Knowing the reasons for using Assertiveness Training techniques in group guidance to improve students self-concept. (2) knowing the procedures for implementing Assertiveness Training techniques in group guidance to improve students self-concept, (3) knowing the effectiveness of the application Assertiveness Training techniques in group guidance to improve students self-concept. This thesis uses a literature study method. The object of study is the Assertiveness Training technique, group guidance and self-concept. The data sources used in this thesis are secondary data sources. This type of data is a type of qualitative data. The result of the study show that the Assertiveness Training technique is related to the self-concept of students, because the benefits of the Assertiveness Training technique are related to the self-concept of students. The Assertiveness Training technique through group guidance is carried out in four stages, namely the formation stage, the intermediate stage, the activity stage consisting of the rational stage, identifying conditions that cause problems, distinguishing positive and follow-up, termination. Assertiveness Training techniques in group guidance are effective for improving students self-concept which is evident from previous research articles that are relevant to the topic of this thesis. Based on the results of this thesis study, the authors provide suggestions to (1) readers, are expected to further deepen insight, knowledge of Assertiveness Training techniques to improve students' self-concept, (2) Bk teachers are expected to deepen knowledge and improve skills in applying Assertiveness Training techniques to improve students' self-concept, (3) author, are expected to better understand the process of applying Assertiveness Training techniques to improve students self-concept.

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>.xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. LatarBelakangMasalah.....	1
B. RumusanMasalah.....	4
C. TujuanPenelitian .....	4
D. ManfaatPenelitian .....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORETIS</b> .....	<b>6</b>
A. Teknik <i>Assertiveness Training</i> .....	6
1. PengertianTeknik <i>Assertiveness Training</i> .....	6
2. Tujuan <i>Assertiveness Training</i> .....	7
3. Manfaat <i>Assertiveness Training</i> .....	8
4. Kelebihan dan Kelemahan Teknik <i>Assertiveness Training</i> .....	9
5. Tahap Pelaksanaan Teknik <i>Assertiveness Training</i> .....	9
B. Layanan Bimbingan Kelompok .....	10
1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok .....	10
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok .....	11
3. Asas- asas Layanan Bimbingan Kelompok.....	12
4. Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok .....	14
C. Konsep Diri .....	16
1. Pengertian Konsep Diri .....	16
2. Komponen Konsep Diri .....	17
3. Macam-macam Konsep Diri .....	18
4. Ciri- ciri Konsep Diri Positif dan Negatif .....	19
5. Aspek- aspek Konsep Diri .....	20
6. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	21
D. Hasil Kajian yang Relevan.....	23
<b>BAB III METODE KAJIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>29</b>
A. Metode Kajian .....	29
B. Objek Kajian.....	29
C. Sumber Data .....	30
D. Jenis Data .....	31
E. Pembahasan Masalah.....	31

<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>44</b>
A. Simpulan.....	44
B. Saran .....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN- LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampian 1 : Abstrak artikel hasil penelitian tentang mengurangi konsep diri negative menggunakan teknik *assertive training* pada siswa kelas x SMA PGRI 1 Tumijajar.
- Lampian 2 : Abstrak artikel hasil penelitian tentang efektivitas teknik *assertive training* untuk meningkatkan konsep diri positif pada siswa kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.
- Lampian 3 : Abstrak artikel hasil penelitian tentang layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dalam menangani konsep diri negative pada peserta didik
- Lampian 4 : Abstrak artikel hasil penelitian tentang pengaruh *assertiveness training* terhadap konsep diri pada siswa kelas x di SMK Bandar Lampung.
- Lampian 5 : Abstrak artikel hasil penelitian tentang pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kemampuan asertivitas siswa SMPN Kota Bengkulu