

**IMPLEMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK
MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA
DI SMA NEGERI 1 DELIMA**

SKRIPSI

Diajukan Oleh

SUCI OCHTAVIANI

NIM. 170213101

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling**



**PR FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
2022/2023**

**IMPLEMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK
MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SIWA DI SMA
NEGERI 1 DELIMA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK)
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Ilmu Pendidikan

Oleh

SUCI OCHTAVIANI

NIM. 170213101

**Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
Prodi Bimbingan dan Konseling**

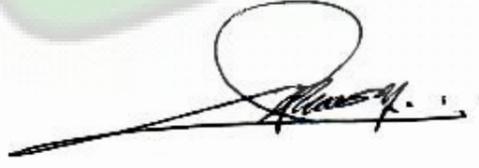
Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Markhlis, M.Pd

NIP. 197211102007011050


Mahdi, M. Ag

NUK. 202102080719831272

**IMPLEMENTASI LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL UNTUK
MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA DI SMA
NEGERI 1 DELIMA**

SKRIPSI

Telah Diuji oleh Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dan Dinyatakan Lulus
Serta Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi Program Sarjana (S-1)
Dalam Ilmu Bimbingan Konseling

Pada Hari/Tanggal:

Rabu, 21 Desember 2022 M
27 Jumadil Awal 1444 H

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,



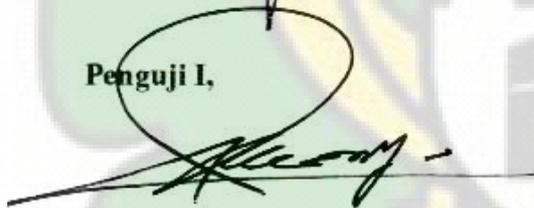
Mukhlis, S.T., M.Pd
NIP. 197211102007011050

Sekretaris,



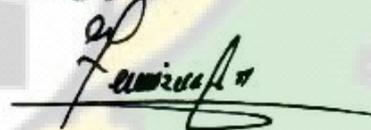
Irman Siswanto, S. Pd.I
NUK. 201801080819891071

Penguji I,



Mahdi, S. Pd.I., M. Ag
NUK. 202102080719831272

Penguji II,



Evi Zuhara, M.Pd
NIP. 198903122020122016

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry
Darussalam Banda Aceh



Prof. Safriz Muluk, S. Ag., M.A., M.Ed., Ph.D
NIP. 197301021997031003



LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH/SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Suci Ochtaviani
NIM : 170213101
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Judul Skripsi : Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima.

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan skripsi ini, saya:

1. Tidak menggunakan ide orang lain tanpa mampu mengembangkan dan mempertanggungjawabkan;
2. Tidak melakukan plagiasi terhadap naskah karya orang lain;
3. Tidak menggunakan karya orang lain tanpa menyebutkan sumber ahli atau tanpa izin tanpa pemilik karya;
4. Tidak memanipulasi dan memalsukan data;
5. Mengerjakan sendiri karya ini dan mampu bertanggungjawab atas karya ini.

Bila dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan telah melalui pembuktian yang dapat dipertanggungjawabkan dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap dikenai sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Banda Aceh, 16 Desember 2022
Yang Menyatakan,



Suci Ochtaviani
NIM. 170213101

ABSTRAK

Nama : Suci Ochtaviani
NIM : 170213101
Fakultas/Prodi : Fakultas Tarbiyah dan keguruan / Bimbingan Konseling
Judul : Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima.
Pembimbing I : Mukhlis, S.T., M.Pd.
Pembimbing II : Mahdi, S.Pd.I., M.Ag.
Kata Kunci : Layanan Konseling Individual, Komunikasi Interpersonal, Teknik *Assertive Training*.

Komunikasi merupakan aktivitas dasar manusia, dengan komunikasi manusia dapat berhubungan satu sama lain. Hubungan sosial akan terjalin dengan baik apabila didalamnya terdapat komunikasi interpersonal. Namun yang terjadi di SMA Negeri 1 Delima masih banyak siswa yang mengalami kesulitan komunikasi interpersonal seperti malu dalam memberikan atau mengemukakan pendapat, memiliki perilaku komunikasi yang kurang baik terhadap teman di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana komunikasi interpersonal siswa sebelum diberikan layanan konseling individual melalui teknik *assertive training*, sesudah diberikan layanan konseling individual melalui teknik *assertive training* dan perbedaan sesudah dan sebelum diberikan layanan konseling individual melalui teknik *assertive training*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang berbentuk *One Group Pre-Test Post-Test*. Populasi yang diambil berjumlah 29 siswa dengan sampel penelitian berjumlah 5 siswa yang memiliki komunikasi interpersonal rendah. Teknik pengumpulan data yang digunakan angket (*kuesioner*) untuk mengukur komunikasi interpersonal siswa. Teknik analisis yang digunakan adalah uji normalitas, uji-t, dan uji N-Gain. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa layanan konseling individual melalui teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa SMA Negeri 1 Delima.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya serta taufik dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan para pengikut sampai hari kiamat nanti. Penulisan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada program Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Judul yang penulis ajukan adalah **“Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Negeri 1 Delima”**

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Safrul Muluk, S.Ag., M.Ed., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
2. Ibu Muslimah, M.Ed selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
3. Bapak Tabrani ZA, S.Pd.I, M.S.I., M.A selaku penasehat akademik yang selalu bijaksana memberikan bimbingan serta nasehat selama penulis menempuh pendidikan di perguruan tinggi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

4. Bapak Mukhlis, M.Pd selaku pembimbing I yang selalu bijaksana memberikan bimbingan, nasehat, serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi ini.
5. Bapak Mahdi, M.Ag. selaku pembimbing II yang selalu mencurahkan perhatian, bimbingan, nasehat, serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi ini.
6. Seluruh dosen beserta staf prodi bimbingan dan konseling UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu selama mengikuti perkuliahan sampai akhir penulisan skripsi.
7. Bapak Kasiyan dan ibu Jamilah selaku orang tua penulis yang selalu mendukung, mendoakan dan memberikan motivasi serta kasih sayang yang tulus kepada penulis yang tidak pernah bisa tergantikan atas jasa-jasa yang telah diberikan.
8. Ibu Ir. Syarifah Rahmi selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Delima yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Delima.
9. Ibu Dra. Zunuraini dan Ibu Raihan R, S.Pd. I selaku guru BK SMA Negeri 1 Delima yang telah memberikan arahan, bimbingan dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat seperjuangan Sri Handayani Tumangger, Nadia Wirja, Riska Salsabila, Juita Sari dan Ustadzah Abidah yang telah memberikan dorongan, semangat, motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

11. Teman-teman seangkatan 2017 BK FTK UIN Ar-Raniry Banda Aceh yang telah banyak memberikan semangat, motivasi kepada penulis serta semua pihak yang telah banyak membantu penulis yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda pada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis serahkan segalanya mudah-mudahan dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umunya bagi kita semua.

Banda Aceh, 16 Desember 2022
Penulis,

Suci Ochtaviani
NIM. 170213101



DAFTAR ISI

| | |
|---|------------|
| HALAMAN SAMPUL JUDUL | |
| LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING | |
| LEMBAR PENGESAHAN SIDANG | |
| LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN | |
| ABSTRAK | |
| KATA PENGANTAR | i |
| DAFTAR ISI..... | iv |
| DAFTAR TABEL | vi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | vii |
| | |
| BAB I: PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 7 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 7 |
| D. Hipotesis Penelitian | 8 |
| E. Manfaat Penelitian..... | 8 |
| F. Definisi Operasional | 9 |
| | |
| BAB II: LANDASAN TEORI..... | 13 |
| A. Layanan Komseling Individual | 13 |
| 1. Pengertian Konseling Individual | 13 |
| 2. Tujuan Konseling Individual..... | 15 |
| 3. Tahapan-tahapan Konseling Individual..... | 18 |
| 4. Asas-asas Konseling Individual..... | 20 |
| B. Komunikasi Interpersonal..... | 22 |
| 1. Pengertian Komunikasi Interpersonal | 22 |
| 2. Tujuan Komunikasi Interpersonal..... | 24 |
| 3. Indikator Komunikasi Interpersonal yang Efektif..... | 28 |
| C. Teknik <i>Assertive Training</i> | 30 |
| 1. Pengertian Teknik <i>Assertive Training</i> | 31 |
| 2. Tujuan Teknik <i>Assertive Training</i> | 31 |
| 3. Prosedur Teknik <i>Assertive Training</i> | 32 |
| 4. Kelebihan dan Kelemahan Teknik <i>Assertive Training</i> | 34 |
| | |
| BAB III: METODE PENELITIAN..... | 35 |
| A. Rancangan Penelitian..... | 35 |
| B. Populasi dan Sampel Penelitian..... | 36 |
| C. Instrumen Pengumpulan Data..... | 38 |
| 1. Validitas Instrumen..... | 40 |

| | |
|--|-----------|
| 2. Realibilitas Instrumen..... | 43 |
| D. Teknik Pengumpulan Data..... | 44 |
| E. Teknik Analisis Data..... | 45 |
| BAB IV: HASIL PENELITIAN PENELITIAN..... | 50 |
| A. Hasil Penelitian..... | 50 |
| 1. Penyajian Data..... | 50 |
| 2. Deskripsi Komunikasi Interpersonal Siswa SMA negeri 1 Delima Sebelum diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 50 |
| 3. Deskripsi Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima Sesudah diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 55 |
| 4. Perbedaan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima Sebelum dan Sesudah diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 57 |
| 5. Profil Komunikasi Interpersonal Siswa Berdasarkan Aspek dan Indikator..... | 57 |
| 6. Pengolahan Data..... | 60 |
| B. Pembahasan Data Penelitian..... | 66 |
| 1. Pembahasan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA negeri 1 Delima Sebelum diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 66 |
| 2. Pembahasan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA negeri 1 Delima Sesudah diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 68 |
| 3. Pembahasan Implementasi Layanan Konseling Individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA Negeri 1 Delima..... | 69 |
| BAB V: PENUTUP..... | 80 |
| A. Kesimpulan..... | 80 |
| B. Saran..... | 80 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 73 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP | |

DAFTAR TABEL

| | | |
|------------|---|----|
| Tabel 3.1 | <i>Pre-test dan Post-test One Group Desain</i> | 36 |
| Tabel 3.2 | Kisi-kisi Instrumen Komunikasi Interpersonal Siswa. | 38 |
| Tabel 3.3 | <i>Rumus Validitas Instrumen</i> | 41 |
| Tabel 3.4 | Skor t_{hitung} dan t_{tabel} Hasil Uji Validitas Butir Item. | 41 |
| Tabel 3.5 | Hasil Validitas dan NonValiditas Pernyataan | 43 |
| Tabel 3.6 | <i>Rumus Cronbach's Alpha</i> | 44 |
| Tabel 3.7 | Hasil Uji Reliabilitas Instrumen. | 44 |
| Tabel 3.8 | Skor Alternatif Jawaban..... | 46 |
| Tabel 3.9 | Kriteria Nilai Indeks Gain. | 49 |
| Tabel 4.1 | Kategori Komunikasi Interpersonal Siswa | 50 |
| Tabel 4.2 | Persentase Komunikasi Interpersonal Siswa SMAN 1 Delima | 51 |
| Tabel 4.3 | Skor <i>Pre-test</i> sebelum diberikan Layanan Konseling individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 52 |
| Tabel 4.4 | Skor <i>Post-test</i> sebelum diberikan Layanan Konseling individual Melalui Teknik <i>Assertive Training</i> | 56 |
| Tabel 4.5 | Hasil Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> | 57 |
| Tabel 4.6 | Profil Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA Negeri 1 Delima Berdasarkan Indikator dan Sub Indikator | 58 |
| Tabel 4.7 | Hasil Uji Normalitas. | 61 |
| Tabel 4.8 | Uji T Berpasangan <i>Pre-test</i> dan <i>post-test</i> | 62 |
| Tabel 4.9 | Persentase Rata-rata Nilai N-Gain..... | 63 |
| Tabel 4.10 | Hasil Uji N-Gain pada Indikator Komunikasi Interpersona. | 64 |

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1: SK Pembimbing Skripsi
- Lampiran 2: Surat Ilmiah Penelitian Mahasiswa
- Lampiran 3: Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan
- Lampiran 4: Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 5: Hasil Judgment Instrumen
- Lampiran 6: Instrumen Penelitian
- Lampiran 7: Hasil Validitas Instrumen
- Lampiran 8: Hasil Reabilitas Instrumen
- Lampiran 9: Rencana Pelaksanaan Layanan
- Lampiran 10: Hasil Perhitungan Uji-t
- Lampiran 11: Hasil Perhitungan N-Gain
- Lampiran 12: Dokumentasi
- Lampiran 13: Riwayat Hidup



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk sosial pasti tidak pernah lepas dari kegiatan komunikasi untuk mempertahankan hidup. Menurut Dasrun Hidayat yang dikutip dari Mulyana, manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan manusia lain untuk mempertahankan hidupnya, sejak pertama manusia dilahirkan manusia sudah melakukan kegiatan komunikasi.¹ Beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi pada peserta didik yaitu faktor *internal* dan faktor *eksternal*. Faktor *internal* merupakan yang berasal dari dalam individu, meliputi intelegensi, kepribadian serta kondisi fisik dan lain-lain. Sedangkan faktor *eksternal* merupakan faktor yang berasal dari luar individu, meliputi pola asuh orang tua, lingkungan sekolah maupun masyarakat.²

Komunikasi interpersonal pada hakikatnya merupakan salah satu bentuk dari komunikasi pribadi. Komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal. Komunikasi interpersonal sangat potensial untuk menjalankan fungsi instrumental sebagai alat untuk mempengaruhi atau membujuk orang lain, karena kita dapat menggunakan kelima alat indera kita untuk mempertinggi daya bujuk pesan yang kita komunikasikan kepada komunikan kita. Sebagai komunikasi yang

¹ Dasrun Hidayat, *Komunikasi Antarpribadi dan Mediana*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2012), h.24.

² Yahya AD, Winarsih, *Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Cermin Kabupaten Pesawaran*, *Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, Vol. 03, No. 1. Th. 2016, h. 41.

paling lengkap dan paling sempurna, komunikasi antarpribadi berperan penting hingga kapanpun, selama manusia masih mempunyai emosi. Kenyataannya komunikasi tatap-muka ini membuat manusia merasa lebih akrab dengan sesamanya, berbeda dengan komunikasi lewat media massa seperti surat kabar, televisi, ataupun lewat teknologi tercanggihpun.³

Komunikasi antarpribadi merupakan komunikasi antara dua orang atau lebih secara bertatap muka, yang memiliki kemungkinan setiap pesertanya menangkap reaksi dari pesan yang disampaikan sang komunikator secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal. Meski komunikasi antarpribadi menjadi kegiatan yang dominan dalam kehidupan kita sehari-hari, tapi sulit memberi penjelasan yang sesuai yang diharapkan dapat diterima oleh berbagai pihak. Seperti layaknya berbagai konsep yang ada dalam ilmu sosial lainnya, komunikasi antarpribadi juga memiliki penjelasan dari para ahli yang bergerak dibidang komunikasi yang berbeda.⁴

Siswa yang memiliki kekurangan komunikasi interpersonal inilah sangat mengkhawatirkan guru yang mengajar dikelas, apa mereka sudah paham dengan pelajaran atau belum, karena ketika ditanya mereka tidak mau menjawab dan tidak mau bertanya. Melihat fenomena yang terjadi tersebut penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai tingkah laku yang ada pada siswa yang mengalami komunikasi interpersonal tersebut. Adapun upaya yang ingin

³Widya P.Pontoh, *Peranan Komunikasi Interpersonal Guru dalam Meningkatkan Pengetahuan Anak*, Journal "Acta Diurna" Vol I, No.I, Th. 2013, h. 2-3.

⁴Elva Ronaning Roem, Sarmiati, *Komunikasi Interpersona*, (Purwokerto: CV IRIDH, 2017), h. 1.

dilakukan pada permasalahan siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah ini dengan menggunakan layanan konseling individual.

Konseling individu adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru BK dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalah.⁵ Biasanya selama proses konseling perorangan pembahasan masalah yang sedang dihadapi oleh klien dalam rangka pengentasan permasalahan pribadi klien, adanya konseling perorangan maka pikiran, perasaan dan sikap menjadi semakin terarah.⁶

Konseling individual berlangsung dalam suasana komunikasi atau tatap muka secara langsung antara guru BK dan siswa, yang membahas berbagai masalah yang dialami klien. Pembahasan permasalahan dalam konseling perorangan bersifat *holistic* dan mendalam serta menyentuh hal-hal penting dalam diri klien, tetapi juga bersifat spesifik menuju kearah pemecahan masalah. Melalui konseling individual klien akan memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, serta permasalahan yang dialaminya.⁷

Adapun teknik yang digunakan dalam layanan konseling individual ini menggunakan teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* merupakan penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu-individu dalam

⁵Junaidi Zultoni, Farida herna Astuti, *Pengaruh Layanan Koneling Individu Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas XI Di SMAN 2 Pringgarata*, Jurnal Pedagogy, Vol. 3, No. 1. Th. 2016, h. 46.

⁶Geandra Ferdiansa, Yeni Karneli, *konseling Individual Menggunakan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa*, Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, Vol. 3, No. 3. Th. 2021, h. 849.

⁷Rendicka Mayang Nira Shanty, *Pelaksanaan Layanan Konseling Individu di SMPN Se-Kecamatan Bangsa Mojokerto*, Jurnal BK UNESA, Vol. 03, No. 01. Th. 2013, h. 39.

mengembangkan cara-cara berhubungan yang langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya ialah memperatekkan melalui permainan peran, kecakapan-kecakpan bergaul yang baru diperoleh, sehingga individu diharapkan mampu mengatasi ketidak memadainya dan belajar mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu.⁸

Berdasarkan dari hasil observasi yang peneliti lakukan di SMA Negeri 1 Delima Kabupaten Pidie ditemukan beberapa siswa yang memiliki permasalahan dalam komunikasi interpersonalnya. Hal ini dapat dilihat berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan yang menggambarkan banyak siswa yang malu dalam memberikan atau mengemukakan pendapat, memiliki prilaku komunikasi yang kurang baik terhadap teman di sekelas. Kondisi belajar menjadi acuh tak acuh, dan terdapat peserta didik yang tidak terbuka dalam mengungkapkan masalah yang dialaminya kepada guru bimbingan konseling karena adanya perasaan malu, sungkan dan tidak percaya diri, siswa tidak berani untuk menanyakan apa yang tidak dipahami dan tidak mau bertanya kepada teman. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengangkat judul “Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMAN 1 Delima”

Penelitian terdahulu menjadi salah satu acun penulis dalam melakukan penelitian sehingga penulis dapat memperkaya teori yang digunakan dalam mengkaji penelitian yang dilakukan. Dari penelitian terdahulu, penulis mengangkat beberapa penelitian sebagai referensi dalam memperkaya bahan

⁸Purwaningsing, dkk, *Teknik Assertive training dalam Penurunan Prilaku Kekerasan pada Psien Skizoprenia di RS. Jiwa Prof. Dr. Muhammad Idrem Medan*, Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam / Medan, Vol.6, No. 1. Juni 2021, h. 74.

kajian pada penelitian penulis. Berikut merupakan penelitian terdahulu dari beberapa jurnal terkait dengan penelitian yang dilakukan penulis.

Penelitian terdahulu dilakukan oleh Oktafiana Dewi Kusuma, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Jurusan Bimbingan Konseling Islam tahun 2015, yang berjudul “Layanan Konseling Individual dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa di MAN Yogyakarta III”. Skripsi ini membahas tentang proses pelaksanaan layanan konseling individual yang meliputi perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, analisis hasil evaluasi, tindak lanjut dan laporan yang dilaksanakan oleh guru BK dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di MAN Yogyakarta III.

Dalam skripsi ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif, dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana proses pelaksanaan konseling individual dalam mengatasi kesulitan belajar di MAN Yogyakarta III. Hasil dari penelitian ini adalah proses pelaksanaan konseling individual dalam melaksanakan kesulitan belajar di MAN Yogyakarta III secara keseluruhan berjalan dengan baik dan tersusun. Hal tersebut dilihat dari terpenuhinya indikator pelaksanaan konseling individual pada umumnya.⁹

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Marti Yoan Tutiona, dkk pada tahun 2016 dengan judul “Upaya Mengurangi Prilaku Membolos melalui Konseling Individual dengan Teknik Behavior Contract pada Siswa SMP Negeri 6 Palu”. Dari hasil penelitian ini bahwa penelitian tindakan konseling individual dengan

⁹ Oktafiana Dewi Kusuma, *Layanan Konseling Individual dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa di MAN Yogyakarta III, Skripsi*, (Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2015).

teknik behaviour contract dapat mengurangi perilaku membolos siswa SMP Negeri 6 Palu.¹⁰

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Yahya AD, Winarsih pada tahun 2016 dengan judul “Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Cermin Kabupaten Pesawaran”. Dari hasil penelitian ini bahwa komunikasi interpersonal peserta didik di SMA Negeri 2 Padang Cermin dapat ditingkatkan melalui layanan pribadi-sosial. Layanan bimbingan pribadi-sosial efektif dapat meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik kelas XI SMA Negeri 2 Padang Cermin Kabupaten Pesawaran.¹¹

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Putu Ari Dharmayanti pada tahun 2013 dengan judul “Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK Negeri 1 Seririt”. Dari hasil penelitian ini bahwa selama pelatihan teknik role playing dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMK jurusan Akomodasi perhotelan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa setelah diberi pelatihan teknik role playing siswa telah merasakan perubahan terhadap keterampilan komunikasi interpersonalnya.¹²

Beberapa dari hasil tinjauan pustaka penelitian yang telah penulis teliti, menjelaskan bahwa sebelumnya tidak ada penelitian maupun karya ilmiah yang meneliti tentang Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk

¹⁰ Marti Yoan Tutona, dkk. *Upaya Mengurangi Prilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu*. Jurnal Konseling dan Psikoedukasi, Vol. 1, No. 1, Juni 2016, h. 76

¹¹ Yahya AD, Winarsih, *Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Cermin Kabupaten Pesawaran*, Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), Vol. 03, No. 1, Th. 2016, h. 53.

¹² Putu Ari Dharmayanti, *Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK*. Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, Vol. 46, No. 3, Oktober 2013, h. 263.

Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Negeri 1 Delima. Disini sangat terlihat perbedaannya dengan penelitian-penelitian sebelumnya, maka penulis melakukan penelitian yang terfokus kepada proses pelaksanaan layanan konseling individual untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa di SMA Negeri 1 Delima.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah konseling individual dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa di SMA Negeri 1 Delima?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan bertujuan “Untuk mengetahui apakah konseling individual dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa di SMA Negeri 1 Delima”.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban atau dugaan sementara terhadap masalah yang masih bersifat praduga dan masih harus dibuktikan kebenarannya melalui data yang terkumpul.¹³

Ha : Konseling Individual dapat meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa

Ho : Konseling Individual tidak dapat meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa

¹³Sugiono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 213.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam mengembangkan penelitian terkait dengan pelaksanaan”Implementasi Layanan Konseling Individual untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima”
2. Manfaat Praktis
 - a. Siswa
Hasil penelitian diharapkan dapat membantu menyelesaikan masalah siswa dan untuk mengetahui pentingnya komunikasi interpersonal bagi siswa.
 - b. Guru
Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi guru.

F. Definisi Operasional

Untuk menghindari kekeliruan dan kesalah pahaman perlu kiranya penulis membatasi istilah yang terdapat dalam judul skripsi ini yaitu:

1. Konseling Individual

Konseling adalah kegiatan dimana semua fakta dikumpulkan dan semua pengalaman siswa difokuskan pada masalah tertentu untuk diatasi oleh yang bersangkutan, dimana ia diberi bantuan pribadi dan langsung dalam pemecahan masalah itu, konselor tidak memecahkan masalah untuk klien,

konseling harus ditujukan pada perkembangan yang progresif dari individu untuk memecahkan masalah-masalahnya sendiri tanpa bantuan.¹⁴

Konseling individual yaitu pertemuan antara konselor dengan seorang klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa rapor, dan konselor berupaya memberi bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi permasalahan yang sedang dihadapi.¹⁵

Menurut Sofyan S. Willis konseling individual yaitu bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, mampu mengatasi masalah sendiri dan dapat menyesuaikan diri secara positif.¹⁶

Layanan konseling individual yang dimaksud dalam penelitian ini adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor (guru BK) kepada klien (siswa) untuk mengatasi masalah yang dialami oleh klien (siswa).

2. Komunikasi Interpersonal

Komunikasi antarpribadi adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal atau non-verbal. Bentuk khusus dari komunikasi antarpribadi adalah komunikasi diadik yang melibatkan

¹⁴ Bimo Walgito, *Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)*, (Yogyakarta: CV. ANDI OFFSET, 2010), h. 99-100.

¹⁵ Muhammad Husni, *Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme*, Al-Ibrah, Vol. 2, No. 2 Desember 2017, h. 63.

¹⁶ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 34.

hanya dua orang. Contohnya seperti suami istri, dua sejawat, dua sahabat dekat, guru-murid, dan sebagainya.¹⁷

Agus M.Hardjana mengatakan komunikasi antarpribadi ialah interaksi yang berlangsung tatap muka antara dua orang atau beberapa orang, dimana pengirim pesan dapat menyampaikan pesan secara langsung dan penerima pesan juga dapat menerima lalu menanggapi pesan secara langsung juga. Pendapat yang hampir serupa disampaikan oleh Deddy Mulyana bahwa komunikasi interpersonal atau komunikasi antarpribadi ialah komunikasi antara orang-orang secara langsung atau bertatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi dari pesan yang disampaikan secara langsung, baik secara verbal maupun non-verbal.¹⁸

Komunikasi yang dimaksud disini ialah dimana adanya siswa yang malu dalam memberikan atau mengemukakan pendapat, memiliki perilaku komunikasi yang kurang baik terhadap teman di sekelas. Kondisi belajar menjadi acuh tak acuh, dan terdapat peserta didik yang tidak terbuka dalam mengungkapkan masalah yang dialaminya kepada guru bimbingan konseling karena adanya perasaan malu, sungkan dan tidak percaya diri, siswa tidak berani untuk menanyakan apa yang tidak dipahami dan tidak mau bertanya kepada teman.

¹⁷ Mubarak, Made Dwi Andjani. *Komunikasi Antarpribadi dalam Masyarakat Majemuk*, (Jakarta: 2014), h. 74.

¹⁸ Elva Ronaning Roem, Sarmiati, *Komunikasi Interpersona*, (Purwokerto: Cv IRIDH, 2017), h. 1-2.

3. Teknik *Assertive Training*

Teknik *assertive training* adalah suatu proses pemberian bantuan agar seseorang dapat memahami tentang asertif untuk dapat mengembangkan dirinya sehingga mampu menyampaikan apa yang sedang dirasakannya dan apa yang diinginkannya.¹⁹

Teknik *assertive training* yaitu teknik yang di gunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan konseli secara terus menerus untuk menyesuaikan dirinya dengan tingkah yang sesuai dengan norma. Assertifitas merupakan suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak dan perasaan orang lain.²⁰

¹⁹ Rizky Ananda, dkk, *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Broken Home di Kelas XI MAN 4 Banjar*, Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : erbeda, Bermakna, Mulia, Vol. 8, No. 1, Th. 2022.

²⁰ An-Nur Pasha Ramadhan, dkk, *Pengaruh Teknik Assertive Training terhadap Rasa Percaya Diri Siswa*, *Bulletin Of Counseling and Psychoterapy*, Vol. 4, No. 3, Th. 2022.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Layanan Konseling Individual

Sub bahagian pada bab ini ada empat aspek yang akan dibahas secara konsep yaitu: (1) Pengertian Konseling Individual, (2) Tujuan Konseling Individual, (3) Tahapan-tahapan Konseling Individual, (4) Asas-asas Konseling Individual.

1. Pengertian Konseling Individual

Secara etimologis istilah konseling berasal dari bahasa latin *consilium* yang berarti dengan atau bersama yang dirangkai dengan menerima atau memahami.²¹ Konseling adalah suatu proses yang terjadi dalam hubungan seseorang dengan seseorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien memecahkan kesulitannya.²²

Menurut Cavanaugh dalam buku bimbingan & konseling “konseling individual adalah suatu hubungan antara pemberi bantuan yang terlatih dengan seseorang yang mencari bantuan yang diberikan berupa keterampilan dan penciptaan suasana yang membantu orang lain agar dapat belajar untuk berhubungan dengan dirinya sendiri dan orang lain melalui cara-cara yang lebih tumbuh dan produktif.²³ Misalnya pihak yang memberi bantuan (konselor) adalah

²¹ Daryanto, Mohammad Farid, *Bimbingan Konseling Panduan Guru BK dan Guru Umum*, (Yogyakarta: PENERBIT GAVA MEDIA, 2015), h. 4.

²² Sarwono, *Psikologi Sosial*, (Jakarta: Bali Pustaka, 2002), h. 297.

²³ Bambang Ismaya, *Bimbingan & Konseling: studi, Karier, dan Keluarga*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2015), h. 54

seseorang yang terlihat secara professiona, yaitu memiliki pendidikan secara akademik serta pengalaman secara professional.

Menurut Prayitno dan Erman Amti konseling individual merupakan proses pemberian bantuan yang di lakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada individu yang sedang mengalami masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh individu tersebut.²⁴

Layanan konseling individual adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik yang mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing/konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya. Menurut Dewa Ketut Sukardi konseling individual atau yang sering disebut konseling *non-dierective*, yaitu yang memberikan suatu gambaran bahwa proses konseling yang menjadi pusatnya adalah konseli, dan ukan konselor. Karena itu dalam proses konseling ini kegiatan sebagian besar diletakkan dipundak konseli itu sendiri. Dalam pemecahan masalah, maka konseli itu didorong oleh konselor untuk mencari serta menemukan cara yang baik dalam pemecahan masalahnya.²⁵

Layananan konseling perorangan yaitu layanan bimbingan dan konseling yang membantu peserta didik dalam mengentaskan masalah pribadinya melalui prosedur perseorangan.²⁶ Konseling individual merupakan suatu pertalian timbal balik antar dua orang individu yaitu satu konselor membantu satu orang lain

²⁴ Bambang Ismaya, *Bimbingan & Konseling...*, h. 6.

²⁵ Busmayaril, Efi Umairoh, *Mengatasi Prilaku Membolos Peserta Didik Menggunakan Konseling Individual*, Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-journal), Vol. 05, No. 1, Th. 2018. h. 36.

²⁶ Daryanto, Mohammad Farid, *Bimbingan Konseling Panduan Guru BK dan Guru...*h. 44.

(*conselee*) supaya ia lebih baik memahami dirinya dalam hubungannya dengan masalah-masalah hidup yang dihadapinya pada waktu itu dan waktu yang akan datang.²⁷

Menurut Willis konseling individual adalah pertemuan konselor dengan konseli secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport* dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.²⁸

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa konseling individual adalah suatu layanan konseling yang diselenggarakan oleh konselor kepada siswanya untuk menyelesaikan suatu masalah yang dihadapi siswa. Jadi konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang mana siswa bertemu dengan konselor secara langsung (*face to face*) dan di dalamnya terjadi interaksi dua arah. Hubungan konseling bersifat pribadi yang menjadikan siswa nyaman dan terbuka untuk mengungkapkan permasalahan yang terjadi.

2. Tujuan Konseling Individual

Konseling individu memiliki dua tujuan yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

a. Tujuan Umum

Tujuan umum layanan konseling individual adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari *life style* serta mengurangi

²⁷ Aminah Diniaty, *Mewaspada Miskonsepsi Nilai Budaya dalam Pelaksanaan Konseling Individual*, Educational Guidance and Counseling Development Journal, Vol. 1, No. 1, Th.2018. h. 4.

²⁸ Marti Yoan Tutiona, dkk. *Upaya Mengurangi Prilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu*. Jurnal Konseling dan Psikoedukasi, Vol. 1, No. 1, Juni 2016. h. 71.

penilaian negative terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi persepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan terhadap tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya.²⁹

Tujuan umum layanan konseling individual adalah pengentasan masalah klien. Dengan demikian fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini. Dengan terentaskannya masalah klien, dia akan lebih mandiri dan mampu mengendalikan diri, sehingga (a) terbebas dari masalah yang membebani dirinya, dan (b) lebih terbuka dalam berperilaku positif kearah kondisi KES (Kehidupan Efektif Sehari-hari).³⁰

b. Tujuan Khusus

Dalam kerangka tujuan umum diatas, terdapat tujuan secara secarakhusus mengenai layanan konseling individual, dan tujuan tersebut dapat dirinci dan dikaitkan secara langsung dengan fungsi-fungsi konseling secara menyeluruh, diantaranya:

- 1) Melalui layanan konseling individual klien memahami seluk beluk permasalahan yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman).
- 2) Pemahaman itu mengarah kepada dekembangkannya persepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya permasalahan secara spesifik (fungsi pengentasan). Pemahaman dan penentasan masalah merupakan focus

²⁹ Henni Syafriana Nasution, Abdillah, *Bimbingan Konseling "Konsep, Teori dan Aplikasinya"*, (Medan: Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPI)), h. 140.

³⁰ Prayitno, *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan dan Kegiatan Pendukung*, (Depok: PT Raja Grafindo Persada, 2018), h. 109.

yang sangat khas, konkret, dan langsung ditangani dalam layanan konseling individual.

- 3) Pemeliharaan dan pengembangan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar Belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai (fungsi pemeliharaan dan pengembangan). Secara tidak langsung layanan konseling individual menjadikan pemeliharaan dan pengembangan potensi dan unsur-unsur positif klien sebagai focus dan sasaran layanan.³¹
- 4) Pengembangan atau pemeliharaan potensi dan unsur-unsur yang ada pada diri klien, diperkuat oleh terentaskannya masalah, akan merupakan kekuatan bagi tercegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami itu, serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan).
- 5) Apabila masalah yang dihadapi oleh klien menyangkut pelanggaran hak-hak yang dimiliki oleh klien sehingga klien merasa teraniaya maka layanan konseking individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (fungsi advokasi). Melalui layanan konseling individual klien memiliki kemampuan untuk membela diri sendiri menghadapi keteraniayaan atas hak-haknya itu.

kelima sasaran yang merupakan wujud dari keseluruhan fungsi konseling itu, secara langsung mengarah kepada dipenuhinya kualitas untuk ber-perikehidupan efektif sehari-hari (KES). Gabungan capaian tujuan umum dan

³¹ Muhammad Husni, *Layana Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme*, Al-Ibrah, Vol. 2, No. 2, Desember 2017. h. 65.

tujuan khusus yang dapat diraih melalui layanan konseling individual memperlihatkan betapa layanan konseling individual dapat disebut sebagai “jantung hati” seluruh pelayanan konseling. Dengan kemampuan layanan konseling individual konselor dapat menjangkau keseluruhan daerah pelayanan konseling.³²

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling individual adalah agar terentasnya masalah yang dihadapi klien. Dengan konseling individual beban konseli diringankan, kemampuan konseli ditingkatkan, dan potensi konseli dikembangkan.

3. Tahap-tahap Konseling Individual

Dari beberapa jenis layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada peserta didik, tampaknya untuk layanan konseling individu merupakan ciri khas dari layanan bimbingan dan konseling. Secara menyeluruh dan umum, proses layanan konseling perorangan terentang dari kegiatan paling awal sampai akhir, dapat dipilih dalam lima tahap, yaitu;

- a. Tahap pengantaran. Termasuk di dalamnya menerima klien, kehangatan, keterbukaan, penerimaan positif, penghargaan, jarak duduk, sikap duduk, kontak mata, ajakan terbuka untuk berbicara dan penstrukturan.
- b. Tahap penjajakan. Termasuk di dalamnya pertanyaan terbuka, konfrontasi, refleksi, suasana diam, dan kontak psikologis.

³² Prayitno, *Konseling Profesional yang Berhasil...*, h.109-110.

- c. Tahap penafsiran. Tahap ini memberikan penjelasan atau pengertian suatu keadaan. Dalam konseling memberikan penafsiran dimaksudkan untuk membantu klien agar dapat memahami kejadian-kejadian dengan memberikan beberapa pandangan yang mungkin berkenaan dengan masalah yang dialaminya.³³
- d. Tahap pembinaan. Termasuk di dalamnya pemberian contoh, pemberian nasehat, keri kosong, relaksasi, desensitisasi dan ahli tangan.
- e. Tahap penilaian. Tahap ini dilakukan untuk Mengetahui capaian hasil layanan, khususnya hasil pembiaan yang telah dilaksanakan pada tahap keempat.³⁴

Berdasarkan penjelasan diatas dapat peneliti simpulkan bahwa, pelaksana konseling individual dibagi menjadi lima tahapan, yaitu: pertama tahap pengantaran, pada tahap ini meliputi menerima klien, kehangatan, keterbukaan, penerimaan positif dan penghargaan, jarak duduk, sikap duduk, kontak mata, ajakan terbuka untuk berbicara dan penstrukturan. Kedua tahap penjajakan, pada tahap ini meliputi pertanyaan terbuka, konfrontasi, refleksi, suasana diam, dan kontak psikologis. Ketiga tahap penafsiran, pada tahapan ini ialah memberikan penjelasan-penjelasan atau pengertian suatu keadaan. Penafsiran dimaksudkan untuk membantu siswa agar dapat memahami kejadian-kejadian dengan memberikan beberapa pandangan yang mungkin berkenaan dengan masalah yang dialami siswa tersebut. Keempat tahap pembinaan, pada tahap ini meliputi

³³ Prayitno, *Buku Seri Bimbingan dan Konseling disekolah Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2004), h. 25.

³⁴ Prayitno, *Konseling Profesional yang Berhasil ...*,h. 15.

pemberian contoh, pemberian nasehat, kuri kosong, relaksasi, desensitisasi dan ahli tangan. Kelima tahap penilaian, pada tahap inilah yang akan menampilkan kebermanfaatan dan efektivitas pelayanan konseling baik dari sisi terjadinya perubahan pada diri peserta, maupun terjalankannya proses kegiatan layanan itu sendiri.

4. Asas-Asas Konseling Individual

Asas berarti dasar (sesuatu yang menjadi tumpuan berfikir atau berpendapat). Dasar cita-cita dan hukum dasar. Asas-asas bimbingan dan konseling merupakan ketentuan-ketentuan yang harus diterapkan dalam penyelenggaraan bimbingan dan konseling.³⁵

Keberhasilan bimbingan dan konseling sangat ditentukan oleh diwujudkannya asas-asas berikut:

a. Asas Kerahasiaan;

Asas kerahasiaan yaitu menuntut dirahasiakannya segenap data dan keterangan tentang peserta didik (klien) yang menjadi sasaran layanan, yaitu data atau keterangan yang tidak boleh dan tidak layak diketahui oleh orang lain.

b. Asas Kesukarelaan;

Asas kesukarelaan yaitu menghendaki adanya kesukaan dan kerelaan peserta didik (klien) mengikuti atau menjalani layanan atau kegiatan yang diperlukan baginya.

³⁵ Erisa Kurniati, *Bimbingan dan Konseling disekolah; Prinsip dan Asas*, Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol. 3, no. 2, Desember 2018. h. 55.

c. Asas Keterbukaan

Asas keterbukaan yaitu menghendaki agar peserta didik (klien) yang menjadi sasaran layanan atau kegiatan bersifat terbuka dan tidak berpura, baik didalam memberikan keterangan tentang dirinya sendiri maupun menerima berbagai informasi dan materi dari luar yang berguna bagi pengembangan dirinya.

d. Asas Keahlian

Asas keahlian yaitu menghendaki agar layanan dan kegiatan bimbingan dan konseling diselenggarakan atas dasar kaidah-kaidah professional. Dalam hal ini, para pelaksana bimbingan dan konseling hendaklah tenaga yang benar-benar ahli dalam bidang bimbingan dan konseling.

e. Asas Kegiatan

Asas kegiatan yaitu menghendaki agar peserta didik (klien) yang menjadi sasaran layanan berpartisipasi secara aktif didalam penyelenggaraan layanan atau kegiatan bimbingan. Contohnya guru pembimbing perlu mendorong peserta didik untuk aktif dalam setiap kegiatan bimbingan dan konseling yang diperuntukkan untuk dirinya.

f. Asas Kekinian

Asas kekinian yaitu menghendaki agar objek-objek sasaran layanan bimbingan dan konseling ialah permasalahan peserta didik (klien) dalam kondisinya sekarang.³⁶

B. Komunikasi Interpersonal

Sub bagian pada bab ini ada tiga aspek yang akan dibahas secara konsep yaitu: (1) Pengertian Komunikasi Interpersonal, (2) Tujuan Komunikasi Interpersonal, (3) Indikator Komunikasi Interpersonal.

1. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Istilah komunikasi atau dalam bahasa Inggris *communication* berasal dari kata Latin *communicatio*, dan bersumber dari kata *communis* yang berarti sama. Sama di sini maksudnya adalah satu makna. Jadi, jika dua orang terlibat dalam komunikasi maka komunikasi akan terjadi atau berlangsung selama ada kesamaan makna mengenai apa yang dikomunikasikan, yakni baik si penerima maupun si pengirim sepaham dari suatu pesan tertentu.³⁷

Menurut Joseph Devito dalam bukunya *The Interpersonal Communication Book*, komunikasi interpersonal adalah proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau di antara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika (*the process of sending and*

³⁶ Syamsu Yusuf, Juntika Nurihsan, *Landasan Bimbingan & Konseling*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), h. 22-23.

³⁷ Mubarak, Made Dwi Andjani, *Komunikasi Antarpribadi dalam Masyarakat Majemuk*, (Jakarta Timur: Dapur Buku, 2014), h. 20.

*receiving messages between two persons, or among a small group of persons, with some effect and some immediate feedback).*³⁸

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi manusia yang di dalamnya ada unsur keakraban dan saling mempengaruhi di antara pihak-pihak yang berkomunikasi. Dalam berkomunikasi interpersonal aspek espektasi pribadi merupakan faktor penting yang mempengaruhi berlangsungnya komunikasi. Pesan yang disampaikan dalam komunikasi interpersonal tidak hanya berupa kata-kata atau pesan verbal, melainkan juga pesan-pesan nonverbal. Oleh karena itu dalam komunikasi interpersonal pesan disampaikan dalam bentuk sentuhan, pandangan mata, mimik wajah atau intonasi dalam penyampaian kata-kata. Dengan begitu pesan yang disampaikan menjadi lebih utuh.

Sebagai contoh, ketika kita bertemu seseorang untuk pertama kali biasanya kita menduga-duga bagaimana watak, kebiasaan, cara berbicara, asal daerah dan tindakan apa yang akan dia lakukan. Hal ini terjadi karena kita belum mencapai tahap hubungan personal dengan mengetahui kondisi lawan bicara kita. Bagi individu yang sudah mencapai tahap hubungan personal maka proses menduga-duga tersebut tidak terjadi karena masing-masing sudah saling mengenal. Kegiatan berkomunikasi yang dilakukan oleh setiap manusia pada tingkatan awalnya adalah komunikasi antarpribadi.³⁹

³⁸ Maria Victoria Awi dkk, *Peranan Komunikasi Antar Pribadi dalam Menciptakan Harmonisasi Keluarga di Desa Kimaam Kabupaten Merauke*, e-journal "Acta Diurna" Vol. V, No.2, Th. 2016, h. 2.

³⁹ Mubarak, Made Dwi Andjani, *Komunikasi Antarpribadi dalam...*, h. 74-75.

Komunikasi interpersonal akan berjalan dengan baik apabila dilakukan dengan beberapa keterampilan. Menurut Suranto AW ada beberapa keterampilan yang harus dikuasai dalam komunikasi interpersonal, diantaranya:

- a. Keterampilan berbicara
- b. Keterampilan bertanya
- c. Keterampilan membuka pintu komunikasi
- d. Keterampilan menjaga sopan santun
- e. Keterampilan meminta maaf pada saat merasa bersalah
- f. Cepat tanggap dan bertanggung jawab
- g. Perhatian dan kepedulian
- h. Memiliki empati
- i. Keterampilan mendengarkan.⁴⁰

Dapat peneliti simpulkan bahwa komunikasi interpersonal ialah komunikasi yang dilakukan oleh dua orang atau sekelompok orang untuk mendapatkan umpan balik, baik secara langsung maupun media.

2. Tujuan Komunikasi Interpersonal

Setelah mengetahui penjelasan tentang komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal dapat kita gunakan dalam beberapa tujuan. Terdapat 6 (enam) tujuan dari komunikasi interpersonal yang rasanya penting untuk kita pelajari bersama, di antaranya:

⁴⁰ Kamaruzzaman, *Analisis Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa*, Jurnal Konseling GUSJIGANG, Vol. 2, No. 2, Desember 2016, h. 204.

a. Mengenal diri sendiri dan orang lain.

Salah satu cara agar kita dapat mengenali diri kita sendiri adalah dengan melakukan komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal memberi kesempatan bagi kita untuk memperbincangkan tentang diri kita sendiri. Dengan membicarakan diri kita sendiri kepada orang lain dapat memunculkan pandangan baru tentang diri kita yang belum kita kenali sejauh ini. Dengan itu juga kita dapat lebih memahami tentang sikap dan perilaku kita selama ini.

Dengan mempelajari komunikasi antarpribadi kita juga sekaligus belajar memahami lebih dalam dan bagaimana kita dapat membuka diri terhadap orang lain. Dapat diartikan kita tidak diharuskan menceritakan segala kehidupan kita kepada orang lain. Selain itu kita juga dapat menilai sikap, nilai, dan perilaku seseorang serta dapat memprediksi tindakannya.

Maksud dari mengenal diri sendiri dan orang lain diatas adalah untuk memberikan kesempatan untuk memperbincangkan diri sendiri dan belajar sejauh mana harus membuka diri kepada orang lain.

b. Mengetahui dunia luar.

Komunikasi interpersonal juga dapat membuat kita memahami lingkungan dengan baik, yaitu tentang objek, peristiwa, dan orang lain. Tidak dapat kita bantah, bahwa banyak informasi yang kita dapat hingga saat ini berasal dari komunikasi interpersonal.

Walaupun ada orang yang berpendapat informasi yang kita dapat sejauh ini berasal dari media massa, tapi informasi tersebut sering dibicarakan

melalui interaksi antarpribadi. Biasanya obrolan kita dengan teman, keluarga, dan orang lain berasal dari berita-berita dan acara-acara media massa (majalah, radio, surat kabar, dan TV). Hal ini menjelaskan bahwa dengan interaksi kita dengan orang lain, kita membicarakan hal-hal yang tengah diberitakan oleh media massa. Namun tetap saja, perilaku kita berasal dari nilai, sikap, dan lainnya lebih terpengaruh dari komunikasi interpersonal, bukan dari media massa dan pendidikan formal.

Maksud dari mengetahui dunia luar adalah untuk memahami lingkungan secara baik yaitu tentang objek dan kejadian-kejadian yang dialami oleh orang lain.

c. Menciptakan dan memelihara hubungan.

Manusia diciptakan sebagai makhluk individu sekaligus makhluk sosial. Akibatnya, dalam kehidupan sehari-hari orang cenderung menciptakan dan memelihara hubungan dekat dengan orang lain. Tentu saja kita tidak ingin terisolasi dan ditinggalkan oleh masyarakat sehingga kita jadi hidup sendiri. Justru sebaliknya, kita ingin merasakan dicintai dan disukai, kita tidak ingin membenci maupun dibenci orang lain.

Oleh karena itu, banyak waktu yang dapat kita gunakan untuk mencapai tujuan komunikasi interpersonal yaitu menciptakan dan memelihara hubungan sosial dengan orang lain. Tujuan lebih lanjutnya yaitu membantu mengurangi kesepian dan ketegangan serta membuat kita lebih positif terhadap diri kita sendiri.

Maksud dari menciptakan dan memelihara hubungan adalah untuk menciptakan dan memelihara hubungan sosial dengan orang lain, mengurangi kesepian, dan ketegangan membuat merasa lebih positif tentang diri sendiri.

d. Mengubah sikap dan perilaku.

Dalam komunikasi antarpribadi kita sering berupaya menggunakan sikap dan perilaku orang lain. Kita menginginkan seseorang memilih suatu cara tertentu, membaca buku, mendengarkan musik genre terbaru, memberi suatu barang, mencoba makanan baru, berfikir dengan cara tertentu, menonton bioskop, percaya bahwa sesuatu baik dan tidak baik, dan sebagainya. Singkatnya kita banyak mempergunakan waktu untuk mempersuasi orang lain melalui komunikasi interpersonal.

Maksud mengubah sikap dan perilaku adalah untuk mempersuasi (mempengaruhi dan meyakinkan orang lain) melalui komunikasi interpersonal.

e. Bermain dan mencari hiburan.

Bermain bisa dikatakan segala kegiatan untuk menciptakan kesenangan. Contohnya seperti bercerita dengan teman tentang liburan, dan pembicaraan-pembicaraan lainnya yang hampir menyamai yang bertujuan untuk hiburan.

Sering sekali tujuan yang satu ini dianggap tidak penting. Tapi sebenarnya komunikasi ini sangatlah penting. Karena dapat memberi suasana yang lepas dari keseriusan, kejenuhan, ketegangan, dan sebagainya.

Maksud bermain dan mencari hiburan disini adalah untuk memperoleh kesenangan karena bisa memberi suasana yang lepas.

f. Membantu orang lain

Beberapa contoh profesi yang bersifat menolong orang lain di antaranya: Psikiater, psikolog klinik, dan ahli terapi. Pekerjaan tersebut sebagian besar dikerjakan dengan komunikasi interpersonal. Sama halnya dengan kita memberi nasihat dan saran kita pada teman-teman kita yang sedang dihadapkan dengan masalah dan sedang berusaha menyelesaikan masalah tersebut. Contoh di atas menggambarkan bahwa salah satu tujuan dari komunikasi antarpribadi adalah membantu orang lain.⁴¹

Maksud membantu orang lain disini adalah untuk membantu dan menolong orang lain mengubah sikap dan perilaku, serta dapat mengenal diri sendiri.

3. Indikator Komunikasi Interpersonal yang Efektif

Komunikasi yang efektif adalah komunikasi yang mampu menghasilkan perubahan sikap (attitude change) pada orang yang terlintas dalam komunikasi. Atau dapat dikatakan komunikasi yang efektif merupakan saling bertukar informasi, ide, kepercayaan, perasaan dan sikap antara dua orang yang hasilnya sesuai dengan harapan. Menurut Devito, komunikasi interpersonal yang efektif memiliki indikator sebagai berikut:

⁴¹ Elva Ronaning Roem, Sarmiati, *Komunikasi Interpersonal*, (Purwokerto: CV IRIDH, 2017), h. 2-6.

a. Keterbukaan (*openness*)

Keterbukaan adalah kemauan menanggapi dengan senang hati informasi yang diterima di dalam menghadapi hubungan interpersonal. Keterbukaan atau sikap terbuka sangat berpengaruh dalam menumbuhkan komunikasi interpersonal yang efektif.

b. Empati (*empathy*)

Empati adalah merasakan apa yang dirasakan orang lain atau proses ketika seseorang merasakan perasaan orang lain dan menangkap arti perasaan itu kemudian mengkomunikasikannya dengan kepekaan sedemikian rupa hingga menunjukkan bahwa ia sungguh-sungguh mengerti perasaan orang lain itu.

c. Dukungan (*supportiveness*)

Dukungan adalah situasi yang terbuka untuk mendukung agar komunikasi berlangsung efektif. Sikap suportif adalah sikap yang mengurangi sikap defensif (sikap bertahan) dalam komunikasi.

d. Rasa Positif (*positiveness*)

Rasa positif adalah perasaan positif terhadap diri sendiri, kemampuan mendorong orang lain lebih aktif berpartisipasi dan kemampuan menciptakan situasi komunikasi kondusif untuk berinteraksi yang efektif.

e. Kesetaraan (*equality*)

Kesetaraan adalah pengakuan kedua belah pihak saling menghargai, berguna dan mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan.⁴²

Komunikasi antarpribadi akan lebih efektif bila suasananya setara. Artinya, ada pengakuan secara diam-diam bahwa kedua belah pihak menghargai, berguna, dan mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan. Kesetaraan meminta kita untuk memberikan penghargaan positif tak bersyarat kepada individu lain. Liliweri mengatakan bahwa komunikasi antarpribadi sebenarnya merupakan suatu proses sosial dimana orang-orang yang terlibat di dalamnya saling mempengaruhi. Proses saling mempengaruhi ini merupakan suatu proses bersifat psikologis dan karenanya juga merupakan permulaan dari ikatan psikologis antarmanusia yang memiliki suatu pribadi.⁴³

C. Teknik *Assertive Training*

Sub bahagian pada bab ini ada tiga aspek yang akan dibahas secara konsep yaitu: (1) Pengertian Teknik *Assertive Training*, (2) Tujuan Teknik *Assertive Training*, (3) Prosedur Pelaksanaan Teknik *Assertive training*, (4) Kelebihan dan Kelemahan Teknik *Assertive Training*.

⁴²Fauzi Abubakar, *Pengaruh Komunikasi Interpersonal antara Dosen dan Mahasiswa Terhadap Motivasi Belajar dan Prestasi Akademik Mahasiswa*, Jurnal Pekommas, Vol. 18, No. 1, April 2015. h. 54-55.

⁴³Maria Victoria Awi dkk, *Peranan Komunikasi Antar Pribadi dalam Menciptakan Harmonisasi Keluarga di Desa Kimaam Kabupaten Merauke*, e-journal "Acta Diurna" Vol. V, No.2, Th. 2016, h. 2-3.

1. Pengertian Teknik *Assertive Training*

Assertive training merupakan salah satu teknik dalam pendekatan konseling behaviour yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam persaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya.⁴⁴ Teknik *assertive training* adalah teknik yang membantu konseli mengekspresikan perasaan dan pikiran yang ditekan pada siswa lain secara lugas tanpa agresif.⁴⁵

Teknik *assertive training* merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan behavior yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien. *Assertive training* merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan pada individu yang dilanda kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain mendorong dirinya, tidak mampu memberikan pendapat dan cepat tersinggung.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *assertive training* adalah sebuah latihan untuk membantu meningkatkan kemampuan diri seseorang dalam menyampaikan apa yang diinginkan, yang dirasakan, dan dipikirkan orang lain.

2. Tujuan Teknik *Assertive Training*

Lazarus mengemukakan bahwa tujuan dari *assertive training* (latihan asertif) adalah untuk mengkoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah

⁴⁴ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), h. 92.

⁴⁵ Joko Sulistiyono, *Buku Panduan Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Behavioral Untuk Mengatasi Kedisiplinan Masuk Sekolah*, (Lombok: Pusat Pengembangan Pendidikan dan Penulisan Indovesia, 2022), h. 13.

respon-respon emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional.

Sehingga dapat meningkatkan empat kemampuan interpersonal,⁴⁶ yaitu:

- a) Menyatakan tidak;
- b) Membuat permintaan;
- c) Mengekspresikan perasaan baik positif maupun negative; dan
- d) Membuka dan mengakhiri percakapan.

Hal ini senada dengan pendapat Sofyan S. Willis yang menyatakan bahwa *assertive training* adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

- a) Tidak dapat mengungkapkan kemarahan atau kejengkelannya;
- b) Mereka yang menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungannya;
- c) Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata “tidak”;
- d) Mereka yang mengalami kesulitan dalam mengungkap pendapat; dan
- e) Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.⁴⁷

3. Prosedur Pelaksanaan Teknik Assertive Training

Menurut Joyce & Weil langkah-langkah dalam melakukan teknik assertive training yang meruuskan lima tahapan latihan asertif yaitu sebagai berikut :

⁴⁶ Gerald Corey, *Praktik dan Praktik Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: PT Reflika Aditama, 2013), h. 142.

⁴⁷ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 108.

a) Mengidentifikasi Prilaku Target

Mengidentifikasi prilaku target terjadi pada saat mendiskusikan situasi dimana mereka memiliki beberapa kesulitan mengekspresikan perasaan dan mengidentifikasi jenis perasaan yang bermasalah.

b) Menetapkan prioritas untuk prilaku dan situasi

Prioritas ini perlu mencakup dua hal yang situasi dan jenis perasaan bahwa mereka memiliki kesulitan dalam mengekspresikan perasaannya dalam situasi yang tepat. Pada tahap ini siswa dilatih untuk mengungkapkan perasaannya dalam bentuk ucapan yang berisi hal logis dan tidak bertele-tele.

c) Memerankan situasi

Pemeranan situasi ini perlu dilakukan agar peserta didik mempelajari prilaku mana yang perlu diubah.

d) Pengulangan

Pada fase keempat, pengulangan dilakukan agar siswa terbiasa dengan prilaku baru yang telah dipelajari pada fase sebelumnya. Peserta didik mempraktekkan prilaku dan mengamati berbagai gaya asertif. Peserta didik akan belajar prilaku dan akan mulai mentransfernya atau mengaplikannya kesituasi kehidupan nyatanya.

e) Memindahkan pada situasi nyata

Konselor perlu menyadari tidak semua konsekuensi akan positif. Beberapa pesera didik akan menemukannya, dan mereka bisa lebih nyaman meminta pergi dari situasi ini.⁴⁸

⁴⁸Nurul Rahmi, *Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Kompetensi Interpersonal Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kandungan, Tarbiyah Islamiyah*, Vol. 6, No. 1, januari-juni 2016, h. 65-66.

4. Kelebihan dan Kelemahan Teknik Assertive training

Adapun kelebihan dan kelemahan teknik assertive training , yaitu;

a. Kelebihan teknik *assertive training*

1) Pelaksanaan yang cukup sederhana

Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan seperti relaksasi, ketika peserta didik lelah dan jenuh dalam berlatih, kita dapat melakukan relaksasi supaya menyegarkan peserta didik itu kembali.

2) Pelatihan ini dapat mengubah perilaku peserta didik secara langsung melalui perasaan dan sikapnya.

3) Dapat dilakukan secara individu maupun kelompok. Melalui latihan-latihan tersebut peserta didik diharapkan mampu berfikir realistis terhadap konsekuensi atas keputusan yang diambilnya serta yang paling penting adalah menerapkannya dalam kehidupan maupun situasi yang nyata.

b. Kekurangan teknik *assertive training*

1) Meskipun namun membutuhkan waktu yang tidak sedikit, tergantung dari kemampuan peserta didik itu sendiri.

2) Bagi konselor yang kurang dapat mengkombinasikan dengan teknik lainnya, assertive training kurang dapat berjalan dengan baik atau bahkan akan membuat jenuh dan bosan bagi peserta didik atau konseli, serta membutuhkan waktu yang cukup lama.⁴⁹

⁴⁹ Kahirani, Makmu, *Psikologi Umum*, (Yogyakarta: Aswaja, 2010), h. 80.

BAB III

METODE PENELITIAN

Sub bahagian pada bab ini ada 5 aspek yang akan dibahas secara konsep yaitu: (1) Rancangan Penelitian, (2) Populasi dan Sampel Penelitian, (3) Instrumen Pengumpulan Data, (4) Teknik Pengumpulan Data, dan (5) Teknik Analisis Data.

A. Rancangan Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif, yakni suatu metode penelitian yang sistematis yang mengutamakan data dengan angka. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Sugiyono pendekatan kuantitatif adalah suatu pendekatan yang bersifat statistic atau data yang berupa angka yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang sudah digunakan.⁵⁰

Metode yang akan peneliti gunakan dalam penelitian adalah rancangan metode eksperimen, yang artinya mengidentifikasikan atau menunjukkan adanya suatu pengujian (tes).⁵¹ Jenis yang peneliti ambil di dalam metode eksperimen adalah *pre-Experimental* (pra-eksperimen) dengan desain *One Group Pre-Test Post-Test Design* yang artinya melihat perbandingan sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan.⁵² Desainnya sebagai tabel dibawah ini:

⁵⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 14.

⁵¹ Nyoman Dantes, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: ANDI, 2012), h. 94.

⁵² Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Kencana, 2013), h. 115.

Tabel 3.1
Desain One Group Pre-Test Post-Test

| <i>Pre-Test</i> | Variabel Terikat | <i>Post-Test</i> |
|-----------------|-------------------------|------------------|
| O1 | X | O2 |

Keterangan:

- O1 : kondisi awal komunikasi interpersonal pada siswa sebelum diberikan perlakuan (*Pre-Test*).
- X : adanya perlakuan dengan menggunakan konseling individual.
- O2 : Kondisi Akhir komunikasi interpersonal siswa setelah diberikan perlakuan (*Post-Test*).

B. Populasi, dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁵³ Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan.⁵⁴

Sumanto menambahkan bahwa populasi adalah kelompok dimana seorang peneliti akan memperoleh hasil penelitian yang dapat disamaratakan (digeneralisasikan).⁵⁵ Jadi populasi adalah keseluruhan obyek penilaian yang terdiri dari benda-benda, hewan, tumbuh-tumbuhan, gejala-gejala, tes, nilai,

⁵³ Sugiyono, *Metode Penelitian ...*, h. 117

⁵⁴ S. Margono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2005), h. 118.

⁵⁵ Sumanto, *Metodologi Penelitian Sosial & Pendidikan*, (Yogyakarta: Andi Offset, 1995), h. 39.

atau peristiwa-peristiwa sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswa yang memiliki permasalahan dalam komunikasi interpersonal.

Menurut peneliti populasi adalah jumlah keseluruhan dari objek/subjek yang ingin diteliti. Adapun populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh kelas XI-1 SMAN 1 Delima yang berjumlah 29 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian.⁵⁶ Sampel adalah salah satu unsur dari populasi yang hendak dijadikan suatu objek atau subjek penelitian. Sampel yang dipilih yaitu kelas XI-1 karena terdapat komunikasi interpersonal peserta didik yang kurang baik. Ciri-ciri yang telah ditentukan yaitu: (a).siswa yang jarang bertanya ketika dikelas. (b).Siswa yang jarang berkomunikasi dengan teman lainnya, yang lebih spesifiknya adalah siswa yang tidak berani mengungkapkan pendapatnya. Sampel pada penelitian ini berjumlah 5 siswa.

3. Teknik Sampling

Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan mengambil orang-orang tertentu yang dipilih langsung oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang telah ditentukan.⁵⁷ Pengambilan

⁵⁶ Wiratna Sujarweni, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: PT Pustaka Baru, 2019), h. 65.

⁵⁷ S. Nasution, *Metode research (Penelitian Ilmiah)*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2012), hal. 98.

sampel berdasarkan pertimbangan tertentu, yaitu peserta didik yang komunikasi interpersonalnya rendah. Pertimbangan memilih kelas XI karena masa remaja yang memiliki kondisi komunikasi yang mudah yang terpengaruh oleh lingkungan.

C. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut sistematis dan mudah.⁵⁸

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan angket yang berbentuk Skala Likert yang digunakan yaitu untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala *likert* dalam penelitian ini berbentuk *checklist*, terdiri atas 50 item pernyataan dan pada setiap pernyataan terdapat empat pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Adapun instrumen pengumpulan data yang digunakan untuk mendapatkan hasil penelitian yang objektif dan valid dari tindakan penelitian yang telah dilakukan, yaitu dengan menggunakan angket, dengan jenis *skala likert* :

Tabel 3.2

Kisi-Kisi Instrumen di bawah ini Berdasarkan Teori Joseph A. Devito

| Variabel | Indikator | Sub Indikator | Pernyataan | | Jumlah |
|----------|-------------|---|------------|---|--------|
| | | | + | - | |
| | Keterbukaan | 1. Menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain | 1, 39, 45 | 2 | 4 |

⁵⁸ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), h. 27.

| | | | | | |
|---------------------------------|---|--|------------------------------------|------|----|
| Komunikasi Interpersonal | | 2. Menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi persaan | 4, 5, 38 | 3 | 4 |
| | Empati | 1. Menunjukkan perhatian kepada orang lain | 6, 7, 40 | 8, 9 | 5 |
| | | 2. Mamahami orang lain | 10, 42, 43, 44 | 11 | 5 |
| | Dukungan | 1. Memberikan dukungan kepada teman | 12, 14 | 16 | 3 |
| | | 2. Memberikan penghargaan terhadap orang lain | 13 | 15 | 2 |
| | Rasa Positif | 1. Berpikir positif terhadap orang lain | 17, 20, 22, 28, 29, 32, 34, 35, 37 | 18 | 10 |
| | 2. Menghargai perbedaan pada orang lain | 21, 36, 48 | 19, 30, 31, 33 | 7 | |
| Kesetaraan | 1. Mengakui pentingnya kehadiran orang lain | 23, 24, 49, 50 | 41 | 5 | |
| | 2. Menempatkan diri setara dengan orang lain. | 25, 26, 46, 47 | 27 | 5 | |

Sebelum digunakan sebagai instrument penelitian kesekolah peneliti terlebih dahulu melakukan validasi instrument. Peneliti menggunakan validasi konstruk dengan memilih dua orang dosen ahli untuk meng-judgement angket

peneliti. Kemudian tahapan berikutnya dilanjutkan dengan uji validitas dan reliabilitas.

1. Validitas Instrumen

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevaliditas dan keshahihan suatu instrument. Suatu instrument yang valid atau shahih mempunyai validitas yang tinggi. Sebaliknya, instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah. Valid berarti bahwa instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur.⁵⁹

Uji validitas digunakan untuk kelayakan butir-butir dalam suatu pertanyaan ataupun pernyataan dalam mendefinisikan suatu variabel. Uji validitas diuji cobakan pada kelas XI SMAS Babul Magfirah yang berjumlah 50 siswa. Pengujian validitas butir item yang dilakukan dalam penelitian ini adalah seluruh item yang terdapat dalam skala komunikasi interpersonal siswa. Untuk Mengetahui kevalidan alat ukur ini dilakukan secara statistik dengan bantuan SPSS versi 25.

Uji validitas ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana *kuesioner* (angket) yang digunakan benar-benar valid untuk mengukur variabel dalam penelitian kuantitatif. Dalam mengukur kevalidan data, maka peneliti menggunakan korelasi *product moment* dengan hitungan statistik, melalui rumus:⁶⁰

⁵⁹ Suharsini Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta), 2013), h. 211.

⁶⁰ Suharsimi, Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi VI*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), h. 160.

Tabel 3.3
Rumus Validitas Instrumen

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

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = Banyak peserta tes

X = Nilai rata-rata harian siswa

Y = Nilai hasil uji coba tes

Untuk mengukur valid atau tidak validnya suatu instrumen maka peneliti menggunakan korelasi product moment dengan bantuan aplikasi SPSS.

Adapun hasil validitas dan tidak validitas dapat dilihat pada tabel 3.4 berikut:

Tabel 3.4
Skor t_{hitung} dan t_{tabel} Hasil Uji Validitas Butir Item

| No. Pernyataan | r Hitung | r Tabel | Kesimpulan |
|----------------|----------|---------|------------|
| 1 | 0.895 | 0.312 | Valid |
| 2 | 0.809 | 0.312 | Valid |
| 3 | 0.836 | 0.312 | Valid |
| 4 | 0.907 | 0.312 | Valid |
| 5 | 0.893 | 0.312 | Valid |
| 6 | 0.839 | 0.312 | Valid |
| 7 | 0.868 | 0.312 | Valid |
| 8 | 0.835 | 0.312 | Valid |
| 9 | 0.877 | 0.312 | Valid |
| 10 | 0.881 | 0.312 | Valid |
| 11 | 0.780 | 0.312 | Valid |
| 12 | 0.846 | 0.312 | Valid |
| 13 | 0.870 | 0.312 | Valid |

| | | | |
|----|--------|-------|-------------|
| 14 | 0.755 | 0.312 | Valid |
| 15 | 0.933 | 0.312 | Valid |
| 16 | 0.834 | 0.312 | Valid |
| 17 | 0.852 | 0.312 | Valid |
| 18 | 0.782 | 0.312 | Valid |
| 19 | 0.826 | 0.312 | Valid |
| 20 | 0.792 | 0.312 | Valid |
| 21 | 0.601 | 0.312 | Valid |
| 22 | 0.859 | 0.312 | Valid |
| 23 | 0.771 | 0.312 | Valid |
| 24 | 0.803 | 0.312 | Valid |
| 25 | 0.821 | 0.312 | Valid |
| 26 | 0.846 | 0.312 | Valid |
| 27 | 0.777 | 0.312 | Valid |
| 28 | 0.869 | 0.312 | Valid |
| 29 | 0.870 | 0.312 | Valid |
| 30 | 0.855 | 0.312 | Valid |
| 31 | 0.900 | 0.312 | Valid |
| 32 | 0.835 | 0.312 | Valid |
| 33 | 0.854 | 0.312 | Valid |
| 34 | 0.816 | 0.312 | Valid |
| 35 | 0.876 | 0.312 | Valid |
| 36 | 0.828 | 0.312 | Valid |
| 37 | 0.893 | 0.312 | Valid |
| 38 | 0.850 | 0.312 | Valid |
| 39 | 0.859 | 0.312 | Valid |
| 40 | 0.691 | 0.312 | Valid |
| 41 | 0.787 | 0.312 | Valid |
| 42 | 0.918 | 0.312 | Valid |
| 43 | 0.787 | 0.312 | Valid |
| 44 | 0.838 | 0.312 | Valid |
| 45 | -0.038 | 0.312 | Tidak Valid |
| 46 | 0.382 | 0.312 | Valid |
| 47 | 0.342 | 0.312 | Valid |
| 48 | 0.030 | 0.312 | Tidak Valid |
| 49 | 0.378 | 0.312 | Valid |
| 50 | 0.212 | 0.312 | Tidak Valid |

Berdasarkan hasil validitas instrument diatas, ada 50 instrumen yang dinyatakan valid 47 dan 3 lainnya dinyatakan tidak valid. 47 butir instrument yang dinyatakan valid akan dijadikan sebagai instrument penelitian dan 3 butir instrument lainnya gugur dan tidak digunakan dalam instrument penelitian. Adapun hasil valid dan tidak valid ditunjukkan pada table 3.5;

Tabel 3.5

Hasil Validitas dan Non-Validitas Pernyataan Favorable dan Unfavorable

| Kesimpulan | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> | Jumlah |
|-------------|---|---|--------|
| Valid | 1, 4, 5, 6, 7, 10, 12, 13, 14, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 29, 32, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 46, 47, 49 | 2, 3, 8, 9, 11, 15, 16, 18, 19, 27, 30, 31, 33, 41. | 47 |
| Tidak Valid | 45, 48, 50 | | 3 |

2. Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas merupakan kesesuaian atau kesetimbangan skor suatu instrument penelitian terhadap individu yang sama, namun diberikan dalam waktu yang berbeda.⁶¹ Instrument reliabilitas merupakan alat yang dipakai

⁶¹ Muri Yusuf, *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Fajar Interpratama Mandiri, 2014), h. 234-242

berulang kali untuk mengukur hal yang sama, dan menghasilkan data yang sama pula.⁶²

Berkaitan dengan hal tersebut untuk menguji instrument peneliti menggunakan *Cronbach's Alpha* Dengan rumus berikut:

Tabel 3.6
Rumus *Cronbach's Alpha*

$$r_{11} = \left[\frac{k}{k-1} \right] \left[1 - \frac{\sum a_b^2}{a_1^2} \right]$$

Keterangan:

r : Koefisien reliabilitas

k : Jumlah pernyataan

α^2_t : Varian total

$\sum \alpha^2_b$: Jumlah varian butir.

Tabel 3.7

Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

| variabel | Cronbach's Alpha | N of Items |
|--------------------------|------------------|------------|
| komunikasi interpersonal | 0.988 | 47 |

Dapat disimpulkan bahwa nilai *Cronbach's Alpha* atau reliabilitas adalah 0.988 dengan nilai lebih besar dari $r_{tabel} = 0.312$. Maka reliabel.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data.⁶³

⁶² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi*, (Bandung: Alfabeta, 2013), h. 173.

Pengumpuln data dalam suatu penelitian merupakan hal yang pokok untuk memperoleh segala informasi yang diperlukan. Adapun untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data berupa koesioner (angket).

1. Angket (*Kuesioner*)

Angket (kuesioner) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Cholid menjelaskan metode angket atau kuesioner adalah suatu daftar yang berisikan rangkaian pertanyaan mengenai sesuatu masalah atau bidang yang akan diteliti. Untuk memperoleh data, angket disebarkan kepada responden (orang-orang yang menjawab atas pertanyaan yang diajukan untuk kepentingan penelitian), terutama penelitian survei.⁶⁴

Angket yang digunakan pada penelitian ini yaitu Skala *likert* yang berbentuk checklist dan dinyatakan dalam beberapa item pernyataan yang akan memperoleh data tentang komunikasi interpersonal siswa di SMAN 1 Delima. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala *likert* ini mempunyai tingkat dari *Favorable* sampai tingkat *Unfavorable*. Jawaban setiap instrument yang menggunakan skal likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negative. Item-item skala disajikan dalam bentuk tertutup dengan menyediakan 4 alternatif jawaban, sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan sangat Tidak Setuju (STS).

⁶³ Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Citapustaka Media, 2014), h.120.

⁶⁴ Cholid Narbuko, Ahmadi. *Metodologi Penelitian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2010), h. 76.

Tabel 3.8
Skor Alternatif Jawaban

| Pertanyaan positif | Skor | Pernyataan Negatif | Skor |
|---------------------------|-------------|---------------------------|-------------|
| Alternatif Jawaban | | Alternatif Jawaban | |
| Sangat Setuju | 4 | Sangat Setuju | 4 |
| Setuju | 3 | Setuju | 3 |
| Tidak Setuju | 2 | Tidak Setuju | 2 |
| Sangat Tidak Setuju | 1 | Sangat Tidak Setuju | 1 |

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variable dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variable dari seluruh responden, menyajikan data tiap variable yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Untuk penelitian yang tidak merumuskan hipotesis, langkah terakhir tidak dilakukan.⁶⁵

Penelitian kependidikan pada hakikatnya tidak berbeda dengan penelitian-penelitian lainnya, khususnya penelitian ilmu-ilmu sosial, baik langkah-langkah maupun prosedurnya. Jika dibandingkan dengan penelitian ilmu-ilmu eksakta, memang terdapat perbedaan yang menonjol, yakni pada karakteristik yang diteliti. Hal itu tampak peneliti tidak dapat melepaskan sisi humanitas dalam kegiatan penelitiannya. Aspek ini terlihat lebih jelas terutama penelitian kependidikan yang menggunakan desain eksperimental.⁶⁶

⁶⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2017), h. 169.

⁶⁶ Rohmad Qomar, *Teknik Penelusuran Analisis Data Kuantitatif Dalam Penelitian Kependidikan*, Jurnal pemikiran Alternatif Kependidikan. Vol.14, No.3, September-Desember 2009, h.1.

Jadi, data yang diperoleh kemudian dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan uji normalitas dan uji t (*paired pre-test*) yaitu untuk membandingkan dan menghitung data dari hasil treatment (sebelum dan sesudah) dilakukan teknik self management.

1. Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah data berdistribusi normal atau tidak. Pengujian normalitas data menggunakan bantuan software SPSS versi 25 dengan uji statistic Kolmogorov-Smirnov.⁶⁷ Hipotesis dari uji normalitas adalah sebagai berikut:

Ho : Data berdistribusi normal (sig. > 0.05).

Ha : Data tidak berdistribusi normal (sig. < 0.05).⁶⁸

Tahapan kriteria pengujian yang diambil berdasarkan nilai probabilitas adalah jika probabilitas (sig)>0,05, maka Ho diterima dan jika probabilitas (sig), maka Ho ditolak.⁶⁹ Jika nilai probabilitas lebih besar dari 0,05 maka Ho diterima dan jika nilai probabilitas lebih kecil dari 0,05 maka Ho ditolak. Untuk membuktikan normalitas data maka diuji dengan menggunakan spss.

2. Uji T

Skor t hasil penelitian menggunakan program SPSS versi 25 dengan menggunakan teknik analisis *Paired-Samples T-Test*. Uji-t bertujuan mengkaji efektivitas suatu perlakuan (*treatment*) dalam mengubah suatu perilaku dengan

⁶⁷ Jonathan Sarwono dan Hendra Nur Salim, *Prosedur-Prosedur Populer Statistik Untuk Analisis Data Riset Skripsi*, (Yogyakarta: Gava Media, 2017), h. 135.

⁶⁸ Setia Prama, Ricky Yordani, dkk, *Dasar-Dasar Statistika Dengan Software R Konsep dan Aplikasi*, (Bogor: Penerbit In Media, 2016), h.169.

⁶⁹ Syofian Siregar, *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), h. 153-167.

cara membandingkan antara sebelumnya dengan keadaan sesudah perlakuan.⁷⁰

Kriteria pengujian yang digunakan adalah sebagai berikut:

Jika $\text{sig} > 0.05$ maka H_a diterima, dilain pihak H_0 ditolak

Jika $\text{sig} < 0.05$ maka H_a ditolak, dilain pihak H_0 diterima

3. Uji Indeks Gain (*N-Gain*)

Analisis data pada skor *pre-test* dan *post-test* pengetahuan konsep siswa yang dilakukan dengan membandingkan nilai rata-rata. Selanjutnya, analisis skor untuk *pre-test* dan *post-test* dilakukan dengan uji indeks *gain* (*N-gain*).

Sebelum dilakukan uji indeks *gain* dilakukan perhitungan nilai dari skor yang diperoleh siswa pada tes. Perhitungan nilai dari perolehan skor dilakukan dengan persamaan berikut.

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Skor Siswa}}{\text{Skor maksimum}} \times 100$$

Perubahan nilai antara *pre-test* dan *post-test* diukur melalui indeks *gain*. Indeks *gain* dilakukan untuk mengetahui peningkatan keterampilan sosial menggunakan teknik *assertive training*. Data skor dari soal penguasaan keterampilan sosial menggunakan teknik *assertive training* diperoleh dari instrumen yang telah diuji cobakan sebelumnya kepada siswa. Penilaian keterampilan sosial menggunakan teknik *expressive writing* dilakukan dua kali yaitu sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberi perlakuan.

Peningkatan penguasaan keterampilan sosial menggunakan teknik

⁷⁰ Furqon, *Statistik Terapan Untuk Penelitian*, (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 198.

assertive training dapat dicari dengan menghitung indeks *gain* adalah sebagai berikut.⁷¹

$$\langle g \rangle = \frac{\text{skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

Hasil perhitungan selanjutnya diinterpretasi dan dikelompokkan berdasarkan kategori kriteria indeks *gain* sesuai dengan Tabel 3.11 berikut.

Tabel 3.9
Kriteria Nilai Indeks Gain

| Nilai | Klasifikasi |
|---------------------------------------|-------------|
| $\langle g \rangle > 0,7$ | Tinggi |
| $0,7 \geq \langle g \rangle \geq 0,3$ | Sedang |
| $\langle g \rangle < 0,3$ | Rendah |

⁷¹ Hake, R.R. *Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses*, American Journal of Physics, 66 (1), 1998, h. 64-74.

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

1. Penyajian Data

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Delima. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk teknik *assertive training* terdiri dari tiga kali pemberian *treatment*. Sebelum memberikan *treatment*, peneliti terlebih dahulu memberikan *pretest* dan diberikan *posttest* setelah diberikan *treatment*. Berikut langkah-langkah pemberian *treatment* yang peneliti lakukan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa di SMAN 1 Delima.

2. Deskripsi Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Assertive Training*

Tingkat komunikasi interpersonal siswa dikelompokkan menjadi tiga kategori, yaitu: tinggi, sedang dan rendah. Berikut tingkat komunikasi interpersonal pada siswa sebelum diberikan layanan konseling individual melalui teknik *assertive training* terhadap komunikasi interpersonal siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1 Kategori Komunikasi Interpersonal Siswa

| No | Batas Nilai | Kategori Komunikasi Interpersonal |
|----|-------------|-----------------------------------|
| 1 | >95 | Tinggi |
| 2 | 66-95 | Sedang |
| 3 | <66 | Rendah |

Dari tabel 4.1 di atas, dapat dilihat bahwa batas nilai <95 berada pada komunikasi interpersonal tinggi, yang artinya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki batas nilai < 95 maka siswa tersebut tergolong memiliki komunikasi interpersonal tinggi. Selanjutnya batas nilai antara 66-95 berada pada kategori

komunikasi interpersonal rendah, yang artinya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki nilai antara 66-95 maka siswa tersebut tergolong memiliki komunikasi interpersonal rendah. Selanjutnya batas nilai > 66 berada pada kategori komunikasi interpersonal rendah, yang artinya menunjukkan bahwa siswa yang memiliki batas nilai > 66 maka siswa tersebut tergolong memiliki komunikasi interpersonal rendah.

Persentase kategori komunikasi interpersonal yang di alami siswa maka dapat di hitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F \text{ (Skor yang dicapai)}}{N \text{ (Jumlah Skor Maksimal)}} \times 100\%.^{72}$$

Tabel 4.2
Persentase Komunikasi Interpersonal Siswa SMAN 1 Delima

| Kategori | Frekuensi | Presentase |
|---------------|-----------|------------|
| Tinggi | 4 | 14% |
| Sedang | 20 | 69% |
| Rendah | 5 | 17% |
| Jumlah | 29 | 100% |

Berdasarkan hasil tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa terdapat 4 siswa yang memiliki nilai komunikasi interpersonal tinggi dengan presntase 14%, terdapat 20 siswa yang memliki nilai komunikasi interpersonal sedang dengan presentase 69%, dan terdapat 5 siswa yang memiliki nilai komunikasi interpersonal rendah dengan presentase 17%.

Berdasarkan presentase tabel 4.2 diatas, menunjukkan bahwa terdapat 5 siswa yang memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah untuk dapat

⁷²Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 95.

diberikan perlakuan (*treatment*) melalui layanan konseling individual. Adapun data hasil skor *pre-test* komunikasi interpersonal yang diperoleh dijelaskan pada tabel 4.3 dibawah ini:

Tabel 4.3 Skor *Pre-Test* Sebelum diberikn Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Assertive Training*.

| No | Responden | Pre-Test (Kondisi Awal) | Kategori |
|---------------|-----------|-------------------------|----------|
| 1 | MA | 55 | Rendah |
| 2 | PB | 54 | Rendah |
| 3 | AF | 57 | Rendah |
| 4 | DM | 52 | Rendah |
| 5 | ZZ | 57 | Rendah |
| Jumlah | | 275 | |

Berdasarkan tabel 4.3 diatas, dapat dijelaskan bahwa 5 siswa yang menjadi sampel penelitian dengan kategori komunikasi interpersonal tingkat rendah. Hasil skor dari 5 jawaban siswa adalah responden MA dengan skor *pre-test* 55 memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah, responden PB dengan skor *pre-test* 54 memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah, responden AF dengan skor *pre-test* 57 memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah, responden DM dengan skor *pre-test* 52 memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah, responden ZZ dengan skor *pre-test* 57 memiliki kategori komunikasi interpersonal rendah. Sehingga jumlah keseluruhan skor *pre-test* dari masing-masing siswa menjadi 275.

a. Treatment I

Perlakuan (*treatment*) pertama diberikan pada tanggal 10 Juni 2022. Pemberian perlakuan (*treatment*) ini dengan topik “empat gaya komunikasi dasar”, tujuan dari judul treatment berikut agar dapat menerapkan gaya

komunikasi asertive dalam sehari-hari. Pada tahap awal, peneliti memperkenalkan diri dan konseli juga memperkenalkan diri, membangun *repport* memulai dengan basa-basi karena biasanya konseli yang dikonseling akan merasa tegang apalagi dalam pelaksanaan layanan konseling individual, setelah itu peneliti memberikan penjelasan mengenai tahapan, asas-asas dalam konseling individual beserta teknik *assertive training*.

Pada sesi ini peneliti memberi tahu konseli apa saja aspek-aspek komunikasi interpersonal, konseli diminta untuk memahami apa itu komunikasi interpersonal. Pada sesi ini peneliti juga membagikan angket komunikasi interpersonal kepada konseli dan menjelaskan tujuan dari angket tersebut kepada konseli kemudian mengamati jawaban yang di *checklist* pada setiap butir angket (tinggi, sedang, rendah).

Tahapan didalam teknik *assertive training* sebagai berikut:

- a) Tahap pertama, menghapuskan rasa takut yang berlebihan dan keyakinan yang tidak logis. Rasa takut yang berlebihan termasuk ketakutan yang dapat menyakiti perasaan orang lain, ketakutan yang timbul dari keyakinan yang salah bahwa perasaan orang lain adalah penting dan perasaan diri sendiri tidak penting.
- b) Tahap kedua. Menerima atau mengemukakan fakta-fakta masalah yang akan dihadapi. Seorang individu harus menerima bahwa setiap orang harus mampu bersikap tegas dan mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan secara jujur.

- c) Tahap ketiga. Berlatih untuk bersikap asertif sendiri. Latihan bersikap tegas sendiri biasanya menggunakan refleksi atau permainan peran jiwa dimana dalam situasi ini individu akan lebih bersikap asertif, memusatkan pada perilaku non-verbal yang penting dalam ketegasan.
- d) Tahap keempat. Menempatkan individu dengan orang lain untuk bermain peran pada situasi sulit.
- e) Tahap kelima. Membawa perilaku asertif pada kondisi yang sebenarnya atau dalam kehidupan sehari-hari.

b. Treatment II

Perlakuan (*treatment*) kedua diberikan pada tanggal 11 juni 2022. Pemberian perlakuan (*treatment*) dengan topik “komunikasi efektif”. Tujuan dari perlakuan (*treatment*) agar konseli dapat memahami pentingnya komunikasi untuk menyampaikan pesan, ide atau gagasan dalam hidup bermasyarakat. Sebelum melaksanakan teknik *assertive training*, peneliti memberi tahu arahan yang sama seperti pada perlakuan (*treatment*) pertama hanya saja pada tahap ini peneliti dan konseli tidak lagi saling memperkenalkan diri.

c. Treatment III

Perlakuan (*treatment*) ketiga diberikan tanggal 13 juni 2022. Pemberian perlakuan (*treatment*) dengan topik “kemampuan berkomunikasi dengan sosial”. Tujuan dari perlakuan (*treatment*) agar konseli dapat memiliki pemahaman mengenai komunikasi dan mampu mengembangkan komunikasi yang efektif di lingkungan sosial. Sebelum melaksanakan teknik *assertive training*, peneliti

memberikan arahan yang sama seperti pada perlakuan (*treatment*) pertama dan kedua.

d. Treatment IV

Perlakuan (*treatment*) keempat diberikan tanggal 14 juni 2022. Pemberian perlakuan (*treatment*) dengan topik “komunikasi efektif-kunci sukses berkomunikasi”. Tujuan dari perlakuan (*treatment*) agar konseli dapat memiliki komunikasi yang baik dengan masyarakat dan mampu mengembangkan komunikasi yang efektif di lingkungan sosial. Sebelum melaksanakan teknik *assertive training*, peneliti memberikan arahan yang sama seperti pada perlakuan (*treatment*) pertama dan kedua.

e. Treatment V

Perlakuan (*treatment*) kelima diberikan tanggal 15 juni 2022. Pemberian perlakuan (*treatment*) dengan topik “komunikasi interpersonal”. Tujuan dari perlakuan (*treatment*) agar konseli dapat memahami dan meningkatkan komunikasi interpersonal. Sebelum melaksanakan teknik *assertive training*, peneliti memberikan arahan yang sama seperti pada perlakuan (*treatment*) pertama dan kedua.

3. Deskripsi Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima Sesudah Diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Assertive Training*

Siswa yang dipilih sebagai sampel dengan kategori komunikasi interpersonal tingkat rendah setelah diberikan perlakuan (*treatment*) melalui layanan konseling individual melalui teknik *assertive training* maka memperoleh perubahan peningkatan skor *post-test* sehingga komunikasi interpersonal

meningkat menjadi sedang dan tinggi. Berikut penjelasan hasil *post-test* dalam tabel 4.4 di bawah ini:

Tabel 4.4 Skor *Post-Test* Sesudah diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Assertive Training*

| No | Responden | <i>Post-Test</i> (Kondisi Akhir) | Kategori |
|---------------|-----------|----------------------------------|----------|
| 1 | MA | 92 | Sedang |
| 2 | PB | 88 | Sedang |
| 3 | AF | 96 | Tinggi |
| 4 | DM | 90 | Sedang |
| 5 | ZZ | 98 | Tinggi |
| Jumlah | | 464 | |

Berdasarkan tabel 4.4 di atas, dijelaskan bahwa setelah diberikan perlakuan (*treatment*) sebanyak 5 kali dengan topik yang berbeda kepada 5 siswa melalui layanan konseling individual dengan teknik *assertive training* maka dapat dilihat perubahan kategori komunikasi interpersonal pada siswa dari hasil *post-test*. Hasil skor jawaban *post-test* dari masing-masing siswa menjadi kategori komunikasi interpersonal sedang dan tinggi.

Hasil *post-test* menunjukkan responden MA dengan skor *post-test* 92 memiliki kategori komunikasi interpersonal tingkat rendah, responden PB dengan skor *post-test* 8 memiliki kategori komunikasi interpersonal tingkat rendah, responden AF dengan skor *post-test* 96 memiliki kategori komunikasi interpersonal tingkat tinggi, responden DM dengan skor *post-test* 90 memiliki kategori komunikasi interpersonal tingkat sedang, dan responden ZZ dengan skor *post-test* 98 memiliki kategori komunikasi interpersonal tingkat tinggi. Sehingga jumlah keseluruhan skor *post-test* dari masing-masing siswa menjadi 464.

Berdasarkan hasil pengamatan, secara umum siswa yang menjadi sampel penelitian menunjukkan peningkatan perubahan skor dalam komunikasi

interpersonal. Perubahan dilihat dari sikap siswa selama diberikannya perlakuan (*treatment*) oleh peneliti yaitu berupa kegiatan layanan konseling individual melalui teknik *assertive training*.

4. Perbedaan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Individu Melalui Teknik *Assertive Training*

Untuk mendapatkan data mengenai perbedaan tingkat komunikasi interpersonal siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *assertive training*, maka peneliti membandingkan hasil dari *pre-test* dan *post-test*. Hasilnya dapat dilihat pada tabel 4.5:

Tabel 4. 5

Hasil Skor *Pre-test* dan *Post-test*

| Nama | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | Selisih | |
|---------------|-----------------|------------------|------------|--------------|
| | | | Jumlah | % |
| MA | 55 | 92 | 37 | 25,2% |
| PB | 54 | 88 | 34 | 23,9% |
| AF | 57 | 96 | 39 | 25,4% |
| DM | 52 | 90 | 38 | 26,7% |
| ZZ | 57 | 98 | 41 | 26,4% |
| Jumlah | 275 | 464 | 189 | 25,5% |

5. Profil Komunikasi Interpersonal Siswa Berdasarkan Aspek dan Indikator

Komunikasi interpersonal dalam penelitian terbagi atas 5 aspek yaitu aspek keterbukaan (*openness*), aspek empati (*empathy*), aspek dukungan (*supportiveness*), aspek rasa positif (*positivines*) dan aspek kesetaraan (*equality*). Adapun aspek keterbukaan terbagi dalam 2 sub indikator yaitu menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain, menunjukkan kepercayaan

kepada orang lain untuk berbagi perasaan. Aspek empati terbagi dalam 2 sub indikator yaitu menunjukkan perhatian kepada orang lain, memahami orang lain. Aspek dukungan terbagi dalam 2 sub indikator yaitu memberikan dukungan kepada teman, memberikan penghargaan terhadap orang lain. Aspek rasa positif terbagi dalam 2 sub indikator yaitu berpikir positif terhadap orang lain, menghargai perbedaan pada orang lain. Aspek kesetaraan terbagi dalam 2 sub indikator yaitu mengakui pentingnya kehadiran orang lain, menempatkan diri setara dengan orang lain. Berikut profil komunikasi interpersonal pada siswa berdasarkan aspek dan sub indikator terdapat pada tabel 4.6.

Tabel 4.6 Profil Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA Negeri 1 Delima Berdasarkan Indikator dan Sub Indikator.

| Indikator | Deskriptor | Frekuensi | Presentase | Kategori |
|--------------|--|-----------|------------|----------|
| Keterbukaan | Menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain | 4 | 14% | Rendah |
| | Menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan | 4 | 14% | Rendah |
| Empati | Menunjukkan perhatian kepada orang lain | 5 | 18% | Rendah |
| | Memahami orang lain | 5 | 18% | Rendah |
| dukungan | Memberikan dukungan kepada teman | 3 | 10% | Rendah |
| | Memberikan penghargaan terhadap orang lain | 2 | 7% | Rendah |
| rasa positif | Berpikir positif terhadap orang lain | 10 | 35% | Sedang |
| | Menghargai perbedaan pada orang lain | 6 | 21% | Sedang |
| Kesetaraan | Mengakui pentingnya kehadiran orang lain | 4 | 14% | Rendah |
| | Menempatkan diri setara dengan orang lain | 5 | 18% | Rendah |

(Sumber: Microsoft Excel)

Tabel 4.6 menunjukkan persentase secara umum komunikasi interpersonal 29 siswa sebelum pelaksanaan implementasi layanan konseling individual melalui teknik *assertive training*. Hasil persentase yang diperoleh siswa pada indikator aspek keterbukaan dan sub indikator menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain berada pada kategori rendah sebanyak 4 siswa dengan persentase (14%), yang berarti siswa memiliki perilaku komunikasi interpersonal yang rendah. Pada sub indikator menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan jumlah siswa yang berada pada kategori rendah sebanyak 4 siswa dengan persentase (14%), artinya siswa tidak memiliki kepercayaan kepada orang lain dalam menyampaikan suatu hal.

Pada aspek empati dan sub indikator menunjukkan perhatian kepada orang lain berada pada kategori rendah sebanyak 5 siswa dengan persentase (18%), artinya siswa tidak menunjukkan perhatian kepada orang lain. Pada sub indikator memahami orang lain berada pada kategori rendah sebanyak 5 siswa dengan persentase (18%), artinya siswa tidak dapat memahami keadaan orang lain.

Pada aspek dukungan dan sub indikator memberikan dukungan kepada teman berada pada kategori rendah sebanyak 3 siswa dengan persentase (10%), artinya siswa tidak bisa memberikan dukungan atau apresiasi kepada orang lain ketika orang lain mengikuti suatu lomba. Pada sub indikator memberikan penghargaan terhadap orang lain yang berada pada kategori rendah sebanyak 2 siswa dengan persentase (7%), artinya siswa tidak bisa memberikan pujian atau ucapan selamat kepada orang lain ketika orang lain itu mendapatkan suatu penghargaan.

Pada aspek rasa positif dan sub indikator berpikir positif terhadap orang lain yang berada pada kategori sedang sebanyak 10 siswa dengan persentase (35%), yang artinya siswa tersebut mampu untuk berfikir positif terhadap orang lain. Pada sub indikator menghargai perbedaan pada orang lain yang berada pada kategori sedang sebanyak 6 siswa dengan persentase (21%), yang artinya siswa mampu menghargai perbedaan yang ada pada orang lain seperti dalam perbedaan agama.

Pada indikator kesetaraan sub indikator mengakui pentingnya kehadiran orang lain yang berada pada kategori rendah sebanyak 4 siswa dengan persentase (14%), yang artinya siswa tidak mengakui betapa pentingnya kehadiran orang lain dalam kehidupan kita. Pada sub indikator menempatkan diri setara dengan orang lain berada pada kategori rendah sebanyak 5 siswa dengan persentase (18%), yang artinya siswa tidak mampu memosisikan diri sama dengan orang lain.

6. Pengolahan Data

Setelah semua data terkumpul selanjutnya dilakukan pengolahan dengan cara pengelompokan data berdasarkan variabel dari seluruh responden, mentabulasi data berdasarkan variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan sebelum dilakukan analisis data lebih lanjut, sebelumnya dilakukan pengujian persyaratan penelitian sebagai syarat analisis statistik parametrik.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui distribusi variabel yang digunakan dalam penelitian. Data yang tepat dan benar yaitu data yang berdistribusi normal. Uji normalitas yang digunakan adalah uji *kolmogorof-Smirnov*. Pengembalian keputusan dapat Mengetahui apakah distribusi data

survey normal, jika $\text{sig} > 0,05$ distribusinya normal. Sedangkan jika $\text{sig} < 0,05$ maka data tidak akan berdistribusi normal. Untuk membuktikan normalitas data maka di uji dengan menggunakan *SPSS*. Setelah di uji normalitas data yang diperoleh hasilnya sebagai tabel 4.6 di bawah ini:

Tabel 4. 7
Hasil Uji Normalitas

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | Unstandardized Residual |
|------------------------------------|----------------|-------------------------|
| N | | 5 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 0.0000000 |
| | Std. Deviation | 2.16794834 |
| Most Extreme Differences | Absolute | 0.205 |
| | Positive | 0.155 |
| | Negative | -0.205 |
| Test Statistic | | 0.205 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

(*SPSS Vers 25*)

Berdasarkan pada tabel 4.7 di atas, maka diperoleh nilai uji normalitas *kolmogorof-Smirnov* data komunikasi interpersonal siswa yaitu 0,200 lebih besar dari ($\text{sig} > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data komunikasi interpersonal pada siswa berdistribusi normal.

b. Uji T

Kegiatan dalam pengolahan data yaitu mengelompokkan berdasarkan variable dari seluruh sampel (responden), mentabulasikan data berdasarkan

variable yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan untuk menganalisis data maka digunakan uji-t.

Tabel 4. 8
Uji t Berpasangan *Pretest* dan *Posttest*

| 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 - Post- Test | - 37.80 000 | 2.58844 | 1.1575 8 | - 41.013 97 | - 34.586 03 | - 32.6 54 | 4 | 0.00 0 |

Berdasarkan pada tabel 4.8 diatas nilai sig(2-tailed) $0.000 < 0.05$

menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara variable awal dengan variable akhir. Ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna terhadap perbedaan perlakuan yang diberikan pada masing-masing variable. Dapat disimpulkan ada perbedaan signifikan terhadap komunikasi interpersonal siswa dengan adanya layanan konseling individual melalui teknik *assertive training*.

c. Uji N-Gain

Uji N-Gain adalah selisih antara nilai *pretest* dan *posttest*. Untuk mengetahui besarnya peningkatan komunikasi interpersonal dengan layanan konseling individual. Digunakan rumus rata-rata gain ternormalisasi. N-Gain (normalizedgain) digunakan untuk mengetahui peningkatan komunikasi

interpersonal siswa antara sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Assertive Training*.⁷³

Tabel 4. 9
Persentase Rata-Rata Nilai N-Gain

| No | Nama | Tes Awal | Tes Akhir | Gain | skor ideal (100)-Pre | n-gain | N-Gain % | kategori |
|------------------|------|----------|-----------|------|----------------------|--------|----------|----------|
| 1 | MA | 55 | 92 | 37 | 45 | 0.82 | 82.22 | Tinggi |
| 2 | PB | 54 | 88 | 34 | 46 | 0.74 | 73.91 | Tinggi |
| 3 | AF | 57 | 96 | 39 | 43 | 0.91 | 90.70 | Tinggi |
| 4 | DM | 52 | 90 | 38 | 48 | 0.79 | 79.17 | Tinggi |
| 5 | ZZ | 57 | 98 | 41 | 43 | 0.95 | 95.35 | Tinggi |
| Rata-Rata | | 55 | 92.8 | 37.8 | 45 | 0.84 | 84.27 | Tinggi |
| standart deviasi | | 2.12 | 4.15 | 2.59 | 2.12 | 0.09 | 8.68 | |

Berdasarkan tabel 4.9 di atas, dapat dijelaskan bahwa 5 siswa yang menjadi sampel penelitian, responden MA dengan skor *pre-test* 55 dan skor *post-test* 92 dengan nilai N-Gain% nya 82.22 memiliki kategori tinggi, responden PB dengan skor *pre-test* 54 dan skor *post-test* 88 dengan nilai N-Gain% nya 73,91 memiliki kategori tinggi, responden AF dengan skor *pre-test* 57 dan skor *post-test* 96 dengan nilai N-Gain% nya 90,70 memiliki kategori tinggi, responden DM dengan skor *pre-test* 52 dan skor *post-test* 90 dengan nilai N-Gain% nya 79,17 memiliki kategori tinggi, responden ZZ dengan skor *pre-test* 57 dan skor *post-test* 98 dengan nilai N-Gain% nya 95,35 memiliki kategori tinggi. Hal menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada setiap siswa (responden).

⁷³ Rostina Sundayana, *Statistika Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2014), h. 151.

Persentase N-gain rata-rata keseluruhan pada penggunaan layanan konseling individual untuk meningkatkan komunikasi interpersonal melalui teknik *assertive training* adalah skor gain 0,84 dan N-Gain rata-rata 84,27 memiliki kategori tinggi.

Tabel 4. 10
Hasil Uji N-Gain Pada Indikator Komunikasi Interpersonal

| Variabel | Indikator | Deskriptor | Tes Awal | Tes Akhir | Gain | Skor Ideal (100)-Pre | N-gain | N-gain Score% | Kategori |
|--------------------------|--|--|----------------------------------|-----------|------|----------------------|--------|---------------|----------|
| komunikasi interpersonal | Keterbukaan | Menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain | 8 | 16 | 24 | 92 | 0.26 | 26.09 | Rendah |
| | | Menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan | 11 | 17 | 28 | 89 | 0.31 | 31.46 | Sedang |
| | | Menunjukkan perhatian kepada orang lain | 13 | 20 | 33 | 87 | 0.38 | 37.93 | Sedang |
| | Empati | Memahami orang lain | 12 | 17 | 29 | 88 | 0.33 | 32.95 | Sedang |
| | | Dukungan | Memberikan dukungan kepada teman | 8 | 15 | 23 | 92 | 0.25 | 25.00 |
| | Memberikan penghargaan terhadap orang lain | | 5 | 8 | 13 | 95 | 0.14 | 13.68 | Rendah |
| | Rasa Positif | Berpikir positif terhadap orang lain | 23 | 43 | 66 | 77 | 0.86 | 85.71 | Tinggi |
| | | Menghargai | 15 | 23 | 38 | 85 | 0.45 | 44.71 | Sedang |

| | | | | | | | | |
|------------|---|----|----|----|----|------|-------|--------|
| | perbedaan pada orang lain | | | | | | | |
| | Mengakui pentingnya kehadiran orang lain | 10 | 20 | 30 | 90 | 0.33 | 33.33 | Sedang |
| Kesetaraan | Menempatkan diri setara dengan orang lain | 12 | 18 | 30 | 88 | 0.34 | 34.09 | Sedang |

Berdasarkan tabel 4.10 di atas, menunjukkan nilai rata-rata uji kuesioner meningkat dalam setiap indikator komunikasi interpersonal siswa. Hasil skor yang di peroleh siswa pada indikator aspek keterbukaan dan sub indikator menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain meningkat dari 8 menjadi 16 dengan skor N-Gain rata-rata 0,26 termasuk kedalam kategori rendah, dan hasil skor pada sub indikator menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan meningkat dari 11 menjadi 17 dengan skor N-Gain rata-rata 0,31 termasuk kedalam kategori sedang. Hasil skor yang diperoleh siswa pada indikator aspek empati dan sub indikator menunjukkan perhatian kepada orang lain meningkat dari 13 menjadi 20 dengan skor N-Gain rata-rata 0,38 termasuk kedalam kategori sedang, dan hasil skor pada sub indikator memahami orang lain meningkat dari 12 menjadi 17 dengan skor N-Gain 0,33 termasuk kedalam kategori sedang. Hasil skor yang diperoleh siswa pada indikator aspek dukungan dan sub indikator memberikan dukungan kepada teman meningkat dari 8 menjadi 15 dengan skor N-Gain rata-rata 0,25 termasuk kedalam kategori rendah, dan hasil skor pada sub indikator memberikan penghargaan terhadap orang lain meningkat dari 5 menjadi 8 dengan skor N-Gain rata-rata 0,14 termasuk kedalam kategori rendah. Hasil skor yang diperoleh siswa pada indikator aspek rasa positif

dan sub indikator berpikir positif terhadap orang lain meningkat dari 23 menjadi 43 dengan skor N-Gain rata-rata 0,86 termasuk kedalam kategori tinggi , dan hasil skor pada sub indikator menghargai perbedaan pada orang lain meningkat dari 15 menjadi 23 dengan skor N-Gain rata-rata 0,45 termasuk kedalam kategori sedang. Hasil skor yang diperoleh siswa pada indikator aspek kesetaraan dan sub indikator mengakui pentingnya kehadiran orang lain meningkat dari 10 menjadi 20 dengan skor N-Gain rata-rata 0,33 termasuk kedalam kategori sedang, dan hasil skor pada sub indikator menempatkan diri setara dengan orang lain meningkat dari 12 menjadi 18 dengan skor N-Gain rata-rata 0,34 termasuk kedalam kategori sedang.

B. Pembahasan Data Penelitian

1. Pembahasan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA Negeri 1 Delima Sebelum Diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Assertive Training*

Berdasarkan hasil data-data yang dihimpun melalui penyebaran angket, menunjukkan secara umum kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-1 SMA Negeri 1 Delima berada pada kategori rendah, sedang dan tinggi. Ada 5 siswa yang memiliki kategori rendah dengan skor <66, 20 siswa berkategori sedang dengan skor 66-95 dan 4 peserta didik yang berkategori tinggi dengan skor >95. Siswa yang berkategori sedang diasumsikan telah mencapai tingkat komunikasi interpersonal yang efektif setiap aspeknya, yaitu kemampuan terhadap penerimaan pesan atau informasi yang efektif sesuai aspeknya, yaitu kemampuan terhadap penerimaan pesan atau informasi disertai adanya *feedback* yang diwujudkan dalam bentuk keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif dan kesetaraan. Komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian

pesan dari seseorang kepada orang lain artinya komunikasi dikaitkan dengan pertukaran informasi yang bermakna dan juga harus mendapatkan hasil dari orang-orang yang berkomunikasi. Komunikasi interpersonal menghendaki informasi ataupun pesan dapat terjalin, oleh karena itu setiap orang dituntut agar mempunyai keterampilan dalam komunikasi interpersonal agar dapat berbagi informasi, bergaul, menjalin hubungan yang baik dengan orang lain, dan menjalin kerja sama untuk bertahan hidup.⁷⁴

Peserta didik dalam menciptakan interaksi sosial yang baik dituntut agar memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik. Kemampuan dalam komunikasi interpersonal yang baik dapat menjadikan peserta didik berperilaku dan diterima secara sosial, dan dapat memainkan peran dilingkungan sosialnya dan dapat memiliki sikap yang positif dalam sosial. Dengan itu kemampuan peserta didik dapat diukur sejauh mana peserta didik tersebut dapat diterima atau tidak dilingkungan sosialnya.

Penelitian merujuk kepada konsep komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Devito yaitu komunikasi interpersonal dapat berlangsung efektif apabila memiliki 5 aspek yaitu: a) Keterbukaan (*openness*), b) empati (*empathy*), c) dukungan (*supportiveness*), d) rasa positif (*positiviness*), e) kesetaraan (*equality*). Pada penelitian peserta didik diharapkan agar mampu memiliki tingkat pencapaian yang baik pada setiap aspeknya, yaitu peserta didik

⁷⁴ Bimo Walgito, *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*, (Yogyakarta: CV Andi Offset, 2003), h. 76.

harus mampu untuk mengembangkan sikap keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), dukungan (*supportiveness*), dan e) kesetaraan (*equality*).⁷⁵

2. Pembahasan Komunikasi Interpersonal Siswa SMA Negeri 1 Delima Sesudah Diberikan Layanan Konseling Individual Melalui Teknik *Assertive Training*

Dari hasil deskripsi hasil *post-test* 5 siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah dengan skor <66 menjadi 3 siswa mengalami komunikasi interpersonal sedang dengan skor 66-95 dan 2 siswa mengalami komunikasi interpersonal tingkat tinggi dengan skor >95 setelah dilakukan *treatment* sebanyak 5 kali. Tujuan dari pemberian *post-test* ini ialah untuk melihat apakah implementasi layanan konseling individual melalui teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Sehingga dapat dikatakan bahwa layanan konseling individual melalui teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa dapat meningkatkan komunikasi interpersonal siswa, hal ini dibuktikan dengan hasil skor komunikasi interpersonal siswa pada tingkat rendah menjadi tingkat sedang dan tinggi.

Teknik yang peneliti gunakan dalam konseling individual ini adalah teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* ialah kemampuan untuk menyatakan keyakinan secara tegas dan berterus terang, mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung, tanpa rasa cemas, jujur serta mempertahankan hak pribadi dengan menjaga perasaan dan hak-hak orang lain. Teknik *assertive training* atau latihan asertif dapat diartikan sebagai suatu proses latihan keterampilan sosial yang diberikan kepada individu untuk meningkatkan kemampuan dalam

⁷⁵ Devito, J A, *Komunikasi Antar Manusia* (terj. Agus Mulyanan MSM), (Jakarta: Professional Books, 1997), h. 259-264

mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dipikirkan terhadap oranglain namun tetap menjaga dan menghargai perasaan orang lain.

Berdasarkan dari hasil pemberian perlakuan (*treatment*) yang peneliti lakukan pada tahap akhir, sudah terlihat perubahan yang dialami oleh siswa tersebut dari sebelumnya.

3. Pembahasan Implementasi Layanan Konseling Melalui Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Delima

Secara umum komunikasi interpersonal di SMA Negeri 1 Delima berada pada kategori rendah. Hal ini terlihat dari banyaknya siswa menjawab angket (kuesioner) tentang komunikasi interpersonal siswa diambil dari siswa kelas XI-1, sebelumnya telah diobservasi awal oleh peneliti untuk mengetahui komunikasi interpersonal siswa.

Setelah diberikan perlakuan (*treatment*) dengan teknik *assertive training* terhadap komunikasi interpersonal siswa, terjadi perubahan yang signifikan terhadap hasil skor yang diperoleh siswa. Dimana pada hasil *post-test* menunjukkan peningkatan komunikasi interpersonal siswa pada kategori sedang dan kategori tinggi, tidak ada lagi peserta didik yang berada pada kategori rendah.

Perlakuan diberikan sebanyak 5 kali pada siswa yang sama, dihari yang berbeda. Setiap perlakuan tersebut memiliki tujuan tersendiri, namun memiliki tujuan umum yang sama untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa. Untuk mengetahui apakah ada terjadinya peningkatan komunikasi interpersonal siswa, maka peneliti memberikan *post-test*. *Pos-test* adalah kondisi akhir peserta didik setelah diberikan perlakuan, gunanya untuk mengukur atau mengetahui hasil skor baru yang dimiliki siswa setelah adanya perlakuan.

Berdasarkan analisis data yang menunjukkan adanya peningkatan komunikasi interpersonal pada peserta didik setelah dilaksanakannya teknik *assertive training*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor komunikasi interpersonal siswa dari kategori rendah setelah dilaksanakan layanan konseling individual dengan teknik *assertive training* skor komunikasi interpersonal berada di kategori sedang dan tinggi.



BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai penerapan layanan konseling individual untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Komunikasi interpersonal siswa sebelum mendapatkan layanan konseling individual dengan teknik *assertive training* berada pada kategori rendah.
2. Komunikasi interpersonal siswa sesudah mendapatkan layanan konseling individual dengan teknik *assertive training* berada pada kategori sedang dan tinggi.
3. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada perbedaan komunikasi interpersonal siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *assertive training*. Dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara pemberian layanan konseling individual untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa di SMA Negeri 1 Delima.

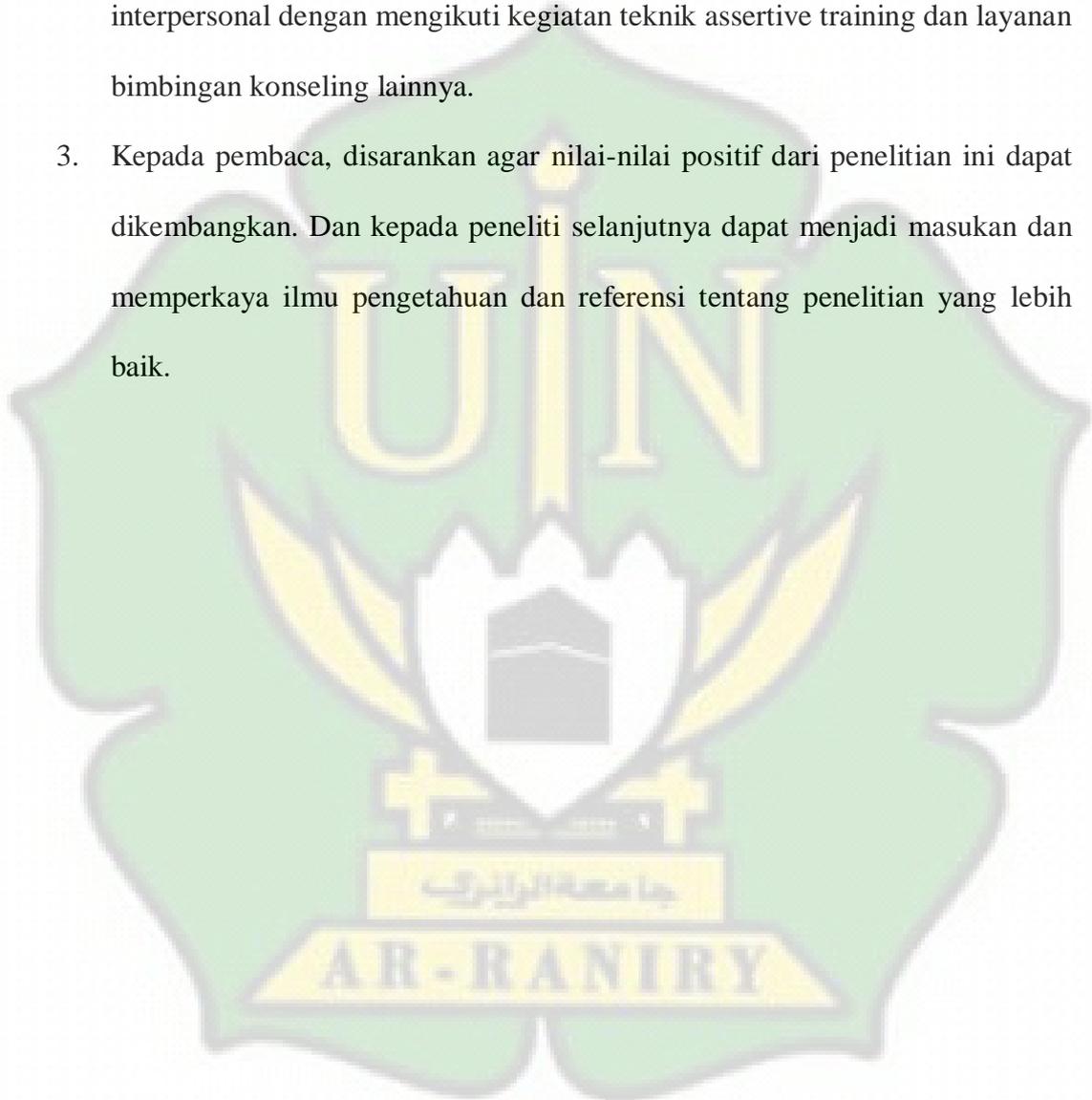
B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran:

1. Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan dapat menindaklanjuti kegiatan teknik *assertive training* untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa

dan memberikan layanan konseling individual untuk penyelesaian lebih lanjut.

2. Kepada siswa SMAN 1 Delima untuk meningkatkan komunikasi interpersonal dengan mengikuti kegiatan teknik assertive training dan layanan bimbingan konseling lainnya.
3. Kepada pembaca, disarankan agar nilai-nilai positif dari penelitian ini dapat dikembangkan. Dan kepada peneliti selanjutnya dapat menjadi masukan dan memperkaya ilmu pengetahuan dan referensi tentang penelitian yang lebih baik.



DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, Fauzi. (2015). Pengaruh Komunikasi Interpersonal antara Dosen dan Mahasiswa Terhadap Motivasi Belajar dan Prestasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pakommas, Vol. 18, No. 1, April 2015.*, 54-55.
- AD Yahya , Winarsih. (2016). Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Cermin Kabupaten Pasawaran. *Jurnal Bimbingan Konseling (E-Journal), Vol. 03, No. 1, Th. 2016, 03, 41.*
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- AW, Suranto. (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Busmayaril, Efi Umairoh. U. (2018). Mengatasi Prilaku Membolos Peserta Didik Menggunakan Konseling Individual. *Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal), Vol. 05, No. 1, Th. 2018, 36.*
- Dantes, N. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: ANDI.
- Daryanto, Muhammad Farid. (2015). *Bimbingan Konseling Panduan Guru Bk dan Guru Umum*. Yogyakarta: Penerbit Gava media.
- Dharmayanti, Putu Ari. (2013). Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa SMK. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran, Vol. 46, No. 3, Oktober 2013, 263.*
- Diniaty, Aminah. (2018). Mewaspada Miskonsepsi Nilai Budaya dalam Pelaksanaan Konseling Individual. *Educational Guidance and Counseling Development Journal, Vol. 1, No. 1, Th. 2018, 4.*
- Elva Ronaning Roem, Sarmiati. (2017). *Komunikasi Interpersonal*. Purwokerto: CV IRIDH.
- Furqon. (2009). *Statistik Terapan Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Henni Syafriana Nasution, A. (2019). *Bimbingan Konseling "Konsep Teori dan Aplikasinya"*. Medan : Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI).

- Hidayat, Dasrun. (2012). *Komunikasi Antarpribadi dan Mediana*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Husni, M. (2017). Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme. *Al-Ibrah*, Vol, 2, No. 2, Desember 2017, 65.
- Ismaya, Bambang. (2015). *Bimbingan & Konseling: Studi, Karier, dan Keluarga*. Bandung: PT Refika Aditama.
- JA, Devito. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Professional Books.
- Kamaruzzaman. (2016). Analisis Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa. *Jurna Konseling GUSJIGANG*, Vol. 2, No. 2, Desember 2016, 203.
- Kurniati, Erisa. (2018). Bimbingan dan Konseling disekolah: Prinsip dan Asas. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 3, No. 2, Desember 2018, 55.
- Margono, S. (2005). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Maria Victoria Awi, dkk. (2016). Peranan Komunikasi Antar Pribadi dalam Menciptakan Harmonisasi Keluarga di Desa Kimaam Kabupaten Merauke. *e-Journal*, Vol. V, No. 2, Th. 2016., 2-3.
- Mubarok. Made Dwi Anjani,. (2014). *Komunikasi Antarpribadi dalam Masyarakat Majemuk*. Jakarta Timur: Dapur Buku.
- Narbuko, Cholid. (2010). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Nasution, S. (2012). *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Noor, Juliansyah. (2013). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Kencana.
- Pontoh, Widya. P. (2013). Peranan Komunikasi Interpersonal Guru dalam Meningkatkan Pengetahuan Anak. *Journal "Acta Diurna"* Vol. I, No. I, Th. 2013, 2-3.
- Prama, Setia. Ricky Yordani. (2016). *Dasar-Dasar Statistik dengan Software R Konsep dan Aplikasi*. Bogor: Penerbit In Media.
- Prayitno. (2004). *Buku Seri Bimbingan dan Konseling disekolah Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- _____. (2018). *Konseling Profesional yang Berhasil: Layanan Kegiatan Pendukung*. Depok: PT Raja Grafindo.

- Qomar, Rohmad. (2009). Teknik Penelusuran Analisis Data Kuantitatif Dalam Penelitian Kependidikan. *Journal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, Vol. 14, No. 3, September-Desember 2009, 1.
- R.R, Hake. (1998). Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses. *American Journal of Physics*, 66. 1, 1998, 64-74.
- Rangkuti, Ahmad Nizar. N. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Citapustaka Media.
- Sarwono, Jonathan. dan Hendra Nur Salim. (2017). *Prosedur-Prosedur Populer Statistik Untuk Analisis Data Riset Skripsi*. Yogyakarta: Gava Media.
- Siregar, Syofian. (2014). *Statistik Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sarwono. (2002). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Bali Pustaka.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan Kombinasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- _____. (2017). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni, Wiratna. (2019). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: PT Pustaka Bru.
- Sumanto. (1995). *Metodologi Penelitian Sosial & Pendidikan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Sumanto. (2005). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sundayana, R. (2014). *Statistika Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Susilo, M. Joko. (2007). *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Tutiona, Marti Yoan. dkk. (2016). Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa SMP Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling dan Psikoedukasi*, Vol. 1, No. 1, Juni 2016, 76.

- Usman, Nurdin. (2002). *Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum*. Jakarta: Grasindo.
- Walgito, Bimo. (2003). *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- _____. (2010). *Bimbingan dan Konsling (Studi & Karir)*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Willis, Sofyan S. (2014). *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Yusuf, Syamsu. Juntika Nurihsan. (2005). *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Fajar Interpretama Mandiri.





**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Syeikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B-6603/Un.08/FTK.1/TL.00/06/2022
Lamp : -
Hal : **Penelitian Ilmiah Mahasiswa**

Kepada Yth,

1. Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kabupaten Pidie dan Kabupaten Pidie Jaya
2. Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Delima

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Pimpinan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **SUCI OCHTAVIANI / 170213101**
Semester/Jurusan : X / Bimbingan Konseling
Alamat sekarang : Kopelma Darussalam Kec. Syiah Kuala Banda Aceh

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Keguruan bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul **Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Negeri 1 Delima**

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 09 Juni 2022

an. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan,



Berlaku sampai : 13 Juli 2022

Dr. M. Chalis, M.Ag.



PEMERINTAH ACEH DINAS PENDIDIKAN

CABANG DINAS PENDIDIKAN
WILAYAH KABUPATEN PIDIE DAN KABUPATEN PIDIE JAYA
Jalan Prof. A. Majid Ibrahim No. 115 Cot Teunoh Kec. Pidie Kode Pos 24154 Telp. (0653) 7829609

Sigli, 13 Juni 2022

Nomor : 070/H/ 859 /2022
Lampiran : -
Perihal : Izin Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth,
Kepala SMA Negeri 1 Delima
di-
Tempat.

Assalamualaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,

Sehubungan dengan surat Dekan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Nomor : B-6603/Un.08/FTK.1/TL.00/06/2022 tanggal 09 Juni 2022 hal melaksanakan penelitian, dengan ini kami memberi izin, kepada:

Nama : Suci Ochtaviani
NIM : 170213101
Prodi/Jurusan : Bimbingan Konseling
Judul Skripsi : Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMA Negeri 1 Delima.

Untuk maksud tersebut, kami sampaikan hal-hal sebagai berikut :

1. Mengingat kegiatan ini akan melibatkan siswa diharapkan dalam pelaksanaannya tidak mengganggu proses belajar mengajar;
2. Harus mentaati semua ketentuan peraturan Perundang-Undangan atau adat istiadat yang berlaku;
3. Demi kelancaran kegiatan tersebut, hendaknya dilakukan koordinasi terlebih dahulu dengan Kepala Sekolah;
4. Melaporkan dan menyerahkan hasil penelitian kepada Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kabupaten Pidie dan Kabupaten Pidie Jaya, selesai melaksanakan penelitian.
5. Mematuhi segala prosedur dan ketentuan Protokol Kesehatan dan Protokol Pendidikan sesuai masa pandemi Covid-19.

Demikian kami sampaikan, untuk dipergunakan seperlunya.

Pih.  CABANG DINAS PENDIDIKAN.

MUHAMMAD NAUFAL, S.SIP
DINAS PENDIDIKAN MUDA TINGKAT I
NIP. 19930702 201507 1 002

Revisi :

1. Kepala Dinas Pendidikan Aceh;
2. Dekan Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Fakultas Tarbiyah dan Keguruan;
3. Yang bersangkutan.



**PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 DELIMA**



Alamat: Jalan B. Aceh-Medan Km 112 Grong-grong Kab. Pidie Prov. Aceh. Pos 24162 e-mail: sman1delima99@gmail.com

Nomor : 800.2/337/SMA/2021
Lamp : -
Hal : Penelitian

Grong-Grong, 17 Juni 2022

Berdasarkan Surat Direktur Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Nomor : B-6603/Un.08/FTK.1/TL.00/06/2022 Tanggal 09 Juni 2022. Tentang izin mengadakan penelitian, maka dengan ini kami beritahukan bahwa:

Nama : **Suci Ochtaviani**
NIM : 170213101
Jurusan/Prodi : Bimbingan Konseling
Jenjang : S-1

Benar yang namanya tersebut diatas telah mengadakan Penelitian Tesis /pengumpulan data pada SMA Negeri 1 Delima Kabupaten Pidie, dalam rangka penyelesaian Tugas Mata Kuliah terhitung mulai Tanggal 09 s.d 18 Juni 2022, yang merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Studi pada Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, jurusan Bimbingan Konseling dengan judul **“Implementasi Layanan Konseling Individual Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa di SMAN 1 Delima Kabupaten Pidie”**.

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dapat di pergunakan seperlunya.



HASIL JUDGEMENT INSTRUMENT

Instrument : Instrumen Komunikasi Interpersonal

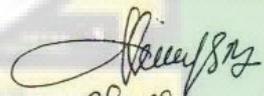
Nama : Suci Ochtaviani

NIM : 170213101

| PERTIMBANGAN | SARAN/REKOMENDASI/REVISI |
|---------------------|---------------------------------|
| Bahasa | <i>Baik</i> |
| Konstruk | <i>Baik</i> |
| Isi | <i>Baik</i> |

Banda Aceh, 9 Juni 2022

Penimbang Instrument


Muslima, M.Ed.

AR-RANIRY

HASIL JUDGEMENT INSTRUMENT

Instrument : Instrumen Komunikasi Interpersonal

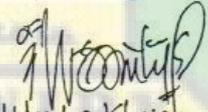
Nama : Suci Ochtaviani

NIM : 170213101

| PERTIMBANGAN | SARAN/REKOMENDASI/REVISI |
|--------------|--------------------------|
| Bahasa | BAIK |
| Konstruk | BAIK |
| Isi | BAIK |

Banda Aceh, 7. Juni 2022

Penimbang Instrument


Wafiq Khairi M.Ed

| INFORMASI | REPERYUKAN | | EMPAK | | DIPUKULAN | | BAWA POKOK | | REPERYUKAN | | Sampel |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------|
| | Indikator 1 | Indikator 2 | |
| RESISTENSI | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 123456789101112131415161718192021222324252627282930313233343536373839404142434445464748495051525354555657585960616263646566676869707172737475767778798081828384858687888990919293949596979899100 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |

TES AKHIR KOMUNIKASI INTERPERSONAL

| INFORMASI | REPERYUKAN | | EMPAK | | DIPUKULAN | | BAWA POKOK | | REPERYUKAN | | Sampel |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------|
| | Indikator 1 | Indikator 2 | |
| RESISTENSI | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 123456789101112131415161718192021222324252627282930313233343536373839404142434445464748495051525354555657585960616263646566676869707172737475767778798081828384858687888990919293949596979899100 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |

TES AWAL KOMUNIKASI INTERPERSONAL

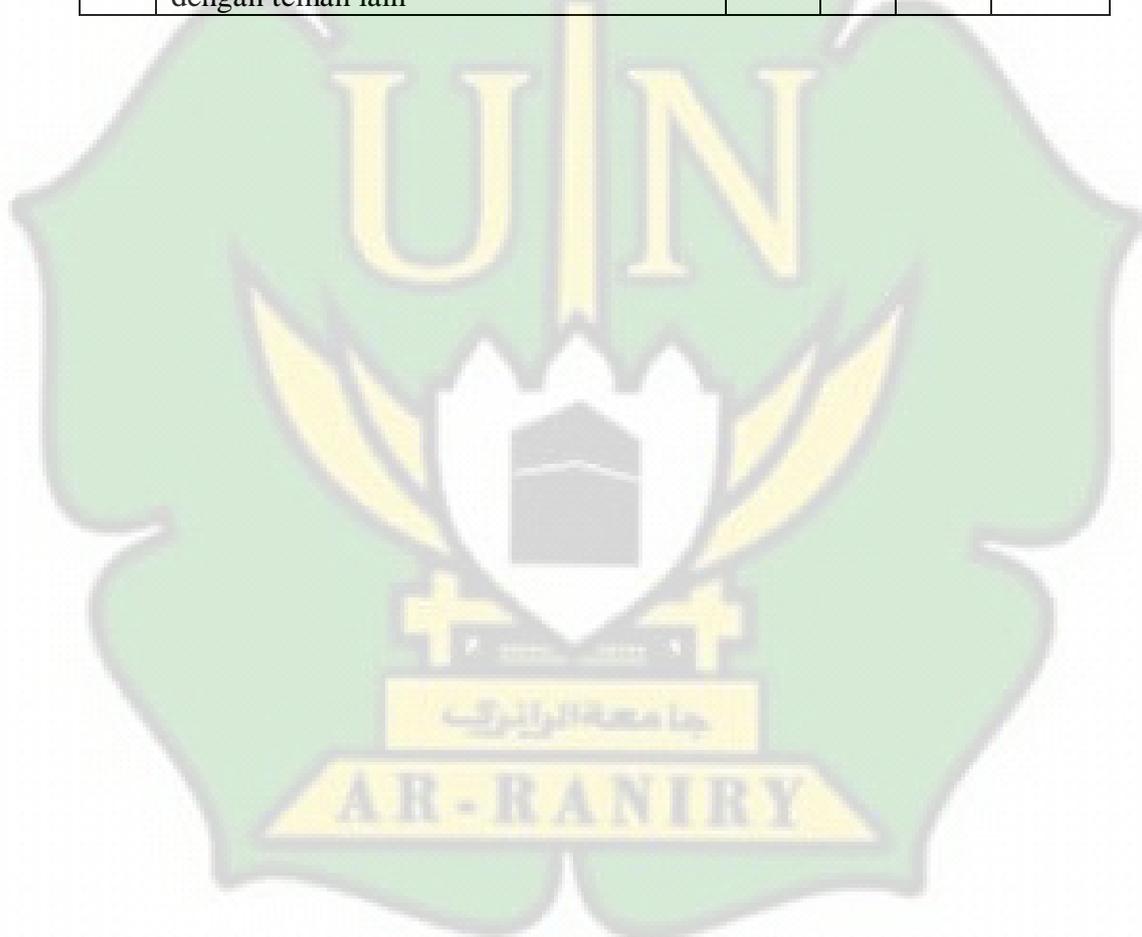
| INFORMASI | REPERYUKAN | | EMPAK | | DIPUKULAN | | BAWA POKOK | | REPERYUKAN | | Sampel |
|--|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------|
| | Indikator 1 | Indikator 2 | |
| RESISTENSI | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 123456789101112131415161718192021222324252627282930313233343536373839404142434445464748495051525354555657585960616263646566676869707172737475767778798081828384858687888990919293949596979899100 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |

DAFTAR LAMPIRAN
ANGKET KOMUNIKASI INTERPERSONAL

| NO | Pernyataan | SS | S | TS | STS |
|-----------|--|-----------|----------|-----------|------------|
| 1. | Saya senang dan terbuka ketika berkomunikasi dengan teman sekelas dan guru | | | | |
| 2. | Saya memilih diam saja ketika diskusi kelompok sedang berlangsung | | | | |
| 3. | Saya tidak menanggapi ide/pendapat dari teman sekelas maupun guru. | | | | |
| 4. | Saya menerima pendapat dan saran yang diberikan teman maupun guru | | | | |
| 5. | Saya saling bertukar pendapat dengan teman dikelas ketika proses belajar mengajar | | | | |
| 6. | Saya melihat kelebihan orang lain untuk memotivasi diri saya. | | | | |
| 7. | Saya senang memotivasi teman saya ketika mereka sedang terpuruk. | | | | |
| 8. | Saya benci ketika teman saya lebih dari saya | | | | |
| 9. | Saya suka membanding-bandingkan antar teman satu dengan teman lainnya. | | | | |
| 10 | Saya menjadikan pengalaman orang lain sebagai motivasi untuk diri saya | | | | |
| 11 | Saya tidak memperdulikan perasaan orang lain disaat saya bicara | | | | |
| 12 | Saya mengucapkan kata-kata kasar ketika saya emosi | | | | |
| 13 | Saya selalu memberikan ucapan selamat atas keberhasilan teman saya | | | | |
| 14 | Saya selalu ramah kepada teman saya meskipun ia menyinggung perasaan saya. | | | | |
| 15 | Saya memberikan dukungan kepada teman saya | | | | |
| 16 | Saya memilih diam dan tidak memberikan masukan ketika ada pendapat yang saya rasa salah. | | | | |
| 17 | Saya tidak memperdulikan teman saya yang meminta dukungan | | | | |
| 18 | Bila saya melakukan kesalahan saya akan meminta maaf | | | | |
| 19 | Saya selalu membalas ketika teman saya memukul saya | | | | |

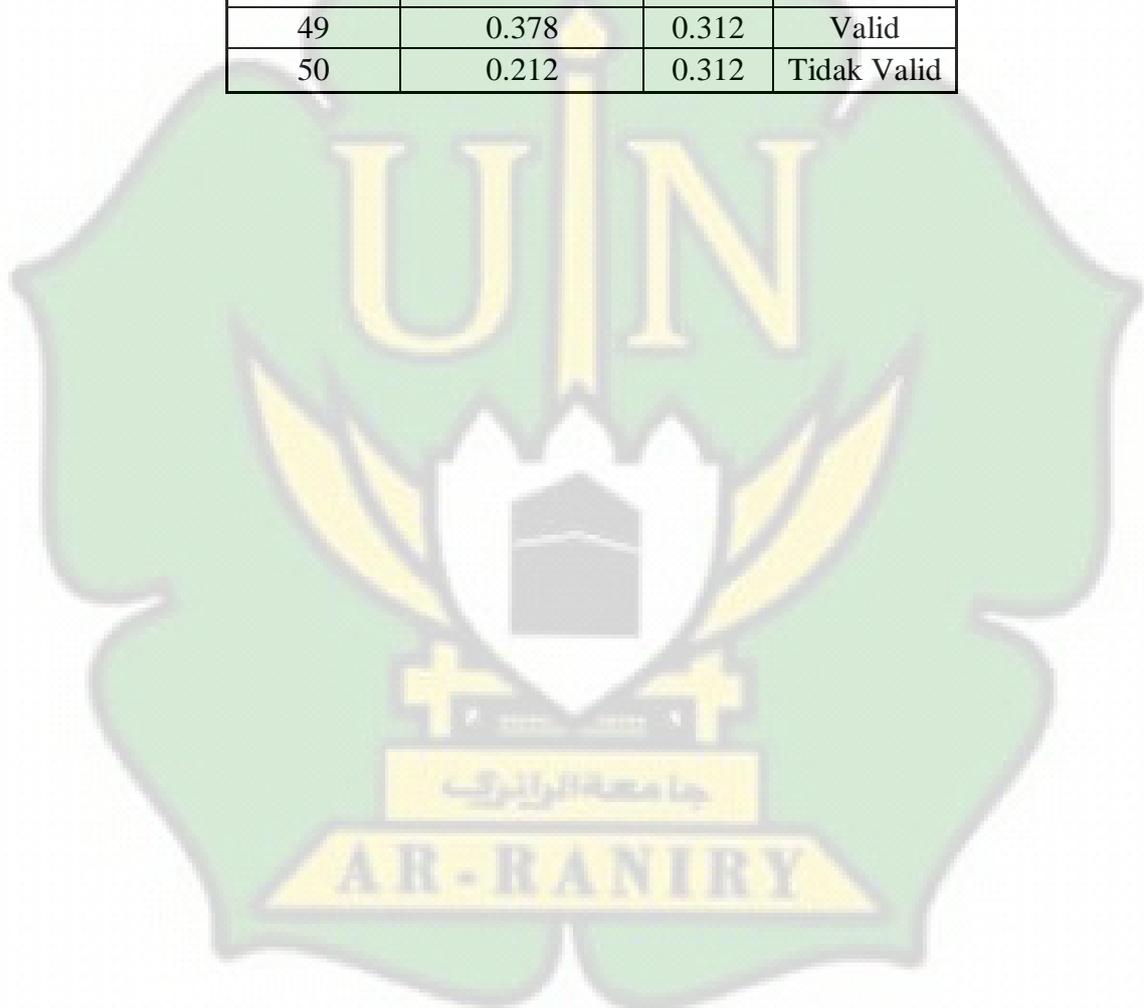
| | | | | | |
|----|---|--|--|--|--|
| 20 | Saya membantu teman yang pernah membantu saya. | | | | |
| 21 | Saya suka membesar-besarkan masalah | | | | |
| 22 | Saat teman tidak hadir karna sakit, saya dapat menjelaskan materi yang diajarkan guru kepada teman saya tersebut. | | | | |
| 23 | Saya bergaul secara wajar dengan siapapun | | | | |
| 24 | Saya menghargai perbedaan sifat yang dimiliki teman saya | | | | |
| 25 | Saya termasuk orang yang mudah akrab dengan teman lain | | | | |
| 26 | Saya menjadi tempat berbagi keluh kesah teman-teman | | | | |
| 27 | Saya susah akrab dengan orang yang baru saya kenal | | | | |
| 28 | Saya merasa teman-teman saya sangat memperhatikan saya | | | | |
| 29 | Saya senang berbagi informasi dengan teman saya | | | | |
| 30 | Saya selalu menyapa teman disekolah walaupun tidak akrab | | | | |
| 31 | Saya selalu berbohong ketika ditanya oleh orang sekitar | | | | |
| 32 | Saya memberikan semangat untuk diri saya dan teman-teman ketika akan mengikuti ujian | | | | |
| 33 | Saya suka mengolok teman saya ketika dalam kesusahan | | | | |
| 34 | Saya bersyukur memiliki teman-teman yang memberikan informasi positif kepada diri saya | | | | |
| 35 | Saya menolong teman-teman yang sedang mengalami kesusahan | | | | |
| 36 | Saya membantu teman dalam memahami materi pelajaran yang tidak diketahuinya | | | | |
| 37 | Saya hanya membantu orang yang pernah membantu saya | | | | |
| 38 | Saya ingin sukses bersama teman-teman saya | | | | |
| 39 | Saya memahami keinginan teman yang berbeda dengan keinginan saya | | | | |
| 40 | Saya senang mendapatkan teman baru | | | | |
| 41 | Saya kurang suka bekerja dalam kelompok | | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| 42 | Saya tidak pernah mengabaikan kerja kelompok | | | | |
| 43 | Saya tidak pernah meninggalkan diskusi kelompok | | | | |
| 44 | Saya mengucapkan selamat kepada teman yang mendapatkan peringkat | | | | |
| 45 | Saya mendiskusikan bersama teman tentang pelajaran yang belum dipahami | | | | |
| 46 | Saya meminta masukan teman apabila perbuatan saya dianggap salah | | | | |
| 47 | Saya termasuk orang yang mudah akrab dengan teman lain | | | | |



| No. Pernyataan | r Hitung | r Tabel | Kesimpulan |
|----------------|----------|---------|------------|
| 1 | 0.895 | 0.312 | Valid |
| 2 | 0.809 | 0.312 | Valid |
| 3 | 0.836 | 0.312 | Valid |
| 4 | 0.907 | 0.312 | Valid |
| 5 | 0.893 | 0.312 | Valid |
| 6 | 0.839 | 0.312 | Valid |
| 7 | 0.868 | 0.312 | Valid |
| 8 | 0.835 | 0.312 | Valid |
| 9 | 0.877 | 0.312 | Valid |
| 10 | 0.881 | 0.312 | Valid |
| 11 | 0.780 | 0.312 | Valid |
| 12 | 0.846 | 0.312 | Valid |
| 13 | 0.870 | 0.312 | Valid |
| 14 | 0.755 | 0.312 | Valid |
| 15 | 0.933 | 0.312 | Valid |
| 16 | 0.834 | 0.312 | Valid |
| 17 | 0.852 | 0.312 | Valid |
| 18 | 0.782 | 0.312 | Valid |
| 19 | 0.826 | 0.312 | Valid |
| 20 | 0.792 | 0.312 | Valid |
| 21 | 0.601 | 0.312 | Valid |
| 22 | 0.859 | 0.312 | Valid |
| 23 | 0.771 | 0.312 | Valid |
| 24 | 0.803 | 0.312 | Valid |
| 25 | 0.821 | 0.312 | Valid |
| 26 | 0.846 | 0.312 | Valid |
| 27 | 0.777 | 0.312 | Valid |
| 28 | 0.869 | 0.312 | Valid |
| 29 | 0.870 | 0.312 | Valid |
| 30 | 0.855 | 0.312 | Valid |
| 31 | 0.900 | 0.312 | Valid |
| 32 | 0.835 | 0.312 | Valid |
| 33 | 0.854 | 0.312 | Valid |
| 34 | 0.816 | 0.312 | Valid |
| 35 | 0.876 | 0.312 | Valid |
| 36 | 0.828 | 0.312 | Valid |
| 37 | 0.893 | 0.312 | Valid |
| 38 | 0.850 | 0.312 | Valid |
| 39 | 0.859 | 0.312 | Valid |

| | | | |
|----|--------|-------|-------------|
| 40 | 0.691 | 0.312 | Valid |
| 41 | 0.787 | 0.312 | Valid |
| 42 | 0.918 | 0.312 | Valid |
| 43 | 0.787 | 0.312 | Valid |
| 44 | 0.838 | 0.312 | Valid |
| 45 | -0.038 | 0.312 | Tidak Valid |
| 46 | 0.382 | 0.312 | Valid |
| 47 | 0.342 | 0.312 | Valid |
| 48 | 0.030 | 0.312 | Tidak Valid |
| 49 | 0.378 | 0.312 | Valid |
| 50 | 0.212 | 0.312 | Tidak Valid |



Reliabilitas Instrumen

| Variabel | Cronbach's Alpha | N of Items |
|--------------------------|------------------|------------|
| komunikasi interpersonal | 0.986 | 50 |

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|------------------------------------|----------------|-------------------------|
| | | Unstandardized Residual |
| N | | 5 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | 0.0000000 |
| | Std. Deviation | 2.16794834 |
| Most Extreme Differences | Absolute | 0.205 |
| | Positive | 0.155 |
| | Negative | -0.205 |
| Test Statistic | | 0.205 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

| 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 - Post-Test | -37.80000 | 2.58844 | 1.15758 | -41.01397 | -34.58603 | -32.654 | 4 | 0.000 |

Tabel N-Gain Per-5 (Orang)

| No | Nama | Tes Awal | Tes Akhir | Gain | skor ideal (100)-Pre | n-gain | N-Gain % | kategori |
|------------------|------|----------|-----------|------|----------------------|--------|----------|----------|
| 1 | MA | 55 | 92 | 37 | 45 | 0.82 | 82.22 | Tinggi |
| 2 | PB | 54 | 88 | 34 | 46 | 0.74 | 73.91 | Tinggi |
| 3 | AF | 57 | 96 | 39 | 43 | 0.91 | 90.70 | Tinggi |
| 4 | DM | 52 | 90 | 38 | 48 | 0.79 | 79.17 | Tinggi |
| 5 | ZZ | 57 | 98 | 41 | 43 | 0.95 | 95.35 | Tinggi |
| Rata-Rata | | 55 | 92.8 | 37.8 | 45 | 0.84 | 84.27 | Tinggi |
| standart deviasi | | 2.12 | 4.15 | 2.59 | 2.12 | 0.09 | 8.68 | |

Uji N-Gain PerIndikator

| Indikator | Deskriptor | Frekuensi | Presentase | Kategori |
|--------------|--|-----------|------------|----------|
| Keterbukaan | Menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain | 4 | 14% | Rendah |
| | Menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan | 4 | 14% | Rendah |
| Empati | Menunjukkan perhatian kepada orang lain | 5 | 18% | Rendah |
| | Memahami orang lain | 5 | 18% | Rendah |
| dukungan | Memberikan dukungan kepada teman | 3 | 10% | Rendah |
| | Memberikan penghargaan terhadap orang lain | 2 | 7% | Rendah |
| rasa positif | Berpikir positif terhadap orang lain | 10 | 35% | Sedang |
| | Menghargai perbedaan pada orang lain | 6 | 21% | Sedang |
| Kesetaraan | Mengakui pentingnya kehadiran orang lain | 4 | 14% | Rendah |
| | Menempatkan diri setara dengan orang lain | 5 | 18% | Rendah |

| Variabel | Indikator | Deskriptor | Tes Awal | Tes Akhir | Gain | Skor Ideal (100)-Pre | N-gain | N-gain Score% | Kategori |
|--------------------------|--------------|--|----------|-----------|------|----------------------|--------|---------------|----------|
| komunikasi interpersonal | Keterbukaan | Menunjukkan keterbukaan dalam hubungan dengan orang lain | 8 | 16 | 24 | 92 | 0.26 | 26.09 | Rendah |
| | | Menunjukkan kepercayaan kepada orang lain untuk berbagi perasaan | 11 | 17 | 28 | 89 | 0.31 | 31.46 | Sedang |
| | Empati | Menunjukkan perhatian kepada orang lain | 13 | 20 | 33 | 87 | 0.38 | 37.93 | Sedang |
| | | Memahami orang lain | 12 | 17 | 29 | 88 | 0.33 | 32.95 | Sedang |
| | Dukungan | Memberikan dukungan kepada teman | 8 | 15 | 23 | 92 | 0.25 | 25.00 | Rendah |
| | | Memberikan penghargaan terhadap orang lain | 5 | 8 | 13 | 95 | 0.14 | 13.68 | Rendah |
| | Rasa Positif | Berpikir positif terhadap orang lain | 23 | 43 | 66 | 77 | 0.86 | 85.71 | Tinggi |
| | | Menghargai perbedaan pada orang lain | 15 | 23 | 38 | 85 | 0.45 | 44.71 | Sedang |
| | Kesetaraan | Mengakui pentingnya kehadiran orang lain | 10 | 20 | 30 | 90 | 0.33 | 33.33 | Sedang |
| | | Menempatkan diri setara dengan orang lain | 12 | 18 | 30 | 88 | 0.34 | 34.09 | Sedang |



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 DELIMA
 jl. B.Aceh-Medan KM 112 Grong-grong, Telp (0653) 7828235
 e-mail: sman1delima99@gmail.com
 NSS : 301060208021 NPSN: 10100545 kode pos 24162

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDU

1. Topik Permasalahan : Empat gaya komunikasi dasar
 2. Bidang Bimbingan : Pribadi dan Sosial
 3. Kegiatan/ Jenis Layanan : Konseling individu
 4. Fungsi Kegiatan : Pemahaman dan pengembangan
 5. Tujuan Kegiatan/ Hasil yang ingin dicapai:
 - a. Konseli dapat mengungkapkan pendapat, ide atau gagasan yang ingin disampaikan.
 - b. Konseli dapat meningkatkan komunikasi interpersonal yang baik.
 6. Sasaran : MA
 7. Metode : Teknik *assertive training*
 8. Rencana Kegiatan
 - a. Hari/ Tanggal : Jum'at/ 10 Juni 2022
 - b. Waktu : 09:00 WIB
 - c. Semester/ Tahun : II (Genap)/ 2021-2023
 - d. Tempat Penyelenggaraan : Ruang BK
 9. Langkah-langkah konseling :
- Tahap awal (8 Menit)**
- a. Peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan angket di kelas XI-1 yang nantinya akan diisi dengan pilihan SS, S, KS, TS, STS
 - b. Peneliti mendapatkan siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah.

- c. Peneliti membina hubungan baik dengan peserta didik dengan bertanya kabar
- d. Peneliti menjelaskan pengertian teknik *assertive training*, tujuan, dan manfaatnya
- e. Peneliti menjelaskan tentang langkah-langkah dalam teknik *assertive training*.

Tahap transisi (2 Menit)

- a. Memastikan kesiapan Konseli

Tahap into (15 Menit)

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang
- b. Usahakan tetap rileks dan tenang
- c. Menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3,4,5
- d. Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstremitas atas dan bawah rileks
- e. Ketika menghembuskan napas, hitung sampai empat atau lima lagi, usahakan agar tetap konsentrasi atau mata sambil di pejam
- f. Cobalah bernapas melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut, hembuskan napas dari mulut dengan lembut
- g. Ulangi sampai 15 kali, dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali

Tahap penutupan (5 Menit)

- a. Memberikan lembar evaluasi dan konseli wajib mengisi
- b. Memberikan apresiasi atas partisipasi konseli mau mengikuti konselingMengakhiri kegiatan dengan berdoa, dan salam

Banda Aceh, 10 Juni 2022

Peneliti

Suci Ochtaviani

NIM. 170213101



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 DELIMA
 Jl. B.Aceh-Medan KM 112 Grog-grog, Telp (0653) 7828235
 e-mail: sman1delima99@gmail.com
 NSS : 301060208021 NPSN: 10100545 kode pos 24162

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDU

1. Topik Permasalahan : Komunikasi Interpersonal
2. Bidang Bimbingan : Karir
3. Kegiatan/ Jenis Layanan : Konseling individu
4. Fungsi Kegiatan : Pemahaman dan Peningkatan
5. Tujuan Kegiatan/ Hasil yang ingin dicapai:
 - a. Konseli dapat mengetahui pentingnya berkomunikasi dengan orang lain, sehingga konseli mampu untuk mencapaikan pendapat, ide atau gagasan.
 - b. Konseli dapat meningkatkan komunikasi interpersonal yang baik.
6. Sasaran : ZZ
7. Metode : Teknik *assertive training*
8. Rencana Kegiatan
 - a. Hari/ Tanggal : Rabu/ 15 Juni 2022
 - b. Waktu : 09:00 WIB
 - c. Semester/ Tahun : II (Genap)/ 2022-2023
 - d. Tempat Penyelenggaraan : Ruang BK
9. Langkah-langkah konseling :

Tahap awal (8 Menit)

- a. Peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan angket di kelas XI-1 yang nantinya akan diisi dengan pilihan SS, S, KS, TS, STS
- b. Peneliti mendapatkan siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah.
- c. Peneliti membina hubungan baik dengan peserta didik dengan bertanya kabar
- d. Peneliti menjelaskan pengertian teknik *assertive training*, tujuan, dan manfaatnya

- e. Peneliti menjelaskan tentang langkah-langkah dalam teknik *assertive training*.

Tahap transisi (2 Menit)

- a. Memastikan kesiapan Konseli

Tahap into (15 Menit)

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang
- b. Usahakan tetap rileks dan tenang
- c. Menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3,4,5
- d. Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstrimitas atas dan bawah rileks
- e. Ketika menghembuskan napas, hitung sampai empat atau lima lagi, usahakan agar tetap konsentrasi atau mata sambil di pejam
- f. Cobalah bernapas melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut, hembuskan napas dari mulut dengan lembut
- g. Ulangi sampai 15 kali, dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali

Tahap penutupan (5 Menit)

- a. Memberikan lembar evaluasi dan konseli wajib mengisi
- b. Memberikan apresiasi atas partisipasi konseli mau mengikuti konseling
- c. Mengakhiri kegiatan dengan berdoa, dan salam

Banda Aceh, 15 Juni 2022

Peneliti

Suci Ochtaviani

NIM. 170213101



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 DELIMA
 Jl. B.Aceh-Medan KM 112 Grong-grong, Telp (0653) 7828235

e-mail: sman1delima99@gmail.com
 NSS : 301060208021 NPSN: 10100545 kode pos 24162

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDU

1. Topik Permasalahan : Kemampuan berkomunikasi dengan sosial
2. Bidang Bimbingan : Pribadi dan belajar
3. Kegiatan/ Jenis Layanan : Konseling individu
4. Fungsi Kegiatan : Pemahaman dan pengentasan
5. Tujuan Kegiatan/ Hasil yang ingin dicapai :
 - a. Konseli dapat mengembangkan komunikasi yang efektif di lingkungan sosial.
 - b. Konseli dapat meningkatkan komunikasi interpersonal yang baik.
6. Sasaran : AF
7. Metode : Teknik *assertive training*
8. Rencana Kegiatan
 - a. Hari/ Tanggal : Senin/ 13 Juni 2022
 - b. Waktu : 10:00 WIB
 - c. Semester/ Tahun : II (Genap)/ 2022-2023
 - d. Tempat Penyelenggaraan : Ruang BK
9. Langkah-langkah konseling :

Tahap awal (8 Menit)

 - a. Peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan angket di kelas XI-1 yang nantinya akan diisi dengan pilihan SS, S, KS, TS, STS
 - b. Peneliti mendapatkan siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah.
 - c. Peneliti membina hubungan baik dengan peserta didik dengan bertanya kabar
 - d. Peneliti menjelaskan pengertian teknik *assertive training*, tujuan, dan manfaatnya

- e. Peneliti menjelaskan tentang langkah-langkah dalam teknik *assertive training*.

Tahap transisi (2 Menit)

- a. Memastikan kesiapan Konseli

Tahap into (15 Menit)

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang
b. Usahakan tetap rileks dan tenang
c. Menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3,4,5
d. Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstrimitas atas dan bawah rileks
e. Ketika menghembuskan napas, hitung sampai empat atau lima lagi, usahakan agar tetap konsentrasi atau mata sambil di pejam
f. Cobalah bernapas melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut, hembuskan napas dari mulut dengan lembut
g. Ulangi sampai 15 kali, dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali

Tahap penutupan (5 Menit)

- a. Memberikan lembar evaluasi dan konseli wajib mengisi
b. Memberikan apresiasi atas partisipasi konseli mau mengikuti konseling
c. Mengakhiri kegiatan dengan berdoa, dan salam

Banda Aceh, 13 Juni 2022

Peneliti

Suci Ochtaviani
NIM. 170213101



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 DELIMA
jl. B.Aceh-Medan KM 112 Grong-grong, Telp (0653)
7828235

e-mail: sman1delima99@gmail.com

NSS : 301060208021

NPSN: 10100545

kode pos 24162

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDU

1. Topik Permasalahan : Komunikasi efektif kunci sukses berkomunikasi
2. Bidang Bimbingan : Pribadi dan belajar
3. Kegiatan/ Jenis Layanan : Konseling individu
4. Fungsi Kegiatan : Pemahaman dan pengentasan
5. Tujuan Kegiatan/ Hasil Yang ingin dicapai :
 - d. Konseli dapat mampu berkomunikasi yang baik dengan masyarakat
 - e. Konseli dapat meningkatkan komunikasi interpersonal yang baik.
6. Sasaran : DM
7. Metode : Teknik *assertive training*
8. Rencana Kegiatan
 - a. Hari/ Tanggal : Selasa/ 14 Juni 2022
 - b. Waktu : 09:00 WIB
 - c. Semester/ Tahun : II (Genap)/ 2022-2023
 - d. Tempat Penyelenggaraan : Ruang BK
9. Langkah-langkah konseling :

Tahap awal (8 Menit)

- a. Peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan angket di kelas XI-1 yang nantinya akan diisi dengan pilihan SS, S, KS, TS, STS
- b. Peneliti mendapatkan siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah.

- c. Peneliti membina hubungan baik dengan peserta didik dengan bertanya kabar
- d. Peneliti menjelaskan pengertian teknik *assertive training*, tujuan, dan manfaatnya
- e. Peneliti menjelaskan tentang langkah-langkah dalam teknik *assertive training*.

Tahap transisi (2 Menit)

- a. Memastikan kesiapan Konseli

Tahap into (15 Menit)

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang
- b. Usahakan tetap rileks dan tenang
- c. Menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3,4,5
- d. Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstrimitas atas dan bawah rileks
- e. Ketika menghembuskan napas, hitung sampai empat atau lima lagi, usahakan agar tetap konsentrasi atau mata sambil di pejam
- f. Cobalah bernapas melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut, hembuskan napas dari mulut dengan lembut
- g. Ulangi sampai 15 kali, dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali

Tahap penutupan (5 Menit)

- a. Memberikan lembar evaluasi dan konseli wajib mengisi
- b. Memberikan apresiasi atas partisipasi konseli mau mengikuti konseling
- c. Mengakhiri kegiatan dengan berdoa, dan salam

Banda Aceh, 14 Juni 2022

Peneliti

Suci Ochtaviani

NIM. 170213101



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 DELIMA
jl. B.Aceh-Medan KM 112 Grong-grong, Telp (0653)
7828235

e-mail: sman1delima99@gmail.com
 NSS : 301060208021 NPSN: 10100545 kode pos 24162

RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDU

1. Topik Permasalahan : Komunikasi interpersonal
 2. Bidang Bimbingan : Karir
 3. Kegiatan/ Jenis Layanan : Konseling individu
 4. Fungsi Kegiatan : Pemahaman dan pengentasan
 5. Tujuan Kegiatan/ Hasil yang ingin dicapai :
 - c. Konseli dapat mengungkapkan pendapat, ide atau gagasan yang ingin disampaikan.
 - d. Konseli dapat meningkatkan komunikasi interpersonal yang baik.
 6. Sasaran : ZZ
 7. Metode : Teknik *assertive training*
 8. Rencana Kegiatan
 - a. Hari/ Tanggal : Rabu/ 15 Juni 2022
 - b. Waktu : 09:00 WIB
 - c. Semester/ Tahun : Sabtu/ 2021/2022
 - d. Tempat Penyelenggaraan : Ruang BK
 9. Langkah-langkah konseling :
- Tahap awal (8 Menit)**
- a. Peneliti melakukan penelitian dengan menyebarkan angket di kelas XI-1 yang nantinya akan diisi dengan pilihan SS, S, KS, TS, STS
 - b. Peneliti mendapatkan siswa yang mengalami komunikasi interpersonal rendah.
 - c. Peneliti membina hubungan baik dengan peserta didik dengan bertanya kabar

- d. Peneliti menjelaskan pengertian teknik *assertive training*, tujuan, dan manfaatnya
- e. Peneliti menjelaskan tentang langkah-langkah dalam teknik *assertive training*.

Tahap transisi (2 Menit)

- a. Memastikan kesiapan Konseli

Tahap into (15 Menit)

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang
- b. Usahakan tetap rileks dan tenang
- c. Menarik napas dalam dari hidung dan mengisi paru-paru dengan udara melalui hitungan 1,2,3,4,5
- d. Perlahan-lahan udara dihembuskan melalui mulut sambil merasakan ekstrimitas atas dan bawah rileks
- e. Ketika menghembuskan napas, hitung sampai empat atau lima lagi, usahakan agar tetap konsentrasi atau mata sambil di pejam
- f. Cobalah bernapas melalui hidung dan menghembuskan melalui mulut, hembuskan napas dari mulut dengan lembut
- g. Ulangi sampai 15 kali, dengan selingi istirahat singkat setiap 5 kali

Tahap penutupan (5 Menit)

- a. Memberikan lembar evaluasi dan konseli wajib mengisi
- b. Memberikan apresiasi atas partisipasi konseli mau mengikuti konseling
- c. Mengakhiri kegiatan dengan berdoa, dan salam

Banda Aceh, 15 Juni 2022

Peneliti

Suci Ochtaviani
NIM. 170213101

Penyebaran Angket



Pemberian Treatment





Pemberian *Post-Test*





DAFTAR RIWAYAT PENULIS

Nama : Suci Ochtaviani
 NIM : 170213101
 Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
 Program Studi : Pendidikan Bimbingan Konseling
 Tempat/Tanggal Lahir : Blang Paseh-Sigli, 21 Oktober 1999
 Alamat Rumah : Blang Paseh-Sigli, KPR Yudha Sejahtera
 Telp/HP : 082272726082
 E-Mail :
 Pengalaman Organisasi : 1. Taekwando

Riwayat Pendidikan

MIN : SDU IQRO' SIGLI
 MTsN : SMP NEGERI 1 SIGLI
 SMA : MAN 1 SIGLI
 Perguruan Tinggi : UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Data Orang Tua

Nama Ayah : Kasiyan
 Nama Ibu : Jamilah
 Pekerjaan Ayah : Jualan Keliling
 Pekerjaan Ibu : IRT
 Alamat Rumah : Blang Paseh Kota Sigli, KPR Yudha Sejahtera.