

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Manusia terlahir dengan berbagai macam potensi yang perlu dimaksimalkan dan disyukuri. Potensi tersebut kita dapat mengisi kekosongan yang ada pada manusia dan menutupi kekurangan-kekurangan yang ada dalam diri manusia. Seringkali hanya fokus pada kelemahan tanpa melihat kelebihan yang dimiliki diri sendiri, lalu pada akhirnya kita sibuk melihat kelebihan serta potensi yang dimiliki orang lain. Hal tersebutlah yang membuat rendahnya rasa percaya diri. Percaya diri merupakan mengaktualisasikan potensi diri yang dimiliki.

Tanpa rasa percaya diri manusia sering kali akan timbul banyak masalah. Tetapi dengan kita berlebihan dalam percaya diri berhati-hati untuk menjaga perilaku dan lisan untuk tidak menyakiti orang lain, hal tersebut pun dapat mempengaruhi rasa kurang kepercayaan terhadap apa yang dilakukan maka bersikap sewajarnya dan maksimalkan kemampuan kita dengan semangat jangan ada keraguan dalam diri.

Percaya diri merupakan hal yang penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Dengan percaya diri akan mampu meraih segala keinginan dalam hidup, percaya diri pun merupakan proses seseorang dalam menggapai tujuan dengan keyakinan segala tujuan hidup dapat diraih. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri memiliki pengharapan yang realistis. Percaya diri adalah kondisi

mental seseorang atau psikologi yang di mana mengevaluasi keseluruhan dari dirinya sehingga membuat keyakinan kuat pada kemampuan dirinya untuk melakukan pencapaian tujuan di dalam hidupnya.

Pada hakikatnya manusia memiliki rasa percaya diri, namun rasa tersebut berbeda pada setiap orang. Terdapat individu yang memiliki rasa percaya diri kurang dan ada yang memiliki lebih dalam percaya diri, hal tersebut menampilkan perbedaan tingkah laku. Jika seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah maka sikap yang ditunjukkan sangat berbeda dari orang pada umumnya yang memiliki keberanian, seperti seseorang yang tidak dapat berbuat banyak, selalu merendahkan diri, selalu ragu akan keputusan diri dan tidak berani berbicara banyak jika tidak mendapat dukungan dan lain sebagainya kekurangan-kekurangan yang dirasakan. Seseorang yang memiliki percaya tinggi yang lebih, ia kan merasa yakin dengan kemampuannya sendiri sehingga dapat dilihat tingginya keberanian, hubungan sosial, tanggung jawab serta harga dirinya dan menjadi pusat perhatian dan kepercayaan banyak orang.

Pada penelitian ini kurangnya rasa percaya diri yang ditimbulkan seseorang yang artinya menutup diri, adapaun timbul sikap negatif akan konsep diri yang mempengaruhi kepercayaan diri tersebut. Pada saat seseorang tidak percaya diri maka akan menghindar dari situasi sosial maupaun pada saat berkomunikasi.

Rasa percaya diri pada usia remaja itu penting, karena dengan demikian siswa tidak boleh mudah terpengaruh, percaya diri dengan pendapatnya, mandiri terhadap orang lain, benar dalam segala hal yang dilakukan, percaya diri dalam setiap keputusan dan percaya diri dengan kemampuannya. Kepercayaan diri merupakan sumber potensi terpenting dalam kehidupan manusia. Jika seseorang tidak lagi percaya diri, misalnya, dia tidak percaya pada tujuan hidupnya dan keputusan yang diambilnya, dan dia tidak percaya pada potensinya dan semua kemungkinannya, semua sumber potensinya hilang. Penelitian ini mengungkap seorang siswa yang memiliki sikap yang berbeda dengan teman sekelasnya yaitu sering diam, terkesan ingin menang sendiri, prestasinya menurun, dan terkesan pemalu dan gelisah.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut maka bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius pada siswa yang kurang percaya diri sangat di perlukan. Dengan adanya bimbingan tersebut diharapkan siswa dapat mengenal dirinya, berakhlak baik (berakhlakul karimah), menyadari setiap potensi yang di miliki dan menyadari eksistensi dan fungsi diciptakannya ia sebagai hamba Allah SWT melalui pendekatan religius, Dengan demikian, ia akan hidup selaras dan sejalan dengan ketentuan serta petunjuk Allah SWT sehingga mampu mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Dalam layanan teknik *Assertive Training* pendekatan religius ini siswa dibekali konsep diri berdasarkan ayat-ayat Al-Quran dan Hadist Nabi. bertujuan agar siswa memahami dan mengenal dirinya, dengan bimbingan tersebut dapat membuka pola pikir siswa sehingga memiliki pandang secara positif terhadap

segala karunia yang telah Allah SWT berikan untuk bersyukur atas keterbatasan yang ia miliki . Tahapan selanjutnya siswa diberikan motivasi untuk meningkatkan diri agar menjadi lebih positif dan memiliki keyakinan yang kuat untuk mengembangkan diri siswa.

Siswa SMP Negeri 20 Bandung memiliki berbagai macam kegiatan yang terjadwal yang membuat antusias siswa dalam kegiatan bimbingan konseling islami ini sangat menarik yang membuat siswa sangat tertarik dalam kegiatannya seperti kegiatan dengan agenda literasi siswa, sholat duha bersama dan dakwah yang dilakukan siswa pun untuk meningkatkan percaya diri pada siswa.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis mengambil judul “Bimbingan Teknik Assertive Training Pendekatan Religius Pada Siswa Kurang Percaya Diri Di SMP Negeri 20 Bandung.”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka yang menjadi pokok pertanyaan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana pelaksanaan Bimbingan Teknik *Assertive Training* Pendekatan Religius pada Siswa Kurang Percaya Diri di SMP Negeri 20 Bandung ?
2. Bagaimana faktor penghambat dan pendukung dalam memberikan Bimbingan Teknik *Assertive Training* Pendekatan Religius pada Siswa Kurang Percaya Diri di SMP Negeri 20 Bandung?

3. Bagaimana hasil Bimbingan dengan Teknik *Assertive Training* Pendekatan Religius Pada Siswa Kurang Percaya Diri di SMP Negeri 20 Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai melalui penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui pelaksanaan Bimbingan Teknik *Assertive Training* Pendekatan Religius Pada Siswa Kurang Percaya Diri Di SMP Negeri 20 Bandung
2. Untuk mengetahui faktor penghambat dan pendukung dalam memberikan Bimbingan Teknik *Assertive Training* Pendekatan Religius Pada Siswa Kurang Percaya Diri Di SMP Negeri 20 Bandung
3. Untuk mengetahui hasil Bimbingan Teknik *Assertive Training* Pendekatan Religius Pada Siswa Kurang Percaya Diri Di SMP Negeri 20 Bandung

D. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat bagi berbagi pihak, baik secara akademik maupun praktisi.

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi pengembangan kajian ilmu bidang bimbingan dan konseling Islam, serta dapat memberikan wawasan mengenai bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan Religius pada siswa kurang percaya diri bagi siswa.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi guru BK serta pengelola sekolah SMP Negeri 20 Bandung, yang nantinya dapat memberikan pemahaman dan pengembangan diri pada Siswa SMP Negeri 20 Bandung.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Peneliti melakukan penelusuran terhadap hasil penelitian serupa dan relevan yang telah dilakukan sebelumnya, serta akan dijadikan sebagai acuan dalam melakukan penelitian.

Pertama penelitian yang dilakukan oleh Feni Astuti, tahun 2020, UIN Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, dalam skripsi yang berjudul “*Efektivitas Teknik Assertive Training dalam Konseling Kelompok terhadap kepercayaan diri siswa dalam belajar di Sekolah Menengah Kejurusan Negeri 5 Dumai*”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri siswa dapat ditingkatkan melalui teknik Assertive melalui konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa yang irasional siswa menjadi siswa yang rasional tentang dirinya terhadap kehidupan sosial masyarakatnya , sehingga siswa dapat belajar menanggapi diri dan lingkungannya secara matang, produktif dan sehat, serta mampu mengatasi konflik mental, frustrasi, kesulitan pribadi dan sosial yang menghambat terhadap kepercayaan diri.

Kedua penelitian yang dilakukan oleh Hilal Iqbaluddin, tahun 2019, UIN Sunan Ampel Surabaya, dalam skripsi yang berjudul “*Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik Assertive Training untuk menangani Seorang Siswa Kurang Percaya Diri di Ma Bilingual Junwangi Krian Sidoarjo*”. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa proses bimbingan yang dilakukan konselor kepada konseli menggunakan Teknik Assertive Training yang mengacu kepada kepercayaan diri konseli dengan latihan keterampilan mengekspresikan diri melalui bermain perasan. Ketika proses bermain peran siswa yang pendiam dan selalu tidak mau tampil dan mencoba di depan kelas, hal tersebut perlu di rubah dengan baik melalui bermain peran. Ketika proses bermain peran konseli dapat membangun kepercayaan diri dan hal tersebut pun dapat dilakukan secara mandiri maupun dengan teman-temanya kapan pun dan dimanapun.

Ketiga penelitian yang dilakukan oleh Nurhikmah, tahun 2019, Universitas Negeri Makassar, dalam skripsi dengan judul “*Penerapan Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP Negeri 33 Makassar*”. Penerapan teknik *Assertive Training* mengikuti proses yang telah dirancang selama tujuh kali pertemuan yaitu melakukan analisis kebutuhan latihan ketegasan, meliputi materi informasi, praktik membangun harga diri, berlatih melakukan mengatakan penolakan dan berkata tidak, menyelesaikan tugas rumah, membahas hasil tes dan pekerjaan terminasi. Penerapan Teknik *Assertive Training* bisa meningkatkan kepercayaan diri siswa secara signifikan di SMP Negeri 33 Makassar.

F. Landasan Pemikiran

1. Landasan Teoritis

Menurut Lilis (2016:1-2) mendefinisikan bimbingan merupakan bantuan yang di berikan oleh ahli kepada seseorang atau individu baik remaja maupun anak-anak serta orang dewasa yang bertujuan untuk mengembangkan kemampuan dirinya.

Menurut Anwar (2019: 25-27) mendefinisikan layanan bimbingan merupakan setting kehidupan yang sangat penting untuk proses perkembangan konseling secara optimal. Proses pembinaan konseling memberikan berbagai manfaat melalui pemahaman diri dan lingkungannya berdasarkan potensi yang dimiliki. Potensi merupakan kemampuan yang belum terlihat yaitu kemampuan yang belum terwujud, belum menjadi perilaku nyata atau belum menjadi prestasi atau kemampuan diri. Bimbingan merupakan salah satu cara untuk membantu perkembangan diri.

Bimbingan ialah usaha agar individu mengenali lebih dalam mengenai kemampuan dirinya, pengembangan diri di berbagai bidang kehidupan, serta perencanaan diri serta ambisi untuk masa depan. Bimbingan berusaha untuk membantu setiap individu dengan berbagai macam masalah sosial, vokasional dan penyesuaian diri.

Menurut Sutirna, (2021:55-57) mengatakan bahwa bimbingan dapat diberikan untuk mengatasi maupun menghindari masalah mengenai kesulitan yang dihadapi oleh individu di dalam kehidupannya. Artinya bahwa bimbingan dapat diberikan tidak hanya untuk mencegah kesulitan itu muncul, tetapi juga untuk mengatasi kesulitan yang dialami individu. Bimbingan ini bertujuan lebih bersifat mencegah dari pada penyembuhan. Bimbingan tersebut agar individu menjalani kehidupn yang sejahtera.

Bimbingan merupakan sebuah proses memberikan bantuan secara berkelanjutan. Sebuah arahan kepada individu untuk mencapai tahap perkembangan yang optimal. Sebuah proses yang membantu dan mengarahkan individu agar hidup dan kehidupannya sesuai potensi dirinya dan sebuah proses mengarahkan jalan yang baik sesuai dengan keadaan dirinya.

Berdasarkan definisi diatas mengartikan bahwa bimbingan usaha yang dimiliki oleh setiap individu untuk memahami mengenal mengenai tentang dirinya, kemampuan diri, rencana atau ambisi untuk masa depan, dan penyesuaian diri. Bimbingan ini proses untuk membantu mengenal berbagai macam masalah sosial masyarakat dan reaksi dengan keadaan. Dengan hal tersebut dengan bimbingan dapat membantu individu dapat menghadapi masalah dan membantu menemukan solusi untuk rencana individu tersebut.

Dalam kehidupan bermasyarakat, individu memiliki hak yang rasional terhadap sesamanya, sama seperti setiap orang memiliki hak untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, dan keyakinan mereka seperti mereka inginkan, menolak apa yang tidak mereka inginkan, dan berkembang bersama.

Untuk melaksanakan hak tersebut, individu memiliki 3 cara, yaitu berkomunikasi secara pasif, asertif, atau agresif. Apabila passive, individu tersebut cenderung tidak melakukan apapun, dan memendam untuk dirinya sendiri. Apabila agresif, individu tersebut cenderung menantang dan menyerang kepribadian orang lain. Sedangkan jika asertif, individu tersebut bersikap lugas, santun, tegas, dan tanpa menyerang karakter orang lain.

Teknik *Assertive Training* merupakan prosedur latihan yang diberikan kepada individu untuk melatih penyesuaian sosialnya dalam mengekspresikan sikap, perasaan, pendapat dan haknya. Latihan-latihan yang diberikan bersifat pendisiplinan. Teknik *Assertive Training* ini digunakan untuk melatih dan secara terus-menerus mendorong penyesuaian diri dengan perilaku tertentu yang diinginkan (Rasimin, 2021: 55-57).

Assertive Training menunjukan perilaku yang di inginkan bahkan komunikasi untuk mengubah pola berpikir negatif, menghargai diri sendiri, menyampaikan penolakan dan kritik serta cara membangun harga diri dan kepercayaan diri. Teknik *Assertive Training* dapat diterapkan menerima kenyataan bahwa menyatakan atau tegas diri adalah tindakan yang layak atau benar.

Dengan teknik *Assertive Training* ini dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa untuk mengekspresikan sikap asertif melalui latihan dan menjelaskan mengenai merasionalkan perkataan sebagai langkah awal kebebasan individu dalam mengekspresikan perasaan, mengontrol ketegangan untuk mengatasi kecemasan dan berlatih beberapa strategi coping yang tidak mengganggu

dan efektif dan dapat dilakukan dalam kondisi apapun. Selain itu untuk mengkondisikan diri dalam mengendalikan rasa rendah diri (Fajarwati, 2016:3-5).

Pendekatan religius adalah nilai-nilai yang diasosiasikan dengan manusia dari tuhan, seperti rasa takut dosa dan pengakuan akan kekuasaan tuhan dan kebesaran Tuhan. Nilai religi merupakan fitrah manusia untuk selalu berusaha mendekatkan dirinya kepada tuhan. Oleh karena itu, sabda tuhan selalu mengikuti tiap langkah dan hembusan nafas sang pencipta, oleh karena itu manusia yang religius adalah manusia yang pandangan, sikap, dan perilakunya di muka bumi ini semuanya diilhami oleh sabda illahi (Wicaksono, 2020:15-18).

Manusia dapat menjadi religius karena didasari kesadaran diri untuk menanyakan siapa dirinya, darimana asalnya, dan akan kemana setelah itu. Manusia religius adalah orang yang mencoba mengerti hidup dan kehidupan. Tidak semua individu memahami dengan fitrah dan menerapkan potensi diri didalam kehidupan mereka. Di dalam agama Islam, ada ajaran yang dijadikan petunjuk bagi setiap individu untuk memahami fitrahnya dan menuntun individu agar selalu berada di jalan fitrah tersebut.

Langkah yang dapat membantu individu memahami dan tetap berada di jalan menuju tuhan adalah dengan bimbingan. Salah satu lembaga yang dapat memberikan bimbingan yaitu lembaga-lembaga pendidikan seperti sekolah dan yang lainnya. Tujuan dilakukannya bimbingan di lembaga pendidikan yaitu sebagai upaya membantu individu dalam menyadari potensi, memahami masalah yang sedang dihadapinya, dan menyarankan solusi penyelesaian atas setiap masalah.

Kepercayaan diri ialah suatu keyakinan serta kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan tidak merasa cemas, merasa bebas melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Tanjung, 2017:2-3).

Berdasarkan penjelasan di atas dalam kegiatan pembelajaran tentu ada siswa yang tidak mengenal potensi yang ada di dalam diri, kebingungan akan keinginan diri atau bahkan sulit dalam menyampaikan pendapat karena perasaan tidak percaya diri. Tentunya memiliki rasa kurang percaya diri dalam proses perkembangan diri pada siswa harus meyakini siswa dengan bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius hal ini mengarahkan siswa untuk memahami segala potensi yang telah Allah SWT berikan kepadanya, meyakini kemampuan tersebut merupakan bentuk dari mempercayai diri sendiri.

Dengan siswa mengenal potensi diri diharapkan mampu mengembangkan diri menjadi pribadi yang berkaratker, berani, mampu bersosialisasi secara sosial dan berakhlak baik tanpa menyinggung perasaan orang lain, mampu memahami sesama dan saling melindungi menyangi satu sama lain. Pendekatan religius yang diberikan mampu untuk memahami sesama individu, tidak semua orang memiliki karakter, bentuk rupa yang sama maka dari itu pendekatan religius ini memberikan pemahaman kepada siswa untuk fokus menerima diri dan meyakini semua potensi diri ini berasal dari sang pencipta yaitu Allah SWT.

2. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual menjelaskan hubungan antara konsep dengan yang berkaitan dalam penelitian antara teori-teori yang digunakan dalam penyusunan sistematis penelitian (Sudarmanto: 2021). kerangka konseptual bertujuan untuk mempermudah dalam melakukan penelitian agar penelitian lebih terarah sesuai tujuan. Kerangka konseptual menjadi pedoman penelitian untuk menjelaskan secara sistematis teori yang digunakan dalam penelitian. Penelitian ini memiliki kerangka konseptual yang akan dijelaskan pada gambar dibawah ini.



Gambar 1.1 Kerangka Berfikir

G. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian merupakan tempat dimana penelitian ini dilaksanakan yang digunakan untuk memperoleh pemecahan masalah dalam penelitian berlangsung (Ahad : 2019). Lokasi yang menjadi objek penelitian ini adalah SMP Negeri 20 Bandung.

Alasan peneliti memilih tempat ini, karena terdapat objek penelitian, yaitu adanya kegiatan bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius terhadap siswa yang kurang percaya diri di SMP Negeri 20 Bandung. Dalam rangka meningkatkan percaya diri siswa dan pengembangan potensi diri serta akhlak siswa, sehingga menarik untuk dijadikan tempat penelitian, karena akan mendukung penelitian dalam meneliti.

2. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*Field research*), yaitu suatu penelitian lapangan yang dilakukan dalam kehidupan yang sebenarnya, peneliti harus mengamati dan berpartisipasi secara langsung untuk memperoleh informasi yang diperlukan.

Dalam penelitian ini, peneliti berusaha mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius pada siswa yang kurang percaya diri di SMP Negeri 20 Bandung.

3. Metode Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang akan diteliti, maka penulis menggunakan penelitian deskriptif. Karena metode penelitian tersebut ditunjukkan untuk mendeskripsikan suatu keadaan atau fenomena-fenomena secara apa adanya. Selain itu, karena dalam pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi yang dituangkan dalam bentuk narasi, maka penulis menggunakan penelitian kualitatif.

Metode deskriptif kualitatif adalah metode penelitian yang berorientasi pada peristiwa maupun gejala yang bersifat alami. Metode deskriptif kualitatif ini sifatnya mendasar dan naturalistis atau bersifat kealamian. Dilakukan dilapangan tentu tidak bisa dilakukan dilaboratorium (Zuchri, 2021:30).

Metode deskriptif kualitatif ini dipilih sebagai metode yang akan digunakan dalam penelitian. Karena bertujuan untuk menggambarkan, menerangkan serta menjelaskan dan menjawab secara langsung dan lebih rinci mengenai permasalahan yang akan diteliti dengan mempelajari serta memahami maupun mengenai kondisi seorang individu, suatu kelompok atau suatu kejadian. Dalam penelitian kualitatif manusia merupakan instrumen penelitian dan hasil penulisannya berupa kata-kata atau pernyataan yang sesuai dengan keadaan sebenarnya.

4. Jenis Data dan sumber Data

a. Jenis Data

Dalam penelitian ini, data yang akan dikumpulkan merupakan data yang bersifat kualitatif, artinya data yang di peroleh dari lapangan di susun kemudian dianalisa melalui teknik deskriptif kualitatif. Dengan demikian , laporan hasil penelitian ini, akan dipaparkan dalam bentuk narasi atau kata-kata yang berupa kesimpulan secara sistematis.

b. Sumber data

1) Sumber Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data pertama atau subjek utama penelitian, dan dari padanya didapatkan data pokok atau data pertama. Sumber data primer ini merupakan responden atau informan yang terlibat langsung dengan fokus penelitian, dan dipandang memiliki data yang dibutuhkan, serta bersedia memberikan data secara akurat dan secara langsung kepada peneliti.

Adapun yang menjadi sumber dari primer dalam penelitian ini adalah Pembimbing seperti guru BK yang memberikan bimbingan Teknik assertive training pendekatan religius pada siswa yang kurang percaya diri di SMP Negeri 20 Bandung. Guru BK sebagai informan utama untuk mendaptkan permasalahan dalam penelitian ini. Adapun yang menjadi informan tambahan adalah siswa SMP Negeri 20 Bandung yang mengikuti bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius

2) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder merupakan sumber data selain dari sumber data primer atau sumber data kedua yang daripadanya atau dari tempat tersebut didapatkan data tambahan yang dibutuhkan dalam penelitian. Di antara sumber data sekunder berupa dokumen, buku, artikel jurnal, majalah dan sumber lain yang relevan dengan fokus penelitian (Enjang, 2021:17-18).

Data sekunder dari penelitian ini adalah buku-buku dan artikel-artikel yang ada kaitannya dengan pembahasan judul penelitian serta penelitian-penelitian terdahulu yang relevan dengan dengan pembahasan penelitian ini.

5. Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa teknik yang dipergunakan untuk mengumpulkan data. Teknik yang dipakai hendaknya disesuaikan dengan tujuan penelitian, jenis data dan keadaan subjek penelitian. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

a. Observasi

Beberapa informasi yang diperoleh dari hasil observasi yaitu ruang, kegiatan, objek, perbuatan, kejadian, atau peristiwa, waktu, dan perasaan. Observasi dilakukan peneliti untuk membantu memahami perilaku atau kejadian dan untuk membantu mengerti perilaku manusia. Dengan observasi pun untuk evaluasi pengukuran terhadap aspek tertentu (Suharyat, 2022:191).

Teknik observasi digunakan untuk mengetahui secara langsung bagaimana pelaksanaan bimbingan teknik *Assetive Training* pada siswa yang kurang percaya diri di SMP Negeri 20 Bandung.

b. Wawancara (*Interview*)

Wawancara merupakan proses interaksi dan komunikasi secara verbal dengan tuan untuk mendapatkan informasi penting yang di butuhkan, dalam kegiatan wawancara dapat dilakukan oleh dua orang maupun lebih . wawancara yang diunakan oleh peneliti yaitu wawancara tak terstruktur karena peneliti memberikan kebebasan kepada subjek dalam berpendapat sehingga informan bisa lebih jujur dan terbuka apa adanya sesuai dengan keadaan (AlGaffar 2022:534).

Teknik pengumpulan data melalui wawancara, dipilih, karena dengan teknik ini, peneliti mendapatkan keterangan lisan melalui tanya jawab dan bertatap muka atau berhadapan langsung dengan orang yang dapat memberikan keterangan. Dalam penelitian narasumber yang dilakukan wawancara adalah peserta didik, Guru BK dan pembimbing agama.

Teknik wawancara ini penulis gunakan untuk mengetahui pelaksanaan bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius pada siswa yang kurang percaya diri yang dilakukan oleh pembimbing agama dan guru BK SMP Negeri 20 Bandung serta faktor pendukung dan penghambat bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius pada siswa yang kurang percaya diri yang dilakukan oleh pembimbing agama dan guru BK SMP Negeri 20 Bandung dan hasil bimbingan teknik *Assertive Training* pendekatan religius pada siswa yang kurang percaya diri yang dilakukan oleh pembimbing agama dan guru BK SMP Negeri 20 Bandung.

c. Dokumentasi

Dokumentasi adalah proses pengumpulan, pemilihan pengolahan dan penyimpanan informasi dalam bidang pengetahuan, pemberitahuan atau pengumpulan bukti dari keterangan seperti gambar tertulis atau pun gambar teknologi. Teknik ini dilakukan dengan meneliti bahan dokumentasi yang ada dan mempunyai relevansi dengan tujuan penelitian.

6. Teknik Penentuan Keabsahan Data

a. Perpanjangan Keikutsertaan

Perpanjangan Keikutsertaan cara peneliti untuk meminimalisir kesalahan dalam keabsahan data. Dalam hal ini butuh perpanjangan keikutsertaan dan membutuhkan waktu yang panjang, untuk memungkinkan peneliti terjun ke lokasi dalam menciptakan trust atau hubungan akrab terhadap konseling dan melanjutkan pertemuan dari awal sampai akhir.

b. Melakukan cek ulang (*re-checking*)

Teknik pemeriksaan ini juga dapat dilakukan untuk meminimalisasi kesalahan serta dan memastikan apakah data sudah valid atau belum. Cek ulang biasanya dilakukan pada pertengahan perjalanan penelitian. Apabila telah berkali-kali melakukan cek ulang kemudian mendapatkan data yang valid, maka point a (perpanjang keikutsertaan dan waktu) bisa di akhiri.

c. Triangulasi

Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Penggunaan dua atau lebih sumber untuk mendapatkan gambaran serta informasi yang menyeluruh tentang suatu fenomena yang akan diteliti peneliti memeriksa data-data yang diperoleh dari subyek peneliti, melalui wawancara dan observasi kemudian data tersebut dilakukan perbandingan dengan data yang ada di diluar yaitu sumber lain, sehingga keabsahan data dapat dipertanggung jawabkan.

7. Analisis Data

Pelaksanaan analisis data pada penelitian kualitatif merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat dipahami dengan mudah, dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Analisis data dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesis, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting untuk dipelajari, dan membuat kesimpulan yang dapat diceritakan kepada orang lain (Narti, 2019:342).

a. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya. Reduksi data merujuk pada proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data “kasar” yang terjadi dalam catatan-catatan lapangan tertulis. Reduksi data berlangsung terus menerus selama proyek kualitatif berlangsung sampai laporan tersusun.

b. Penyajian Data

Alur yang paling penting selanjutnya dari analisis data adalah penyajian data. Penyajian data adalah sekumpulan informasi tersusun yang memberikan kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan.

c. Penarikan Kesimpulan atau verifikasi

Adapun yang dimaksud dengan verifikasi data adalah usaha untuk mencari, menguji, mengecek kembali atau memahami makna atau arti, keteraturan, pola-pola, penjelasan, alur, sebab-akibat, atau preposisi. Sedangkan Kesimpulan dapat berupa deskripsi atau gambaran suatu obyek yang sebelumnya masih remang-remang atau gelap sehingga setelah diteliti menjadi jelas, dapat berupa hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.

