

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIOR DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENGURANGI PERILAKU
KONFORMITAS NEGATIF PADA REMAJA PUTRI PONDOK
PESANTREN AL-QODIRI 1 JEMBER**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM FAKULTAS
DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KH ACHMAD SIDDIQ JEMBER
NOVEMBER 2023**

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIOR DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENGURANGI PERILAKU
KONFORMITAS NEGATIF PADA REMAJA PUTRI PONDOK
PESANTREN AL-QODIRI 1 JEMBER**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Sosial(S. Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam


Oleh:

SAYYIDATUL MUFLIAH

NIM. D20173077

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Disetujui Pembimbing :



Muhammad Muhib Alwi, S.Psi, MA.

NIP. 197807192009121005

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIOR DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENGURANGI PERILAKU
KONFORMITAS NEGATIF PADA REMAJA PUTRI PONDOK
PESANTREN AL-QODIRI 1 JEMBER**

SKRIPSI

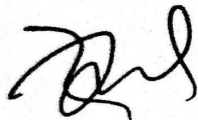
Telah diuji dan diterima untuk memenuhi
salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Fakultas Dakwah
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Islam

Hari : Jum'at

Tanggal : 15 Desember 2023

Tim Penguji

Ketua Sidang



David Ilham Yusuf, M.Pd.I.

NIP. 198507062019031007

Sekretaris



Firdaus Dwi Cahyo Kurniawan, S.E., M.I.Kom.

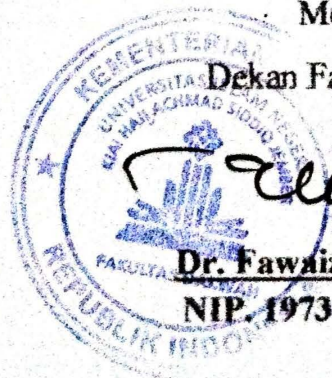
NUP: 201603109

Anggota

1. Dr. Hj. Siti Raudhatul Jannah, M.Med.Kom
2. Muhammad Muhib Alwi, MA

Menyetujui

Dekan Fakultas Dakwah



Dr. Fawaizul Umam, M.Ag

NIP. 197302272000031001

MOTTO

وَلَا يَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Jangan lah kamu bersikap lemah dan janganlah kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”¹

(Q.S Ali Imron 139)



¹Kementerian Agama RI, "Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid", Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2014.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah kupanjatkan kepada Allah SWT atas nikmat rahmat dan kesempatan untuk menyelesaikan tugas akhir ini dengan segala kekurangan.

Skripsi ini dipersembahkan untuk;

1. Bapakdan ibu tersayang. Bapak Budiyo Hadi Prasetyo dan Ibu Siti Muarifah yang telah ikhlas dan sabar mendidik dan membesarkan putrimu. Terimakasih selalu mendukung dan memberi motivasi untuk masa depan putrimu. Semoga do'a bapak ibu di ijabah oleh Allah SWT, dan putri mu memperoleh kesuksesan dan ilmu bermanfaat bagi dunia dan akhirat serta tercapai segala cita-citanya.
2. Kakakku Abdur Rozaq dan adikku Nuzullul Rohmah yang turut membantu dan mendukung dalam penulisan skripsi ini.
3. Almamater UIN KHAS Jember khususnya dosen Fakultas Dakwah program studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) yang telah memberikan ilmu yang tak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember.
4. Teman-teman seperjuangan kelas Bimbingan dan Konseling Islam 02 (BK2) angkatan 2017 yang tak dapat saya sebutkan satu persatu. Terimakasih untuk kebersamaanya selama beberapa tahun ini dari awal kuliah sampai selesai yang juga ikut membantu memberikan dukungan, semangat serta do'a.

KATAPENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘alamin, segenap puji syukur penulis sampaikan kepada Allah atas rahmat dan karunia-Nya, perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian skripsi sebagai salah satu syarat menyelesaikan program sarjana, yang berjudul “Efektifitas Konseling Behavior Dengan *Teknik Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember” dapat menyelesaikan dengan lancar. Sholawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah menuntun umat-Nya dari zaman kegelapan menuju zaman yang terang benderang. Semoga kita semua termasuk golongan menuju orang yang mendapat syafaat Beliau, Amin.

Kesuksesan ini dapat penulis peroleh karena dukungan banyak pihak. Oleh karena itu penulis menyadari dan menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag., M.M., selaku Rektor UIN KHAS Jember yang telah memberikan fasilitas yang memadai selama kami menuntut ilmu di UIN KHAS Jember.
2. Bapak Dr. Fawaizul Umam, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah UIN KHAS Jember.
3. Bapak David Ilham Yusuf, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku ketua prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Jember.

4. Bapak Muhammad Muhib Alwi, M. A., S.Psi. Selaku dosen pembimbing tugas akhir skripsi yang telah membimbing, mengarahkan, serta memberikan saran sehingga skripsi ini bisa selesai.
5. Seluruh dosen fakultas dakwah UIN KHAS Jember yang telah banyak memberikan ilmu, mendidik dan membimbing selama penuli menempuh perkuliahan.
6. Segenap jajaran pengurus dan keluarga besar pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember yang telah memberikan ilmu serta kemudahan selama proses penelitian, beserta santri remaja putri kelas XI atas kesediaan dan segala bantuan selama penelitian dan penulisan skripsi.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga masih perlu penyempurnaan. Oleh sebab itu untuk menyempurnakan skripsi ini kritik dan saran yang membangun dari segenap pihak merupakan hal yang berharga bagi penulis. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi masyarakat pada umumnya, amin.

Jember, 27 November 2023

Penulis

ABSTRAK

Sayyidatul Muflihah, 2023: Efektifitas Konseling Behavior Dengan Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember

Kata kunci: Konseling Behavior Dengan Teknik Assertive Training, Perilaku Konformitas Negatif

Masa remaja biasa digambarkan sebagai fase bergejolak dan eksplorasi, yang ditandai dengan pencarian jati diri dan kerentanan terhadap berbagai pengaruh termasuk faktor eksternal. Selama masa ini, kehadiran teman sebaya menjadi sangat penting, karena remaja sering kali menyesuaikan diri dengan perilaku yang sesuai dengan harapan yang ditetapkan oleh teman sebayanya. Sehingga penyesuaian tersebut memunculkan perilaku yang disebut dengan perilaku konformitas. Maka dari itu, perlu adanya suatu perlakuan untuk mengurangi perilaku konformitas tersebut agar remaja mampu berperilaku asertif kepada teman sebayanya.

Fokus masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah 1) Bagaimana perilaku konformitas negatif yang terjadi di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember? 2) Bagaimana penerapan konseling behavior dengan teknik *Assertive Training* pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember? 3) Apakah penerapan konseling behavior dengan teknik *assertive training* dapat mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember?

Tujuan penelitian 1) Untuk mendeskripsikan perilaku konformitas negatif yang terjadi pada remaja putri di PP Al-Qodiri 1 Jember, 2) Untuk mendeskripsikan mengenai penerapan konseling behavior, khususnya dengan menggunakan teknik *assertive training* pada remaja putri dalam mengurangi perilaku konformitas negatif, 3) Untuk mengetahui efektivitas konseling behavior dengan teknik *assertive training* dalam mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan model eksperimen, model eksperimen yang digunakan ialah *quasi eksperimen* dengan desain *onegroup pre-test post-test, pre-test dan post-test* menggunakan skala konformitas, teknik pengumpulan data menggunakan teknik *puspositive sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat santri remaja putri yang melakukan perilaku konformitas negatif di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember, hasil dari uji SPSS dari perbandingan nilai antara *pretest* dan *post-test* menunjukkan nilai 0,892 dari nilai sig 0,05 yang artinya H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti bahwa konseling behavior dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
MOTTO	iii
PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Ruang lingkup penelitian	12
1. Variabel Penelitian	12
2. Indikator Variabel	13
F. Definisi operasional	14
G. Asumsi penelitian.....	16
H. Hipotesis.....	17
I. Sistematika pembahasan	18
BAB II KAJIAN PUSTAKA	20
A. Penelitian Terdahulu	20

B. Kajian Teori.....	24
a. Konseling Behavior.....	24
b. Perilaku Konformitas	35
BAB III METODE PENELITIAN	44
A. Pendekatan dan jenis penelitian	44
B. Populasi dan sampel	46
C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	48
1. Instrumen penelitian.....	48
2. Uji Validitas	51
3. Uji Reliabilitas	52
D. Analisis data.....	53
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA.....	55
A. Gambaran objek penelitian	55
B. Penyajian data	61
C. Analisis dan pengujian hipotesis.....	79
D. Pembahasan.....	89
BAB V PENUTUP.....	97
A. Simpulan	97
B. Saran-Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	100
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
1. Pernyataan Keaslian Tulisan	
2. Matrik Penelitian	

3. Pedoman Penelitian
4. Skala Konformitas
5. Foto
6. Jurnal Kegiatan Penelitian
7. Surat Izin Penelitian
8. Surat Selesai Penelitian
9. Biodata Penulis



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Originalitas Penelitian.....	22
Tabel 3.1 Deskripsi Desain <i>One Group Pretest Posttest</i>	46
Tabel 3.2 Tabel Skor Jawaban	49
Tabel 3.3 Blueprint Skala Konformitas	52
Tabel 3.4 Tabel Uji Validitas	59
Tabel 3.5 Tabel Keterangan Item Angket Valid dan Tidak Valid	60
Tabel 4.1 Data Pengurus Putri	61
Tabel 4.2 Sarana dan Prasana Di Pondok Pesantren Al-Qodiri Putri	63
Tabel 4.3 Hasil Validitas Skala Konformitas.....	65
Tabel 4.4 Deskripsi Nilai <i>Pretest</i>	78
Tabel. 4.5 Deskripsi Nilai <i>Posttest</i>	83
Tabel 4.6 Uji Normalitas.....	85
Tabel 4.7 <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	87
Tabel 4.8 Uji Hipotesis	88

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Banyak individu yang masih merasa takut akan celaan sosial di lingkungannya, tidak mengherankan bila individu merasa harus bersikap sama dengan teman sebayanya meski dalam hal yang merugikan. Sekalipun dengan tujuan agar dia tidak dikucilkan oleh teman-temannya. Hal ini terjadi di lembaga-lembaga yang peneliti observasi. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti di lembaga sama, peneliti menemukan beberapa kesamaan sikap pada siswa yaitu perilaku konformitas yang tinggi. Dari beberapa kelas yang telah diobservasi oleh peneliti pada 16 Desember 2022, berhasil peneliti kumpulkan bahwa banyak jumlah siswa konformitasnya banyak. Fenomena tersebut menurut peneliti meresahkan, sehingga peneliti tertarik untuk menguji hipotesis di kelas tersebut, yang dimaksudkan ialah perilaku konformitas negatif yang terjadi pada kelas itu dengan skor tertinggi.

Masa remaja biasanya digambarkan sebagai fase yang penuh gejolak dan eksplorasi, yang ditandai dengan pencarian jati diri dan kerentanan terhadap berbagai pengaruh, terutama pengaruh eksternal. Selama periode ini, kehadiran teman sebaya menjadi sangat penting, karena remaja sering kali mengambil keputusan dan menghadapi tantangan berdasarkan perspektif teman dan rekan sebaya. Selain itu, remaja sering kali terlibat dalam tindakan dan menyesuaikan diri dengan perilaku yang sesuai dengan harapan yang ditetapkan oleh teman sebayanya. Kondisi ini muncul karena mereka

dipengaruhi oleh keinginannya sendiri untuk diakui dalam kelompok remaja, sehingga mereka berusaha beradaptasi untuk mampu bertahan dalam usahanya agar dapat diterima dalam kelompok tersebut, meskipun ia harus melakukan tindakan yang merugikan.

Sepanjang masa remaja, individu cenderung lebih banyak terlibat dengan lingkaran pertemanan mereka daripada menghabiskan waktu bersama orang tua. Berbeda dengan masa kanak-kanak, remaja lebih banyak melakukan kegiatan di luar rumah, seperti sekolah dan kegiatan ekstrakurikuler, menikmati waktu senggang bersama teman-teman. Selain itu, selama masa remaja, pengaruh teman sebaya dan lingkungan sangat penting dalam membentuk perilaku remaja. Meskipun berada pada tahap perkembangan kognitif di mana mereka dapat mengambil keputusan secara mandiri, remaja masih sangat dipengaruhi oleh tekanan kelompok sebaya.² Bagi remaja yang mempunyai kecenderungan kuat untuk bergabung dengan kelompok teman sebayanya, maka pengaruh pengenalan lingkungan norma-norma kelompok ini akan sangat mempengaruhi perilakunya yang dapat berdampak pada munculnya perilaku patuh.

Pada masa remaja, dalam menjalin hubungan yang baik individu berupaya agar dirinya mampu diterima dan disukai, maka cenderung individu merubah perilakunya, salah satu nya dengan cara melakukan konformitas. Konformitas merupakan penyesuaian perilaku individu untuk mematuhi aturan

²Yudri Jahya, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Kencana, 2011). 234

kelompok, menerima gagasan yang mendikte perilaku individu.³ Menurut Sarwono, perilaku konformitas mencakup tindakan, sikap, dan keyakinan yang ditunjukkan individu baik di bawah pengaruh tekanan kelompok maupun yang secara sukarela meniru orang lain, sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku.⁴ Dalam situasi seperti itu, remaja termotivasi untuk menyelaraskan diri lebih dekat dengan norma-norma kelompok untuk mendapatkan penerimaan di lingkungan sosial mereka. Dorongan kuat untuk membedakan diri mereka dari kepentingan orang tua mendorong remaja untuk mencari dukungan sosial dari teman sebayanya. Individu cenderung menyesuaikan diri dengan perilaku yang lazim dalam kelompok sosial mereka, berusaha meniru sikap dan perilaku orang lain dengan tujuan untuk mengasimilasi diri mereka sendiri ke dalam kelompok.

Konformitas remaja dengan teman sebaya dapat dikategorikan ke dalam dua jenis yang berbeda: konformitas positif dan konformitas negatif. Contoh konformitas teman sebaya yang positif termasuk partisipasi dalam kerja kelompok dan diskusi. Banyak remaja juga terlibat dalam kegiatan prososial, seperti penggalangan dana untuk tujuan-tujuan yang bermakna seperti membantu korban bencana. Sedangkan contoh perilaku konformitas teman sebaya yang negatif yaitu seperti menggunakan bahasa gaul, tidak sopan terhadap orang tua atau guru, mencuri, dan merusak.

³Upik Khoirul Abidin dan Saeful Anam, "Fenomena Geng Santri (Pengaruh Konformitas Kelompok Teman Sebaya Terhadap Perilaku Positif Dan Negatif Geng Santri Di Pondok Pesantren)", *Jurnal Studi Islam*, Vol. 13 No. 01 (Januari, 2017), 103.

⁴Suardi, "*Sosiologi Komunitas Menyimpang*", (Yogyakarta: Writing Revolution, 2018), Hal, 46

Mengasuh remaja tentu berbeda dengan mengasuh anak kecil. Pada anak kecil, model pengasuhan mereka harus bersifat protektif dan sedikit lebih otoriter. Hal ini dilakukan karena pengalaman dan pengetahuan remaja yang sedikit terhadap dunia. Oleh sebab itu, mereka tetap membutuhkan perlindungan dan pertolongan. Sedangkan pada remaja yang proses berpikirnya lebih logistik dan kritis, penanganannya tentu akan berbeda. Mengikutsertakan remaja dalam memilih teman memerlukan informasi lebih banyak agar tidak mempengaruhi perilaku konformis negatif yang dapat merugikan diri sendiri.⁵

Dalam hal ini penjelasan yang berkaitan dengan pergaulan didalam Agama Islam terdapat pada surah Az Zukhruf ayat 67:

الأخلاء يومئذ بعضهم لبعض عدو إلا المتقين

Artinya : “Teman-teman akrab pada hari itu sebagiannya menjadi musuh bagi sebagian yang lain kecuali orang-orang yang bertakwa” (Az Zukhruf ayat 67)⁶.

Berkaitan dengan ayat di atas telah dijelaskan bahwa meskipun mempunyai perasaan yang mendalam, namun persahabatan yang kita jalin dengan sesama tidaklah dilandasi oleh Allah SWT. Sehingga kemudian berubah menjadi permusuhan di hari kematiannya. Lagipula, sahabat kita sering kali mengajak dan *offline* kita untuk melakukan tindakan tertentu yang dilarang oleh Allah SWT. Seperti halnya kesyirikan dan perbuatan maksiat, hal ini dapat dipastikan akan menimpa musuh kita yang sebenarnya jika hal ini

⁵Amita Diananda, “Psikologi Remaja Dan Permasalahannya”, *Jurnal Istighna*, Vol 1, No 1 (Januari, 2018). 124

⁶Kementerian Agama RI, "Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid", Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2014.

tidak dihentikan. Selain itu, hal ini juga tidak berlaku bagi orang-orang shaleh yang menjalin hubungan karena Allah SWT. Dan yang terpenting adalah bertakwa kepada Allah.

Ayat di atas juga menjelaskan bahwa seorang muslim harus selalu berhati-hati dalam memilih teman dekat di muka bumi, karena dalam ayat ini ditegaskan bahwa siapa pun temannya akan menjadi musuh karena salah memilih teman bergaul. Selain itu, penekanannya adalah pada ayat yang menentukan keberhasilan sebuah ayat. Yang menentukan kesuksesan adalah: membangun hubungan yang baik. Kata *lil muttakin* menjadi kunci utama yang dapat menentukan kriteria seorang muslim dalam menjalin pertemanan.

Misalnya, status “sahabat dekat” di dunia tidak dibangun atas dasar hubungan yang diridhai Allah SWT. Ketaatan yang dimaksud di sini merupakan salah satu bentuk amalan umat Islam, jika bersentuhan dengan manusia, bisa saja mereka menjadi musuh satu sama lain pada akhirnya. Misalnya mereka sangat dekat semasa masih di dunia dan bersatu dalam segala aktivitas bersama, namun ketika waktu shalat tiba, tidak ada yang mengingatkan mereka untuk shalat terlebih dahulu, dan pada akhirnya semua orang lalai dalam shalat.⁷

Berdasarkan sebuah penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Konformitas terhadap Teman Sebaya dengan Kecenderungan Kenakalan pada Remaja" oleh Bayu Mardi Supatro dan Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, ditemukan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara

⁷Agustiawan, Skripsi, “Konsep Pergaulan Dalam Surat Azzuhkruf Ayat 67 Dan Ali-Imron Ayat 118 Dalam Tafsir Al-Misbah Dan Relevansinya Dengan Etika Pergaulan Dalam Islam”, (Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2019). Hal 101-104

konformitas terhadap teman sebaya dengan kecenderungan kenakalan pada remaja. Hal ini mengindikasikan bahwa jika konformitas terus berlanjut di kalangan remaja tanpa intervensi yang tepat waktu, maka hal ini dapat berkontribusi pada perilaku yang mengarah pada kenakalan remaja. Interaksi yang dilakukan remaja dengan teman sebayanya dapat memberikan pengaruh positif dan negatif terhadap sikap mereka. Menyesuaikan diri dengan teman sebaya muncul sebagai faktor signifikan yang mempengaruhi kecenderungan kenakalan pada remaja. Selain itu, remaja yang menjadi bagian dari kelompok teman sebaya terdorong untuk menyesuaikan diri dengan perilaku yang serupa atau sesuai dan mematuhi aturan yang ditetapkan dalam kelompok tersebut.⁸

Apabila konformitas negatif terjadi di kalangan remaja dan tidak segera ditangani, hal ini dapat berdampak buruk untuk remaja itu sendiri dan berpotensi merugikan orang lain. Sebagai contoh, remaja dapat mengalami berkurangnya kemandirian, berkurangnya rasa percaya diri, kurangnya kreativitas, dan kecenderungan untuk bergantung pada orang lain secara berlebihan. Oleh karena itu, sangat penting bagi individu untuk menunjukkan ketegasan yang tidak membahayakan kesejahteraan orang lain. Perilaku individu dianggap bermasalah ketika individu gagal menunjukkan konformitas positif yang sesuai.

Menurut para peneliti, untuk mengatasi masalah perilaku konformitas negatif pada remaja diperlukan layanan bimbingan dan konseling. Dalam kasus perilaku konformitas negatif, remaja dapat memperoleh manfaat dari

⁸Bayu Mardi Saputro Dan Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, "Hubungan Antara Konformitas Terhadap Teman Sebaya Dengan Kecenderungan Kenakalan Pada Remaja", *Jurnal Insight*, Vol. 10 No. 1 (Februari 2012).

pelatihan asertivitas untuk memfasilitasi perubahan dari perilaku negatif ke arah yang lebih positif. Pendekatan konseling yang peneliti pilih adalah pendekatan behavioral. Tujuan terapi yang digunakan adalah mengubah perilaku maladaptif menjadi adaptif, dengan kata lain mengubah konformitas negatif untuk mencapai afirmasi diri pada remaja yang berperilaku negatif. Pendekatan behavioral merupakan metode yang digunakan dalam konseling yang melibatkan perubahan perilaku.⁹ Pendekatan konseling behavioral memandang seseorang yang sedang menghadapi suatu permasalahan seolah-olah merupakan proses pembelajaran yang buruk dari lingkungannya. Menurut pandangan ini, perilaku manusia yang bermasalah cenderung disebut sebagai reaksi terhadap perilaku negatif terhadap lingkungan, perilaku maladaptif juga terjadi karena kesalahpahaman dalam menyikapi lingkungan secara cepat.¹⁰

Pada hakikatnya, terapi perilaku berusaha untuk mencapai tujuan perilaku baru, menghapus perilaku maladaptif, memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan, dan membantu konseli dalam bertransformasi menjadi lebih asertif. Hal ini termasuk menumbuhkan kemampuan untuk mengekspresikan pikiran dan keinginan secara efektif dalam berbagai situasi, yang pada akhirnya mendorong perilaku asertif.¹¹ Dalam konseling behavioral terdapat beberapa teknik, antara lain: teknik *assertive training*. Peneliti memilih menggunakan teknik ini karena dapat

⁹Ulva Hasdiana, "Pendekatan Behavioristik Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja", *Jurnal Pencerahan*, Vol, 12 No. 2 (September 2018), Hal 160.

¹⁰Mulawarman Et Al., *Psikologi Konseling: Sebuah Pengantar Bagi Konselor Pendidikan*, (Jakarta: Kencana, 2019), Hal 117.

¹¹Gerald Corey, *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009).

membantu klien kesulitan dalam mengekspresikan diri atau menegaskan diri di depan orang lain.¹² Teknik terapi asertif dilakukan dengan tujuan untuk membantu individu berperilaku asertif. Perilaku asertif ditunjukkan melalui perilaku verbal dan nonverbal, hak atau kepentingan pribadi dan lainnya, serta keterbukaan terhadap diri sendiri.¹³

Sebagaimana data yang ditemukan peneliti di Pondok Pesantren Al-Qodiri Putri 1 Jember, peneliti menemukan beberapa kesamaan sikap pada santri remaja putri kelas XI berupa perilaku konformitas yang tinggi dari 37 santri yang diberi angket, ditemukan 5 santri yang menunjukkan perilaku konformitas negatif. Hal ini dibuktikan dengan hasil skor pada angket yang sudah diberikan, 5 santri tersebut memiliki hasil skor skala dengan nilai tertinggi. Bentuk-bentuk perilaku konformitas negatif yang dilakukan santri remaja putri pada kelas XI SMK yaitu mengikuti aturan yang telah disepakati kelompok dalam hal yang bersifat negatif, rasa takut akan penolakan dan ejekan teman kelompoknya, dan bertingkah laku sama dengan teman kelompoknya agar tidak dijauhi oleh teman kelompoknya. Permasalahan mengenai hal tersebut menimbulkan keresahan bagi peneliti, sehingga peneliti ingin mengukur suatu perlakuan yang sesuai untuk mengurangi perilaku konformitas negatif yang di alami santri remaja putri yaitu dengan pemberian perlakuan berbentuk konseling behavior dengan teknik *assertive training*. Alasan dari pengambilan perlakuan tersebut karena dalam tujuan konseling

¹²Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktek*, (Jakarta: Kencana, 2011), 173.

¹³Cucu Arumsari, "Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bulliyng", *Jurnal Of Innovative Counseling*, Vol.1, No. 1 (Januari 2017): 32.

behavior sendiri adalah untuk merubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif dan dalam tujuan teknik *assertive training* itu sendiri adalah latihan ketegasan untuk menumbuhkan keberanian batin individu untuk menunjukkan perilaku baik yang diharapkan, sehingga mampu bersikap asertif dan membantu individu mengembangkan hubungan langsung dalam situasi interpersonal. Dalam hal ini, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai permasalahan konformitas yang dialami oleh santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember dengan mencoba pemberian perlakuan berupa konseling behavior dengan teknik *assertive training*. Sehingga dalam penelitian ini peneliti memberi judul “Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember”

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan diatas, maka yang menjadi fokus penelitian adalah:

1. Bagaimana perilaku konformitas negatif yang terjadi pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember?
2. Bagaimana penerapan konseling behavior dengan teknik *assertive training* pada remaja putri dipondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember?
3. Apakah penerapan konseling behavior dengan teknik *assertive training* dapat mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember?

C. Tujuan penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan diatas, maka tujuan penelitian ini ialah:

1. Untuk mendeskripsikan perilaku konformitas negatif yang terjadi pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember
2. Untuk memberikan deskripsi mengenai penerapan konseling behavior, khususnya dengan menggunakan teknik *assertive training*, pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember.
3. Untuk mengetahui efektivitas konseling behavior dengan teknik *assertive training* dalam mereduksi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

D. Manfaat penelitian

Manfaat dari suatu penelitian mencakup kontribusi yang akan dihasilkan setelah penelitian tersebut selesai. Kegunaan penelitian melibatkan manfaat teoritis dan praktis, termasuk manfaat bagi peneliti, institusi terkait, dan masyarakat secara keseluruhan.

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pembaca mengenai strategi untuk mengurangi perilaku konformitas negatif, khususnya melalui penggunaan teknik training asertif di kalangan remaja.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi wawasan, pemahaman, dan pengalaman praktis yang berharga mengenai penerapan teknik training asertif sebagai strategi untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja.

b. Bagi UIN KHAS Jember

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi studi literatur tambahan yang bermanfaat bagi manajemen perpustakaan akademik di UIN KHAS Jember. Diharapkan dapat menjadi referensi yang berharga untuk mahasiswa yang mempunyai keinginan melakukan penelitian lebih lanjut yang bertujuan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja melalui penerapan teknik training asertif.

c. Bagi lembaga

Lembaga dalam penelitian ini ialah Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember yang mengharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam memperkuat upaya mengurangi konformitas negatif di kalangan remaja putri.

d. Bagi masyarakat

Meningkatkan pemahaman dan pengetahuan, serta berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan terkait pengurangan konformitas negatif pada remaja dengan menggunakan teknik *assertive training*.

E. Ruang lingkup penelitian

1. Variable penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang peneliti tentukan, dalam bentuk apapun, untuk dipelajari guna mengumpulkan informasi mengenai topik penelitian yang kemudian dapat dijadikan kesimpulan yang menarik.

a. Variable bebas (independen)

Variabel bebas sering disebut dengan variabel stimulus, variabel prediktor, variabel anteseden, variabel pengaruh, variabel perlakuan, kausalitas, perlakuan, risiko. Variabel independen adalah variabel yang menyebabkan perubahan atau terjadinya variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian eksperimen merupakan manipulasi terhadap variabel-variabel yang terkandung dan diatur oleh peneliti. Oleh karena itu, variabel independen dalam penelitian empiris dapat berupa pengobatan, pelatihan, terapi atau intervensi lainnya. Variabel independen dalam penelitian ini adalah konseling behavioral dengan teknik latihan asertif.

b. Variable terikat (dependen)

Variabel-variabel tersebut sering disebut dengan variabel keluaran, variabel kriteria, variabel akibat, variabel pengaruh, variabel yang dipengaruhi, variabel terikat atau variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang disebabkan oleh adanya variabel bebas. Oleh

karena itu, variabel dependen penelitian ini adalah perilaku konformitas negatif.¹⁴

2. Indikator variabel

Variabel indikator merupakan variabel yang memberitahukan atau memberikan petunjuk mengenai suatu keadaan sehingga dapat digunakan sebagai alat ukur perubahan.¹⁵ Dalam penelitian ini mempunyai variabel X yaitu konseling behavior dengan teknik *assertive training*, yang mempunyai beberapa indikator yaitu:

- a. Mengajarkan perilaku verbal dan non verbal
- b. Melakukan umpan balik secara sistematis
- c. Melakukan latihan-latihan melalui permainan
- d. Mengurangi kecemasan yang diperoleh secara langsung atau tidak langsung
- e. Mengubah perbuatan yang membatasi ekspresi diri

Sedangkan indikator pada variabel Y yaitu perilaku konformitas negatif, yang mempunyai beberapa indikator yaitu :

- a. Keinginan disukai orang lain
- b. Menghindari penolakan, ejekan
- c. Menerima pendapat kelompok
- d. Bertingkah laku sama dengan yang dilakukan orang lain.

¹⁴Anggun Resdasari Prasetyo et al, *Metodologi Penelitian Eksperimen* (Semarang:Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang, 2020).

¹⁵Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixedmethods)*, (Alfabeta:Bandung, 2013), 67.

F. Definisi operasional

Definisi operasional ini menjelaskan pentingnya beberapa istilah penting yang menjadi fokus utama para peneliti dalam lingkup judul penelitian. Tujuannya tidak lain adalah untuk mencegah terjadinya kesalahpahaman mengenai makna istilah-istilah dalam penelitian. Oleh karena itu, definisi operasionalnya meliputi:

1. Konseling behavior

Konseling behavioral adalah proses sistematis yang bertujuan untuk membantu individu dalam memperoleh keterampilan untuk mengatasi permasalahan pribadi, emosional, dan pengambilan keputusan. Dalam konteks ini, istilah "belajar" menunjukkan bahwa konselor memandu klien dalam memperoleh kemampuan untuk mengubah perilaku negatif menjadi perilaku positif. Tujuan utama dari konseling behavioral adalah untuk mengubah perilaku yang tidak baik dengan memperkuat perilaku yang diinginkan, memadamkan tindakan yang tidak diinginkan, dan memfasilitasi identifikasi perilaku yang sesuai. Fokus konseling behavioral dalam penelitian ini berkisar pada penggunaan teknik pelatihan asertif, yang secara khusus dirancang untuk memodifikasi perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif dan merubah perilaku konformitas atau kepatuhan yang negatif menjadi asertif di antara siswa yang sebelumnya menunjukkan perilaku negatif.

2. Teknik *Assertive Training*

Teknik ini diterapkan untuk membantu klien yang mengalami kesulitan dalam mengekspresikan emosi yang tidak jelas, kesulitan mengatakan tidak, mengungkapkan kasih sayang, dan merespon positif orang lain. Namun pada teknik asertif, klien tidak diarahkan untuk bersikap agresif, kasar atau melakukan intimidasi dan berusaha mendominasi dirinya terhadap orang lain, namun dilatih untuk melawan orang lain yang berusaha mendominasi dan memanipulasi dirinya. Teknik asertif ini juga dapat membantu individu mengenali dirinya sendiri ketika mereka dianiaya oleh orang lain dan secara efektif menolak tuntutan tersebut tanpa kemarahan atau agresif.

Teknik *assertive training* dalam penelitian ini ialah teknik *assertive training* yang menggunakan prosedur pelaksanaan sebagai berikut: (1) latihan keterampilan, dalam pelaksanaannya yaitu mengajarkan perilaku verbal dan non verbal dengan teknik modelling, melakukan umpan balik secara sistematis, melakukan latihan-latihan melalui permainan (*role play*), (2) meminimalisasi kecemasan, dalam pelaksanaannya yaitu mengurangi kecemasan yang diperoleh secara langsung atau tidak langsung, (3) menstruktur kembali aspek kognitif, mengubah sikap individu yang membatasi dirinya berekspresi atau berperilaku asertif.

3. Perilaku konformitas

Perilaku konformitas merupakan perilaku, sikap, dan keyakinan positif yang ditunjukkan oleh seseorang baik karena tekanan kelompok

atau hanya keinginan untuk meniru orang lain atau menyesuaikan diri dengan nilai-nilai yang ada. Tujuan dari perilaku konformis adalah untuk menimbulkan kesan yang baik agar individu tidak menerima penolakan dari kelompok atau orang lain. Konformitas mempunyai dua bentuk yang terjadi dalam masyarakat yaitu kepatuhan dan penerimaan. Kepatuhan merupakan ketaatan yang dilakukan secara terbuka sehingga terlihat oleh masyarakat meskipun dalam hati terdapat perbedaan pendapat. Sedangkan penerimaan adalah ketaatan yang dibarengi sikap dan keyakinan yang sesuai dengan tatanan sosial.

Konformitas yang dimaksud dalam penelitian ini ialah perilaku konformitas yang bersifat negatif pada remaja yang ada di pondok pesantren, yang dimana bentuk-bentuk dari perilaku konformitas negatif yaitu *compliance* (menolak ajakan teman untuk: bolos sekolah, tidak berjamaah tidak mengikuti kegiatan, menolak ajakan untuk mencuri, dan menolak untuk merusak fasilitas pesantren), *acceptance* (menggunakan bahasa kasar, mencuri barang milik orang lain, merusak fasilitas pondok pesantren, tidak sopan kepada yang lebih tua, dan melanggar peraturan pondok pesantren).

G. Asumsi penelitian

Asumsi penelitian, sering disebut juga sebagai anggapan dasar, merupakan keyakinan yang diterima oleh peneliti sebagai suatu kebenaran. Dalam penelitian ini, asumsinya adalah bahwa konseling dengan menggunakan teknik *assertive training* akan terbukti efektif untuk mengurangi

perilaku konformitas negatif pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

H. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap fokus masalah penelitian yang pada awalnya disajikan dalam bentuk pertanyaan. Sifat sementara ini berasal dari kenyataan bahwa jawaban tersebut baru didasarkan pada teori yang relevan dan belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang didapat melalui data yang terkumpul.¹⁶ Hipotesis dalam penelitian ini ada dua, yaitu H_0 (hipotesis nol) yaitu hipotesis yang menyatakan tidak adanya hubungan antara suatu variabel dengan variabel lain, dan H_a (hipotesis alternatif) yaitu hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara suatu variabel dan variabel lainnya. Variabel dan variabel lainnya. Dengan demikian hipotesis yang diajukan peneliti berupa pernyataan sementara mengenai hasil penelitian adalah sebagai berikut:

H_0 : konseling behavior dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri dipondok pesantren

H_a : konseling behavior dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri dipondok pesantren

¹⁶Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta). 64

I. Sistematika pembahasan

Kerangka kerja yang diterapkan dalam menyusun penelitian ini akan dijelaskan secara sistematis agar pembaca dapat mengkaji dan memahaminya. Sistematika pembahasan penelitian ini meliputi: beberapa bagian, antara lain: Terdiri dari beberapa subbab, khususnya: 1) pendahuluan, meliputi: halaman sampul, lembar pengesahan, motto, konstitusi pengabdian, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel dan daftar gambar, serta lembar persetujuan dosen pembimbing, 2) inti, terdiri atas lima bab, dengan subbab pada setiap bab, yang merinci:

BAB I PENDAHULUAN

Berisi konteks historis masalah: uraian masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian (variabel dan indikator), definisi operasional, hipotesis penelitian, asumsi dan pembahasan mendalam.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

Bab ini akan menyajikan ikhtisar literatur dan teori terkait. Terbagi menjadi dua sub bab yaitu penelitian teoritis dan penelitian terdahulu. Penelitian serupa dilakukan sejalan dengan penelitian konteks sentral yang dilakukan sebelumnya. Berikut kajian teori yang memberikan penjelasan mengenai teori konseling perilaku dengan teknik pelatihan asertif mengenai perilaku konformitas negatif. Tujuan bab Untuk menjelaskan landasan teori pada bab-bab selanjutnya mengenai analisis data dan hipotesis penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Metode penelitian secara komprehensif yang digunakan peneliti yaitu: pendekatan dan jenis penelitian, identifikasi populasi dan sampel, teknik dan alat yang digunakan dalam proses penelitian, dan metodologi untuk analisis data.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Berisi tentang gambaran objek penelitian. Sekilas profil dan sejarah Pondok Pesantren Al-Qodiri Putri 1 Jember disertai dengan beberapa macam penjelasan yaitu, penyajian data, analisis dan uji hipotesis, serta pembahasan hasil penelitian.

BAB V PENUTUP

Kesimpulan dan saran dapat ditemukan pada bab terakhir ini. Temuan peneliti terhadap masalah Penelitian akan dibahas secara singkat pada bagian kesimpulan. Hasil analisis data dan uji interpretasi dijelaskan secara rinci pada bab-bab sebelumnya untuk menjadi dasar penarikan kesimpulan. Saran berisi langkah-langkah yang perlu dilakukan oleh pemangku kepentingan yang terlibat dalam mengimplementasikan beberapa temuan tersebut.

BAGIAN AKHIR

Memuat seluruh sumber kepustakaan yang digunakan peneliti untuk menunjang penelitian yang dilakukan dan disusun secara berkala sebagai daftar pustaka. Selain itu juga terdapat lampiran berisi berbagai data yang peneliti gunakan selama periode penelitian, mulai dari data responden hingga perhitungan analisis detail mulai dari tahap pengujian serta hasil penelitian sebenarnya.

BAB II

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Penelitian terdahulu

Salah satu langkah untuk mendukung penelitian yang lebih komprehensif dan komparatif, serta Menghindari pencarian yang berulang-ulang, peneliti berusaha melakukan penelitian orisinal terhadap karya-karya yang berkaitan dengan topik yang diteliti. Tujuan dilakukannya penelitian terdahulu adalah sebagai acuan bagi peneliti untuk melengkapi teori dan menghindari plagiarisme dalam penelitian. Berikut beberapa penelitian terdahulu yang dimaksud:

1. Skripsi, yang disusun oleh Nimas Intan Rahayu mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung tahun 2019. Dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Sendang Agung Tahun 2018/2019”. Penelitian ini membahas tentang efektivitas konseling kelompok yang menerapkan pelatihan teknik asertif dalam meningkatkan *self esteem* siswa kelas VIII di SMP Muhammadiyah 2 Sendangagung. Pembelajaran Metode ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain *pre-experiment* dan *one-group pre-test – post-test design*. Sampel penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan teknik simple random sampling *Probability Sampling*. Berdasarkan data tersebut, diperoleh hasil melalui *Wilcoxon*

Signed Rank Test menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik pelatihan asertif efektif untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*).¹⁷

2. Jurnal yang disusun oleh Mulia Sartika dan Hengki Yandri, mahasiswa Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci 2019. Dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya”. Metode penelitian yang digunakan ialah eksperimen, dengan desain *one group pretest-posttest*, penentuan sampel dilakukan secara *purposive sampling*. Jurnal ini membahas dampak kelompok konseling terhadap konformitas teman sebaya. Hasil tinjauan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan kepada konformitas teman sebaya pada siswa setelah mendapat layanan konseling kelompok.¹⁸
3. Skripsi yang disusun oleh Isnora Hasibuan mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan 2020. Dengan judul “Implementasi Teknik *Assertive Training* Dalam Mengungkapkan Masalah Siswa Yang Sesungguhnya Melalui Bimbingan Kelompok Di MAS PAB 1 Sampali”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melatih kepribadian siswa dalam mengekspresikan emosinya dengan lebih baik tanpa rasa khawatir atau takut. Penelitian ini menggunakan metode

¹⁷Nimas Intan Rahayu, ”Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah 2 Sendang Agung Tahun 2018/2019” (Skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2019)

¹⁸Mulia Sartika Dan Hengki Yandri, “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya”. *Indonesian Journal Of Counseling Development*. Vol 1 No 1. (Juli 2019).

deskriptif kualitatif. Hasil Penelitian ini menunjukkan adanya perkembangan pada diri siswa ketika berhasil memimpin kelompok dengan menggunakan teknik latihan asertif yang pada awalnya siswa merasa malu dan takut setelah mendapat bimbingan menjadi berani dan percaya diri dalam menuntut pada hakikatnya.¹⁹

Tabel 2.1
Originalitas Penelitian

No	Nama, Judul Penelitian dan Tahun Penelitian	Persamaan	Perbedaan	Originalitas Penelitian
1	Nimas Intan Rahayu, 2019 dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> Peserta Didik Kelas VIII SMP Muhammadiyah 2 Sendang Agung Tahun 2018/2019”	a. Sama-sama menggunakan teknik <i>assertive training</i> b. Menggunakan metode penelitian kuantitatif	a. Lokasi penelitian di SMP Muhammadiyah 2 Sendang Agung b. Fokus untuk meningkatkan <i>self esteem</i>	
2	Mulia Sartika dan Hengki Yandri, 2019 Dengan judul “Pengaruh Layanan	a. Sama-sama membahas tentang konformitas teman sebaya yang negatif	Lokasi penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 5 Kerinci	

¹⁹Isnora Hasibuan, “Implementasi Teknik *Assertive Training* Dalam Mengungkapkan Masalah Siswa Yang Sebenarnya Melalui Bimbingan Kelompok Di MAS PAB 1 Sampali”, (Skripsi, UIN Sumatera Utara Medan, 2020)

	Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya”	b. Menggunakan penelitian desain eksperimen		
3	Isnora Hasibuan, 2020 dengan judul “Implementasi Teknik <i>Assertive Training</i> Dalam Mengungkapkan Masalah Siswa Yang Sebenarnya Melalui Bimbingan Kelompok di MAS PAB 1 Sampali”.	Sama-sama membahas tentang <i>teknik assertive training</i>	a. Lokasi penelitian di MAS PAB 1 Sampali b. Fokus pada penelitian ini mengungkapkan masalah siswa c. Menggunakan metode deskriptif kualitatif	
4	Sayyidatul Muflihah, 2023 dengan judul “Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember”			Fokus pada penelitian ini mengenai gambaran konformitas negatif yang terjadi di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember dan Efektivitas Konseling Behavior Dengan Teknik <i>Assertive Training</i> Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif.

B. Kajian teori

1. Konseling Behavior

a. Pengertian Konseling Behavior

Konseling behavioral merupakan suatu proses konseling yang dilakukan oleh konselor terhadap klien dengan menggunakan pendekatan behavioral untuk memecahkan masalah dan menentukan arah hidup yang diinginkan oleh konseli.

Sesuai pendapat Corey, terapi behavioral memerlukan penggunaan teknik dan prosedur yang berasal dari beragam teori belajar. Terapi ini melibatkan penerapan sistematis prinsip-prinsip pembelajaran praktis untuk menghasilkan perubahan perilaku ke arah yang lebih adaptif. Didasarkan pada teori belajar, modifikasi perilaku dan terapi perilaku mewakili pendekatan konseling dan psikoterapi yang dirancang untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan perubahan perilaku.²⁰

Konseling behavioral adalah konseling yang didasarkan pada upaya mengubah perilaku. Menurut pandangan ini, perilaku terbentuk sebagai hasil dari setiap pengalaman yang mencakup interaksi seseorang dan lingkungan. Oleh karena itu, perilaku manusia dibentuk oleh rangsangan yang diterima dari lingkungan.²¹ Aspek penting dari terapi behavior adalah kemampuan untuk mengidentifikasi, mengamati, dan mengukur perilaku melalui aktivitas. Para ahli

²⁰Corey, *Teori Dan Praktek*, 193

²¹Sulthon, "Mengatasi Kenakalan Pada Siswa Melalui Pendekatan Konseling Behavioral", *Journal Of Guidance And Counseling*. Vol 2 No 2 (Juli-Desember 2018)

perilaku menyatakan bahwa gangguan perilaku berasal dari proses belajar yang salah. Oleh sebab itu, ditegaskan bahwa memodifikasi lingkungan ke arah yang positif dapat, pada gilirannya, mengubah perilaku menjadi positif. Pergeseran perilaku ini memfasilitasi evaluasi yang lebih tepat terhadap kemajuan klien.

Selanjutnya Corey, menyebutkan ciri-ciri terapi behavioral sebagai berikut:

- 1) Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik
 - 2) Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*
 - 3) Perumusan prosedur *treatment* yang spesifik yang sesuai dengan masalah
 - 4) Penafsiran hasil-hasil terapi dilakukan secara objektif.²²
- b. Tujuan konseling behavior

Secara luas, tujuan terapi behavior adalah untuk membangun kondisi baru dan lebih baik melalui proses belajar yang mampu menghilangkan gejala-gejala perilaku. Secara bersamaan, tujuan khusus terapi behavior adalah merubah perilaku adaptif dengan memperkuat perilaku yang diinginkan, memadamkan perilaku yang tidak diinginkan, dan memfasilitasi identifikasi perilaku yang sesuai.²³

Tujuan dari konseling behavioral adalah untuk membantu konseli dalam membuang respon-respon lama yang merugikan dan memperoleh respon-respon baru yang lebih sehat. Bentuk konseling ini

²²Corey, *Teori Dan Praktek*. 196

²³Lubis, *Memahami Dasar-Dasar*, 172

juga bertujuan untuk menghilangkan pola perilaku yang tidak tepat yang biasa dilakukan oleh klien dalam kehidupan sehari-hari. Dengan menggunakan konsep pengkondisian operan, proses konseling berusaha untuk membantu klien menguasai perilaku baru secara efektif melalui penciptaan kondisi belajar yang baru.²⁴

Krumbolt dan Thorensen mengembangkan tiga kriteria untuk merumuskan tujuan yang dapat diterima dalam proses konseling behavioral, yaitu:

- 1) Tujuan yang diberikan harus sesuai dengan apa yang diinginkan konseli
- 2) Konselor harus bersedia membantu konseli mencapai tujuannya
- 3) Harus ada kesempatan untuk melihat sejauh mana konseli dapat melangkah dalam menetapkan tujuan.²⁵

c. Dinamika kepribadian manusia

Pendekatan behavioristik menahan diri untuk tidak secara eksplisit menempatkan asumsi filosofis mengenai karakteristik individu manusia. Pendekatan ini beroperasi dengan asumsi bahwa semua individu memiliki kecenderungan positif dan negatif yang sama, yang pada dasarnya dibentuk dan dipengaruhi oleh lingkungan sosial-budaya mereka. Dalam perspektif ini, semua perilaku manusia dipandang sebagai sesuatu yang diperoleh melalui proses belajar. Meskipun para penganut behaviorisme mempertahankan perspektif

²⁴Ulva, Pendekatan Behavioristik, 155

²⁵Corey, *Teori Dan Praktek*. 203

bahwa perilaku utama dihasilkan dari kekuatan lingkungan dan faktor genetik, mereka mengakui pengambilan keputusan sebagai bentuk perilaku yang berbeda.²⁶ Perilaku, menurut perspektif behavioris, dianggap sebagai cerminan kepribadian manusia. Hal ini dibentuk oleh pengalaman yang didapat individu melalui interaksi dengan lingkungannya. Perilaku positif dipandang sebagai hasil dari lingkungan yang mendukung, sementara sebaliknya, perilaku negatif dikaitkan dengan pengaruh lingkungan yang tidak mendukung.

d. Asumsi tingkah laku bermasalah

Perilaku bermasalah atau maladaptif muncul ketika individu mempelajarinya melalui interaksi dengan lingkungan. Dari perspektif perilaku, perilaku bermasalah dapat dicirikan sebagai kebiasaan negatif atau tidak pantas yang menyimpang dari norma atau perilaku yang diharapkan.

Pendekatan konseling behaviorial berfokus pada individu, dengan menekankan bahwa perilaku bermasalah berasal dari proses belajar yang salah di dalam lingkungan. Perspektif ini menyatakan bahwa perilaku manusia yang bermasalah cenderung diakibatkan oleh reaksi terhadap rangsangan negatif di lingkungan, dan perilaku maladaptif juga dapat muncul dari kesalahan penafsiran dalam merespons isyarat lingkungan yang tepat.

²⁶Corey, *Teori Dan Praktek*. 195

Pendekatan ini juga memperhitungkan seluruh perilaku manusia yang diperoleh melalui pembelajaran dan perilaku tersebut juga dapat diubah dengan menggunakan prinsip-prinsip pembelajaran. Manusia mendapat dorongan secara fisik, melalui pembelajaran sosial sehingga terbentuk motivasi, dan dengan motivasi mereka menjadi termotivasi untuk mencapai tujuannya. Umpan balik dihargai, karena itu cenderung bersifat pribadi dan berulang-ulang. Dengan adanya pengulangan ini maka akan terbentuklah perilaku. Manusia cenderung mempersepsikan rangsangan yang tidak menyenangkan, sehingga dapat melahirkan perilaku yang salah dan tidak pantas. Hal utama dalam terapi perilaku adalah penguatan, yang bisa berupa imbalan.²⁷ Asumsi tingkah laku bermasalah dalam penelitian ini ialah tingkah laku individu yang telah dilakukan dalam menyesuaikan diri dengan teman dan lingkungannya, tingkah laku yang dimaksud ialah perilaku konformitas negatif yang dilakukan oleh santri remaja putri.

e. Teknik-teknik konseling behavior

Melalui penerapan praktis terapi behavior, konselor dapat menggunakan berbagai teknik terapi untuk membantu konseli. Jika teknik tertentu dianggap tidak sesuai, maka akan diganti dengan metode alternatif yang sesuai dengan tujuan konseling.

Lesmana membagi teknik terapi behavior menjadi dua bagian, yaitu teknik behavior umum dan teknik khusus. Teknik behavior yang

²⁷Mulawarman et al., *Psikologi Konseling*. 117.

umum adalah: jadwal penguatan, pembentukan, pemadaman, sedangkan teknik khusus: desensitisasi sistematis, pelatihan ketegasan, *time-out*, ledakan dan *flooding*.²⁸ Menurut Mulawarman, teknik pendekatan behavior meliputi 2 bagian, yaitu teknik umum dan teknik khusus. Teknik konseling perilaku umum dibagi menjadi empat pendekatan, yaitu: (1) pembelajaran praktisi, (2) pembelajaran imitatif atau pemodelan sosial, (3) pembelajaran kognitif, dan (4) pembelajaran emosional. Sedangkan teknik spesifiknya adalah: pelatihan asertivitas, sistematis desensitisasi, terapi aktif, pengondisian aversi, dan pelatihan pemodelan perilaku.

Menurut Corey, beberapa teknik terapi perilaku yang utama adalah: desensitisasi sistematis, terapi eksplosif dan destruktif, pelatihan ketegasan, terapi keengganan, pengondisian peran, penguatan positif, reaksi pembinaan, penguatan intermiten, penghapusan, pemodelan, dan ekonomi simbolik.²⁹

f. Teknik *assertive training*

Kartono mengatakan, pelatihan asertivitas merupakan prosedur terapi perilaku yang berupaya untuk mempermudah mengekspresikan emosi yang normal, baik perasaan benci dan dendam, serta perasaan setuju. Teknik asertif sering juga disebut dengan *asertiveness training*, yaitu suatu teknik yang diterapkan untuk menumbuhkan keberanian batin individu untuk menunjukkan perilaku baik yang diharapkan,

²⁸Lubis, *Memahami Dasar-Dasar*. 172

²⁹Corey, *Teori Dan Praktek*. 208-222.

sehingga mampu bersikap asertif. Ini merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu individu mengembangkan hubungan langsung dalam situasi interpersonal.³⁰ Fokusnya adalah pada proses berlatih melalui peran, keterampilan sosial yang baru diperoleh untuk memungkinkan individu mengatasi kekurangan mereka sendiri dan belajar untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran yang lebih terbuka, sambil percaya bahwa mereka memiliki hak untuk mengekspresikan reaksi publik.

Pelatihan asertif mencakup pengembangan keterampilan sosial, dengan fokus pada kemampuan untuk menolak permintaan, mengartikulasikan emosi positif dan negatif, mengambil inisiatif, memperluas undangan, menyimpulkan percakapan, dan mempersonalisasi diskusi tanpa menyebabkan stres yang tidak semestinya. Pelatihan asertif tidak bertujuan untuk menanamkan agresif, pelecehan, atau intimidasi untuk mendominasi orang lain; sebaliknya, fokusnya adalah memberdayakan individu untuk menolak upaya dominasi dan manipulasi oleh orang lain. Pelatihan asertif membantu individu untuk mengenali kapan mereka dimanfaatkan dan mengajarkan mereka untuk menolak permintaan tersebut dengan cara yang tenang dan efektif tanpa menggunakan kemarahan. Pelatihan ini menggarisbawahi pentingnya komunikasi yang jelas, tenang, dan jujur

³⁰Sri Ratnasari And Andi Agustan Arifin, "Teknik *Assertive Training* Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa", *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, Vol 2 No 2 (Januari 2021)

untuk membina hubungan di mana setiap orang memahami peran mereka, dan tidak ada yang merasa dieksploitasi.³¹

Dari definisi di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pelatihan asertif adalah suatu teknik penanaman keberanian batin seseorang untuk menunjukkan perilaku tertentu yang diharapkan melalui permainan peran agar mampu mengungkapkan perasaan, pikiran dan kebutuhan secara jujur dan terbuka, dengan mengedepankan hak asasi manusia dan hak asasi manusia. menolak tuntutan yang tidak masuk akal.

Mengenai tujuan pelatihan asertivitas, Lazarus berpendapat bahwa tujuan pelatihan asertivitas adalah: memperbaiki perilaku yang tidak pantas, merubah respon emosional yang buruk, dan menghilangkan pikiran-pikiran yang tidak rasional. Lazarus lebih lanjut menegaskan bahwa tujuan dari mengembangkan asertif adalah untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, khususnya dalam hal: 1) menolak dengan tegas, 2) mengajukan permintaan, 3) mengekspresikan emosi positif dan negatif secara efektif, dan 4) cakap dalam memulai dan mengakhiri percakapan.³²

Alberti mengatakan terapi perilaku asertif atau pelatihan keterampilan sosial merupakan suatu prosedur pelatihan bagi individu untuk mempraktikkan perilaku adaptif sosial melalui ekspresi emosi,

³¹Muya Barida, *Modul Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Komunikasi Asertif*, (Yogyakarta: K-Media, 2016).

³²Jerry Prafitasari, "Efektivitas *Assertive Training* Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMAN Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017", (Skripsi, IAIN Raden Intan Lampung, 2017), 24-25

sikap, harapan, keyakinan, harapan, pendapat, dan hak. Tata cara pelaksanaan latihan asertif menurut Alberti adalah:³³

- 1) Pelatihan khusus, pengajaran perilaku verbal dan nonverbal, pelatihan dan integrasi ke dalam berbagai perilaku.
- 2) mengurangi kecemasan yang dicapai secara langsung atau tidak langsung sebagai hasil tambahan dari pelaksanaan pelatihan keterampilan.
- 3) Restrukturisasi aspek kognitif, dimana nilai merupakan keyakinan dan sikap yang membatasi ekspresi diri klien, dimodifikasi oleh pemahaman dan apa yang diperoleh dari perilakunya.

Adapun tahapan dalam latihan asertif adalah:

- 4) Konselor dan konseli bekerja sama untuk menentukan perilaku apa yang mungkin sesuai dalam situasi tertentu. Langkah ini menyertakan pertimbangan tanggapan alternatif. Konseli dapat didorong untuk mengamati pola emosi.
- 5) Pengaturan waktu juga penting, yang dalam hal ini berarti tidak mendorong klien untuk melakukan tugas-tugas asertif yang mereka sendiri merasa belum siap menghadapinya.
- 6) Setelah respons yang tepat telah dirumuskan, konselor menyelesaikan ketegasan melalui pelatihan perilaku. Pelatihan ketegasan tidak hanya berfokus pada perilaku verbal tetapi juga

³³Muya, *Modul Assertiveness*. 14

faktor lain seperti kontak mata, postur tubuh, gerak tubuh, ekspresi wajah, dll.

- 7) Tindakan sebenarnya mengikuti pelatihan perilaku dengan beberapa cara konselor memberikan tugas asertif kepada konseli.
- 8) Evaluasi dan pemantauan.³⁴

Pelaksanaan konseling behavior dengan *teknik assertive training*, tahapan yang harus diperhatikan adalah sebagai berikut:

- 1) Melakukan asesmen
 - 1) Menganalisis perilaku bermasalah yang saat ini dialami klien.
 - 2) Menganalisis situasi masalah dan memberikan nasihat. Analisis ini berupaya mengidentifikasi peristiwa-peristiwa yang memicu dan mengikuti perilaku (anteseden dan konsekuensi) yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi konseli.
 - 3) Analisis motif
 - 4) Analisis pengendalian diri, yaitu tingkat pengendalian diri konseli terhadap perilaku bermasalah yang dinyatakan atas dasar cara pengendalian tindakan yang dilakukannya dan atas dasar peristiwa-peristiwa yang menentukan keberhasilan pengendalian diri kontrol.
 - 5) Analisis hubungan sosial, yaitu mengidentifikasi orang lain yang mempunyai hubungan dekat dengan konseli dan hubungan orang tersebut dengan konseli.
 - 6) Menganalisis lingkungan fisik dan sosial serta budaya. Analisis ini didasarkan pada standar dan

³⁴Ratna Lilis, *Teknik Konseling* (Yogyakarta: Deepublish, 2013)

batasan lingkungan. Dalam kegiatan penilaian ini konselor melakukan analisis ABC, khususnya sebagai berikut::

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

B = *Behavior* (perilaku yang menjadi permasalahan) yang perlu ditanyakan kepada konseli meliputi: tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku)

C = *Consequence* (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut).

- 2) Menetapkan tujuan, 1) membantu klien melihat bahwa permasalahannya berdasarkan pada tujuan yang diinginkan, 2) mengarahkan perhatian pada tujuan klien sesuai dengan kemungkinannya hambatan situasional menuju tujuan pembelajaran yang dapat diterima dan terukur, dan 3) menyelesaikan tujuan tersebut ke dalam sub tujuan yang tepat sasaran.
- 3) Implementasi Teknik (*Technique Implementation*) Melaksanakan teknik-teknik konseling sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh konseli (tingkah laku berlebihan atau kekurangan). Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *assertive training*. Tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik asertif adalah: 1. Latihan keterampilan 2. Meminimalisir kecemasan 3. Menstruktur kembali aspek kognitif.³⁵

³⁵Nuraini, "Efektifitas Pendekatan Behavior Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Siswa Di RT 002 Kelurahan Aur Kuning", (Skripsi, IAIN Bukittinggi, 2020), 39-40

Tahapan-tahapan konseling behavioral yang telah disebutkan di atas dengan menggunakan teknik latihan asertif yang akan digunakan dalam proses penelitian ini untuk mengurangi perilaku konformitas negatif di kalangan remaja putri di pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

2. Perilaku Konformitas

a. Pengertian Konformitas

Menurut Baron dan Byrne, konformitas adalah suatu bentuk pengaruh sosial di mana seseorang menyesuaikan sikap dan perilaku mereka agar sesuai dengan norma-norma sosial yang berlaku. Di sisi lain, Monks menyatakan bahwa konformitas remaja terhadap kelompok teman sebaya merupakan hasil dari proses perkembangan sosial, di mana remaja mulai berpisah dengan orang tua dan menjalin ikatan yang lebih dekat dengan teman-temannya.³⁶ Pada fase remaja, individu terdorong untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sebayanya. Dalam interaksi teman sebaya, konformitas muncul ketika individu mengadopsi sikap atau perilaku orang lain karena adanya tekanan yang dirasakan, baik yang nyata maupun yang dibayangkan. Myers menyatakan bahwa konformitas muncul sebagai perubahan perilaku yang disebabkan oleh tekanan kelompok. Hal ini terlihat dari kecenderungan remaja untuk menyelaraskan perilaku mereka dengan perilaku kelompok panutan mereka untuk menghindari kecaman atau pengucilan. Mereka yang menyimpang dari norma kelompok dalam

³⁶Ayu Rahmaditha Apsari And Santi Esterlita Purnamasari, "Hubungan Antara Konformitas Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja", *Jurnal Insight*, Vol 19 No 1 (Februari 2017).

hal penampilan atau perilaku sering mengalami keterasingan dari teman atau lingkungannya.

Kartono dan Gulo berpendapat bahwa konformitas mengandung kecenderungan untuk dipengaruhi oleh tekanan kelompok dan tidak menolak nilai-nilai atau norma yang ditetapkan oleh kelompok. Penyesuaian diri terhadap tekanan teman sebaya selama masa remaja dapat menunjukkan aspek positif dan negatif. Tekanan norma sosial pada dasarnya sangat berpengaruh. Tekanan untuk menyesuaikan diri begitu kuatnya, sehingga upaya untuk menghindari situasi stres dapat menghilangkan atau bahkan menghancurkan nilai-nilai seseorang.³⁷

Individu yang beradaptasi dengan kelompoknya akan berusaha mengintegrasikan perilakunya dengan perilaku kelompok. Seperti pandangan Sears yang mengatakan konformitas adalah suatu perubahan sikap atau perilaku atau keyakinan yang diakibatkan oleh tekanan kelompok. Hal ini terlihat dari kecenderungan seseorang yang sering mengasimilasikan persepsi dan perilakunya terhadap kelompok sehingga tidak mengalami keterasingan.³⁸

Dari pengertian konformitas di atas, peneliti menyimpulkan bahwa konformitas adalah suatu perubahan perilaku individu dalam upaya menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok acuannya, baik itu memberikan tekanan langsung berupa arahan tak terucapkan dari teman kelompoknya terhadapnya atau tidak sendiri terhadap

³⁷Michella M. K et al, "Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Dengan *Self Esteem* Pada Remaja Di Kota Manado", *Psikopedia*, Vo. 1. (Desember 2020), 55.

³⁸Najoan et al., Pengaruh Konformitas, 56

anggotanya, namun hal ini mempunyai pengaruh yang kuat dan dapat memicu perilaku tertentu pada remaja dan anggota kelompok tersebut.

b. Aspek-aspek konformitas

Menurut Baron dan Byrne aspek-aspek konformitas adalah sebagai berikut:

- 1) Aspek normatif, yaitu keinginan individu untuk disukai dan rasa takut akan penolakan.
- 2) Aspek informasional, yaitu keinginan individu untuk merasa benar untuk memiliki persepsi yang tepat mengenai dunia sosial.
- 3) Aspek pembenaran kognitif muncul ketika individu secara sukarela menyesuaikan diri, membuat mereka berkesimpulan bahwa orang lain benar, sementara mereka menganggap diri mereka sendiri salah. Perspektif ini sering kali melibatkan pertimbangan bahwa konformitas hanya akan menghasilkan dilema sesaat.³⁹

Selanjutnya aspek-aspek konformitas juga menurut Myers dibagi menjadi 2 aspek, yaitu:⁴⁰

- 1) Aspek normatif yaitu ditandai dengan perilaku yang ditujukan untuk mencari dukungan, keinginan untuk diterima secara sosial, menghindari penolakan, dan kepatuhan terhadap aturan teman sebaya. Pengaruh ini terjadi ketika individu memodifikasi perilaku

³⁹Dewinta Proyanti And Sondang Maria J Sialen, "Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta", *Jurnal Ikraith-Humaniora*, Vol 2 No 2 (Juli 2018).

⁴⁰Eka Cahya Ningrum, Andik Matulesy, and Amanda Pasca Rini. "Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dan Regulasi Emosi Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Remaja", *Jurnal Insight*, Vol 15 No 1, (April 2019), 128.

mereka agar sesuai dengan norma atau standar kelompok agar dapat diterima secara sosial. Misalnya, ketika berada di tengah-tengah teman yang sadar akan kesehatan, seseorang mungkin secara lahiriah menunjukkan preferensi untuk mengonsumsi buah dan ikan segar sementara tidak merokok, meskipun pilihan ini tidak sejalan dengan preferensi pribadi. Ketika sendirian, preferensi pribadi, seperti makan hamburger atau merokok, mungkin akan dipilih. Dalam situasi seperti itu, konformitas menghasilkan perubahan yang dapat diamati dalam perilaku publik tetapi tidak serta merta mengubah pendapat pribadi.

- 2) Pengaruh informasional, yaitu melibatkan perilaku yang bertujuan untuk mendapatkan perilaku dan informasi yang sama dengan kelompok. Tingkat keyakinan kita terhadap informasi dan pendapat kelompok mempengaruhi keselarasan kita dengan kelompok. Semakin besar keyakinan kita kepada keakuratan informasi kelompok, maka semakin besar juga kecenderungan kita agar sesuai dengan kelompok. Proses ini meningkatkan keyakinan kita akan kebenaran kelompok dan kesediaan kita untuk mematuhiya..

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas

Menurut Sears menyebutkan ada 4 faktor yang mempengaruhi konformitas, antara lain:

1) Rasa takut terhadap celaan sosial

Alasan utamanya adalah untuk mendapatkan persetujuan atau menghindari celaan kelompok.

2) Rasa takut terhadap penyimpangan

Kekhawatiran akan dianggap menyimpang merupakan faktor mendasar dalam hampir setiap situasi sosial. Individu yang berada dalam posisi tertentu mungkin menyadari bahwa posisi tersebut tidak sesuai dengan pemikiran mereka sendiri, yang mengarah pada gejala batin dan peningkatan volatilitas emosional. Akibatnya, individu sering terlibat dalam perilaku yang sesuai dengan nilai-nilai kelompok mereka, memprioritaskan konformitas di atas konsekuensi potensial.

3) Kekompakan kelompok

Kekompakan kelompok yang tinggi akan meningkatkan konformitas. Alasan utama di balik fenomena ini adalah ketika individu merasakan kedekatan yang kuat dengan anggota kelompok lainnya, mereka lebih cenderung untuk menyesuaikan diri, lebih rentan terhadap pengakuan dan lebih peka terhadap kritik.

4) Keterikatan pada penilaian bebas

Ketertarikan merupakan suatu kekuatan umum yang menyulitkan individu dalam mengutarakan pendapatnya, sehingga masyarakat yang berkomitmen secara terbuka dan sungguh-

sungguh terhadap kebebasan menilai akan semakin enggan menerima penilaian dari kelompok yang berlawanan.⁴¹

Menurut Sarwono, faktor-faktor yang mempengaruhi konformitas adalah sebagai berikut:

- 1) Integrasi atau kohesi merupakan perasaan “kesatuan” antar anggota kelompok. Atau rasa “kebersamaan” antara keluarga dan anggota masyarakat. Semakin kuat rasa solidaritas, semakin besar pula pengaruhnya terhadap perilaku seseorang. Namun sebaliknya, semakin lemah rasa “kita” dalam diri seseorang, maka semakin lemah pula pengaruh kelompok, keluarga, dan komunitasnya, atau bahkan tidak ada sama sekali, karena mereka akan merasa tidak harus menjadi anggota suatu keluarga atau komunitas.
- 2) Ukuran kelompok: Semakin besar kelompok, maka semakin besar pengaruhnya terhadap kepatuhan dan perilaku taat individu.
- 3) Pilih dengan suara bulat. Apabila terjadi suara bulat, maka orang atau minoritas yang selisih suara terbanyak tidak dapat bertahan lama. Mereka tidak menyenangkan dan menindas karena menuruti pendapat mayoritas suatu kelompok. Oleh karena itu, pada umumnya individu mempunyai pendapat. Berbeda dengan suara mayoritas, mereka cenderung mengikuti dan menaati suara mayoritas.

⁴¹Proyanti and Sialen, Pengaruh Kepercayaan Diri, 104.

- 4) Statusnya semakin tinggi. Status seseorang yang mempengaruhi orang lain sehingga individu tersebut dapat menyesuaikan diri. Hal ini juga menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari, orang yang ingin berkomunikasi dengan menjadi panutan adalah orang-orang yang mempunyai status, baik karena kekayaan, warisan, pengetahuan, atau genetika seseorang.
- 5) Tanggapan umum yang dilakukan oleh masyarakat umum dapat dilakukan untuk memberikan dukungan lebih terhadap kesesuaian perilaku yang hanya orang-orang tertentu saja yang dapat mengetahui dan mempercayainya.
- 6) Partisipasi umum semua orang. Hal ini tidak mudah bagi orang-orang yang tidak berkompromi dengan masyarakat atau mereka mengambil perilaku yang sejalan dengan apa yang mereka janjikan atau berkompromi dengan masyarakat. Partisipasi umum semua orang. Hal ini tidak mudah bagi orang-orang yang tidak berkompromi dengan masyarakat atau mereka mengambil perilaku yang sejalan dengan apa yang mereka janjikan atau berkompromi dengan masyarakat.

Berbagai faktor yang dapat mempengaruhi konformitas, namun diantara faktor tersebut keterpaduan merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam membentuk perilaku konformitas.⁴²

⁴²Suardi, *Sosiologi Komunitas Menyimpang*, (Yogyakarta: Writing Revolution, 2018). 48

d. Bentuk perilaku konformitas

Konformitas memainkan peran penting dalam perkembangan sosial remaja. Menurut Santrock, sifat konformitas di kalangan remaja dapat bersifat positif atau negatif, bergantung pada individu tertentu yang terlibat dan konteks di mana konformitas itu terjadi.⁴³

Sarwono mengatakan bahwa terdapat dua bentuk konformitas dalam masyarakat, yaitu:

- 1) *Compliance*, mirip dengan konformitas, dilakukan secara terbuka meskipun hati seseorang tidak sepenuhnya setuju. Jika perilaku tersebut bertentangan dengan perintah, maka disebut sebagai ketaatan (*obediencia*). Misalnya, berhenti merokok semata-mata karena perintah orang tua, meskipun ada keengganan untuk berhenti, merupakan contoh kepatuhan..
- 2) *Acceptance*, penerimaan yang dibarengi dengan perilaku dan keyakinan yang sesuai dengan norma atau harapan masyarakat. Contoh penerimaan adalah berhenti merokok untuk menyesuaikan diri dengan perilaku masyarakat atau sesuai dengan keinginan orang tua..

Konformitas merupakan perilaku yang diharapkan oleh masyarakat, baik individu mematuhi norma-norma yang telah ditetapkan karena tekanan masyarakat atau terlibat dalam perilaku

⁴³Nadia Franciska Sukarno and Endang Sri Indrawati, "Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Siswa Di SMA Pl Don Bosko Semarang", *Jurnal Empati*, Vol 7 No 2, (April 2018), 316

yang didorong oleh dorongan intrinsik untuk mematuhi aturan yang ada.⁴⁴



⁴⁴Suardi, *Sosiologi Komunitas Menyimpang*, 46-47

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan jenis penelitian

Penelitian ini menerapkan metode penelitian dengan pendekatan kuantitatif, menggunakan metode penelitian ini sebab berlandaskan pada filsafat positivistik. Metode tersebut biasanya diterapkan untuk meneliti pada populasi atau sampel secara spesifik, dengan menggunakan instrumen penelitian sebagai alat pengumpulan data. Analisis data menggunakan pendekatan kuantitatif dan teknik statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan.⁴⁵ Pada penelitian ini, pendekatan kuantitatif diimplementasikan melalui penerapan model eksperimental. Metode penelitian eksperimental yang diterapkan adalah *quasi eksperimen*, yang umumnya dikenal sebagai eksperimen semu. Pemilihan istilah ini dipertimbangkan karena peneliti hanya melibatkan kelompok eksperimen tanpa melibatkan kelompok kontrol.

Desain *quasi eksperimen* tanpa kelompok kontrol berkarakteristik struktur yang memungkinkan penarikan kesimpulan kausal dengan meminimalkan penjelasan alternatif, dengan fokus pada penilaian dampak treatment yang dilakukan. Dalam desain ini, pemeriksaan terbatas pada

⁴⁵Sugiyono, *Metode Penelitian*, 8.

evaluasi perubahan yang diamati semata-mata dalam kelompok eksperimen setelah penerapan perlakuan.⁴⁶

Desain eksperimental yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain *one group pre-test post-test*. Desain ini memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

$$O_1 \text{ X } O_2$$

Dalam notasi desain eksperimental, O1 menunjukkan sebelum perlakuan (*pretest*), X menunjukkan perlakuan, dan O2 menunjukkan setelah perlakuan (*posttest*). Menyertakan *pretest* (O1) berfungsi untuk mengurangi keterbatasan kesimpulan kontrafaktual dengan memberikan wawasan tentang perubahan potensial dalam diri responden yang berpotensi terjadi jika *treatment* tersebut tidak dijalankan. Namun, karena O1 mendahului O2, maka keduanya berpotensi berbeda dan tidak berkaitan dengan perlakuan, yang mencerminkan faktor eksternal seperti latar belakang kehidupan responden.

Konstruksi ini dapat diterapkan pada unit yang sama atau unit yang berbeda dengan memberikan *pretest* dan *posttest*. Ketika diterapkan pada unit yang sama, ini disebut sebagai desain antar partisipan. Umumnya, desain model ini digunakan untuk mengevaluasi efek dari suatu program dalam jangka waktu yang relatif singkat, sering kali tanpa menyertakan kelompok

⁴⁶Prasetyo et al., *Buku Ajar Metodologi*, 136.

kontrol. Akibatnya, hasilnya menunjukkan perbedaan yang mencolok diantara skor *pretest* dan *posttest*, terutama ketika penilaian selanjutnya dilakukan.⁴⁷

Tabel 3.1
Deskripsi Desain *One Group Pretest Posttest*

Pre-Test	Treatment	Post-Test
Skala Konformitas	Konseling Teknik	Skala Konformitas
Kelompok	<i>Assertive Training</i>	Kelompok

Penilaian dampak suatu *treatment* dipastikan melalui analisis komparatif perolehan dari *pretest* dan *posttest*. Desain penelitian ini melibatkan dua kali pengukuran, yaitu yang dilakukan sebelum *treatment* dan setelah *treatment* diberikan. Pengumpulan data awal meliputi nilai *pretest*, diikuti dengan nilai *posttest*. Selanjutnya, kedua set hasil tersebut disandingkan untuk melihat adanya perbedaan, sehingga dapat menentukan apakah ada perbedaan yang nyata antara tes pertama dan tes terakhir. Selanjutnya, pemeriksaan dilakukan untuk memastikan apakah ada peningkatan yang dapat diamati pada hasil tes sebelum dan sesudah perlakuan.

B. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi berasal dari lingkup umum yang meliputi individu maupun subjek yang memiliki keragaman kualitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk diteliti dan nantinya

⁴⁷Prasetyo et al., *Buku Ajar Metodologi*, 138.

disimpulkan. Dengan demikian, populasi dapat didefinisikan sebagai kumpulan individu yang menjadi subjek investigasi.⁴⁸

Remaja putri kelas XI (sebelas) Pondok Pesantren Al Qodiri 1 Jember merupakan populasi penelitian dalam penelitian ini, yang berjumlah sekitar 37 santri putri yang akan digunakan peneliti.

2. Sampel

Sampel menggambarkan sebagian dari populasi, yang mencakup atribut numerik dan karakteristik yang khas. Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel yaitu teknik *purposivesampling*, yang dibedakan berdasarkan pemilihan yang disengaja dan tidak disengaja. Teknik ini mencakup pemilihan sampel yang disengaja ketika populasi dan tujuan spesifik penelitian diketahui oleh peneliti sejak awal. Selama pelaksanaan, peneliti memanfaatkan pengetahuan dan pengalaman mereka untuk mengidentifikasi responden yang sesuai melalui observasi awal, memastikan bahwa ketentuan kriteria sampel itu sesuai.

Pemilihan sampel pada penelitian ini mengacu pada jumlah skor skala konformitas sebelum diberi perlakuan menunjukkan nilai konformitas yang tinggi. Yaitu berjumlah 5 santri yang teridentifikasi memiliki konformitas yang tinggi. Karakteristik sampel pada penelitian ini, yaitu:

- a. Santri putri yang berusia 15-18 tahun
- b. Santri putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember

⁴⁸Sugiyono, *Metode Penelitian*, 80.

- c. Santri putri yang melakukan perilaku konformitas negatif

C. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data berfungsi sebagai instrumen penting yang diperlukan untuk upaya penelitian. Informasi yang didapatkan berupa nilai numerik, informasi tertulis, dan berbagai elemen faktual yang berkaitan dengan topik permasalahan yang diteliti

Proses pengumpulan informasi menggunakan kuesioner atau skala, yang terdiri dari serangkaian *statement* mengenai tema sentral tertentu. Instrumen-instrumen ini didistribusikan kepada sekelompok individu dengan tujuan untuk mengumpulkan informasi. Penerapan kuesioner dalam penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mengeksplorasi informasi yang sejalan dengan tujuan penelitian serta mengumpulkan data yang memiliki tingkat reliabilitas dan validitas yang tinggi.

1. Instrumen penelitian

Peneliti menggunakan skala sebagai instrumen penelitian, khususnya skala "*Likert*", yang diformulasikan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi terhadap suatu fenomena melalui lima alternatif jawaban yaitu: sangat sesuai, sesuai, ragu-ragu, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Meskipun demikian, untuk keperluan penelitian ini, skala "*Likert*" telah beradaptasi dengan menyertakan empat alternatif jawaban ialah: sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Modifikasi ini dilakukan dengan mempertimbangkan bahwa banyak orang Indonesia cenderung memilih sikap netral atau ragu-ragu,

sehingga menghindari pilihan yang ekstrim.⁴⁹ Penyusunan skala konformitas yang digunakan pada penelitian ini sesuai dengan *blue print* pada tabel 3.3. *Blue Print* penelitian ini sesuai dengan aspek-aspek konformitas menurut Alberti.

Menurut skala "*Likert*", terdapat dua kategori pernyataan, yaitu favorable dan unfavorable. Pernyataan favorable dirancang untuk menilai sikap positif, sementara pernyataan unfavorable bertujuan untuk mengukur sikap negatif. Dalam konteks penelitian ini, skor diberikan untuk setiap item pernyataan favorable, dimulai dari 1 untuk sangat tidak sesuai (STS), 2 untuk tidak sesuai (TS), 3 untuk sesuai (S), dan 4 untuk sangat sesuai (SS). Sebaliknya, untuk item pernyataan unfavorable, skor diberikan dimulai dari 4 untuk sangat tidak sesuai (STS), 3 untuk tidak sesuai (TS), 2 untuk sesuai (S), dan 1 untuk sangat sesuai (SS).

Tabel 3.2

Tabel skor jawaban

Jenis Pernyataan	SS	S	TS	STS
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

Prosedur untuk persiapan instrumen melibatkan langkah-langkah berikut ini:

- a. Menyusun kisi-kisi instrument setiap individu.

⁴⁹Sutrisno Hadi, *Statistik Jilid I*. (Yogyakarta: Andi Offset, 2001), Hlm 112.

Membuat matriks komprehensif yang menguraikan desain item instrumen yang selaras dengan dimensi variabel yang dimaksudkan untuk pengukuran.

b. Menguji ulangbutir-butir Instrumen:

Melakukan tinjauan menyeluruh terhadap item-item yang telah disiapkan untuk meningkatkan kualitasnya. Peninjauan awal dilakukan oleh peneliti, diikuti dengan evaluasi dari individu yang dianggap ahli dalam bidang yang relevan atau *expert judgement*. Selain itu, validasi konstruk instrumen juga dilakukan, khususnya yang berkaitan dengan konformitas negatif.

Tabel 3.3
Blueprint Skala Konformitas

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Nomor item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Konformitas teman sebaya	Aspek Normatif	Berusaha disukai orang lain	1, 3, 5, 7, 9	2, 4, 6, 8, 10	10
		Menghindari penolakan, ejekan, dan hinaan	11, 13, 15, 17	12, 14, 16, 18	8
	Aspek Informasional	Menerima pendapat kelompok	19, 21, 23, 25, 27	20, 22, 24, 26, 28	10
		Bertingkah laku yang biasa orang lain lakukan	29, 31, 33, 35	30, 32, 34, 36	8

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Nomor item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
Jumlah					36

2. Uji Validitas

Proses pelaksanaan uji validitas bertujuan menilai kualitas suatu instrumen pengukuran bisa mengukur dengan tepat sesuai konstruk yang diinginkan. Pengujian ini dilakukan dengan alasan pemastian penggunaan instrumen secara efektif mengukur variabel yang ditargetkan dalam penelitian. Proses validasi yang cermat ini sangat penting untuk membangun kredibilitas dan keandalan temuan penelitian. Untuk menilai validitas setiap item, digunakan analisis item, yang melibatkan korelasi skor peritem dengan skor totalnya, yang merupakan kumulatif skor untuk semua item. Uji validitas ini berperan penting dalam menentukan keabsahan data yang diperoleh pasca penelitian, dengan menggunakan alat ukur yang telah ditentukan, yaitu kuesioner. Proses validasi dilakukan dengan sampel yang terdiri dari 37 siswi SMA kelas XI.

Tabel 3.4
Uji Validitas

Variabel	Jumlah item uji coba	Jumlah item valid	Jumlah item tidak valid
Konformitas negatif teman sebaya	36	27	9

Tabel 3.5
Keterangan item angket valid dan tidak valid

Keterangan	No. Item	Jumlah
Item valid	1,2,3,4,6,7,8,9,10,11,14,15,16,17,19,20,21,22,24,26,27,28,31,32,33,34,35.	27
Item tidak valid	5,12,13,18,23,25,29,30,36.	9

3. Uji Reliabilitas

Pengujian reabilitas adalah untuk menilai keandalan instrumen pengukuran, khususnya untuk menentukan apakah instrumen tersebut menghasilkan pengukuran yang konsisten pada pengulangan. Tujuannya adalah untuk menunjukkan bahwa pengukuran instrumen tidak bias dan tidak memiliki kesalahan pengukuran, memastikan hasil yang dapat dipercaya dan konsisten. Dalam konteks ini, para peneliti menerapkan instrumen skala "Likert".

Reliabilitas instrumen dianggap memuaskan jika koefisien *Cronbach alpha* lebih besar dari 0,06. Secara konklusif, koefisien *Cronbach alpha* yang melebihi 0,06 menandakan keandalan kuesioner, sementara koefisien di bawah 0,06 membuat variabel tersebut non valid. Bagian selanjutnya menguraikan hasil uji reliabilitas yang dilakukan pada skala yang diaplikasikan dalam penelitian ini.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,869	27

Tabel "statistik reliabilitas" di atas mengungkapkan bahwa nilai "*Cronbach's alpha*" sebesar 0,869 menunjukkan reliabilitas skala. Dengan jumlah (N) substansial 27 item, pernyataan-pernyataan ini dimasukkan dan dianalisis untuk menentukan validitas skala penelitian. Jumlah item pernyataan yang valid sangat penting dalam menilai reliabilitas skala. Semakin dekat nilai reliabilitas dengan 1, semakin meningkat reliabilitasnya. Oleh karena itu, penelitian dapat dianggap dapat dipercaya dan diandalkan berdasarkan analisis ini.

D. Analisis data

Proses analisis data dilakukan setelah pengumpulan data dari berbagai responden atau sumber data alternatif. Langkah-langkah ini mencakup kategorisasi data berdasarkan variabel dan karakteristik responden, tabulasi sistematis data untuk semua variabel dari seluruh responden, penyajian data untuk setiap variabel yang diteliti, dan penerapan perhitungan untuk menjawab masalah penelitian yang dirumuskan. Selain itu, analisis data memiliki peran krusial dalam melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan.

Dalam kerangka penelitian ini, analisis data bertujuan untuk mengukur tingkat konformitas negatif baik sebelum (*pre-test*) maupun setelah (*post-test*) pemberian layanan konseling perilaku, memfasilitasi pemahaman terhadap perubahan perilaku konformitas negatif. Teknik analisis data yang digunakan melibatkan analisis statistik temuan penelitian, dengan fokus pada statistik deskriptif. Statistik deskriptif berfungsi sebagai metode untuk menganalisis

data dengan menyajikan laporan atau deskripsi data yang telah terkumpul secara rinci tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Dalam penelitian ini, peneliti menerapkan teknik analisis data melalui pelaksanaan uji normalitas dan uji hipotesis.

1. Uji normalitas

Uji normalitas adalah suatu metode statistik yang digunakan untuk memverifikasi informasi data yang dikumpulkan mengikuti distribusi normal atau tidak. Hal ini sangat penting karena beberapa teknik statistik bergantung pada asumsi normalitas data. Uji normalitas yang populer, seperti uji "*Kolmogorov-Smirnov*" atau "*Shapiro-Wilk*", biasanya digunakan. Melakukan uji normalitas membantu memastikan apakah data penelitian sesuai dengan distribusi normal. Jika terdapat data yang mengindikasikan tidak normal, maka harus terdapat rancangan metode statistik khusus untuk merespon data-data yang tidak normal tersebut.

2. Uji hipotesis

Dalam konteks kerangka kerja penelitian ini, uji hipotesis yang bersifat komparatif digunakan, yang secara khusus dirancang untuk menilai perbedaan. Pengujian ini dilakukan dengan membandingkan perubahan perilaku konformitas negatif sebelum dan sesudah perlakuan. Uji hipotesis yang dipilih untuk penelitian ini adalah pengujian *Wilcoxon*, sebuah pengujian dua sampel yang dirancang untuk menilai apakah dua sampel yang berpasangan berasal dari populasi yang serupa. Dasar pemikiran di balik pemilihan uji ini ialah karena terbatasnya jumlah

sampel dalam penelitian ini, yaitu di bawah 50. Uji ini dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS Versi 25 *for Windows*. Kriteria uji hipotesis adalah:

- a. Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja di Pondok Pesantren Al Qodiri 1 Jember.
- b. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja di Pondok Pesantren Al Qodiri 1 Jember

BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS DATA

A. Gambaran objek penelitian

1. Sejarah singkat Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember

Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember yang didirikan oleh KH Achmad Muzakki Syah hingga saat ini masih berada di bawah kepengasuhan beliau sejak awal berdirinya pada hari Kamis, 6 Juni 1974. Terletak sekitar 2 km dari pusat kota Jember, pondok pesantren ini memiliki lokasi yang strategis. Pada awal berdirinya, Al-Qodiri hanya memiliki 9 orang santri, namun kini telah berkembang pesat dan menampung sekitar 1.483 santri yang menempati 264 kamar.

Selama bertahun-tahun, transformasi yang signifikan telah terjadi dalam hal sarana dan prasarana. Akomodasi santri yang awalnya berupa gubuk-gubuk bambu di atas lahan seluas kurang dari setengah hektar telah mengalami relokasi dan rehabilitasi. Saat ini, mereka telah berevolusi menjadi bangunan permanen yang berdiri megah di atas lahan yang luasnya melebihi 15 hektar. Pertumbuhan ini mencerminkan perkembangan dan perluasan Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember yang berkelanjutan..

Menanggapi tuntutan pendidikan yang terus berkembang yang mengharuskan penyelarasan dengan kebutuhan sejati masyarakat, Kyai Muzakki menunjukkan antusiasme yang mendalam. Menyadari tren yang

muncul di mana individu tidak hanya mencari pengetahuan substansial tetapi juga ijazah untuk legitimasi formal, Kyai Muzakki menyadari pentingnya memenuhi kebutuhan ini.

Melihat potensi besar yang ada pada jumlah murid yang cukup banyak di Al-Qodiri, Kyai Muzakki merasakan adanya kebutuhan untuk mendirikan dan meresmikan sebuah sekolah umum. Keputusan ini diambil setelah sebelumnya mendirikan madrasah diniyah. Oleh karena itu, pada tahun 1986, Al-Qodiri secara resmi mendirikan sekolah umum, menyelaraskan program pendidikannya dengan kebutuhan masyarakat yang terus berkembang, yaitu meliputi :

- a. Pendidikanbocah
- b. TahfidzulQur'an
- c. Taman Kanak-kanan (TK)
- d. SD plus
- e. Madrasah Tsanawiyah (MTS)
- f. Madrasah Aliyah (MA)

Kyai Muzakki didorong oleh cita-cita untuk mengembangkan generasi Muslim yang dikenal sebagai ulul albab, yang dicirikan oleh kemampuan mereka untuk mengintegrasikan praktik spiritual zikir dan kegiatan intelektual. Beliau membayangkan sebuah generasi yang tidak hanya memiliki kecerdasan yang tajam, tetapi juga hati yang mengabdikan kepada Makkah, menekankan pentingnya menyelaraskan kemampuan kognitif dengan nilai-nilai spiritual. Kyai Muzakki menginginkan adanya

sinergi di mana pengetahuan yang meningkat sejalan dengan peningkatan keimanan kepada Allah SWT.

Dengan berbagai pertimbangan, terutama melihat apresiasi masyarakat yang tinggi terhadap sekolah-sekolah umum di Al-Qodiri, Kyai Muzakki memutuskan untuk mendirikan program sarjana di Sekolah Tinggi Agama Islam Al-Qodiri (STAIQOD) pada tahun 2001.

2. Visi dan misi

a. Visi : Menjadi lembaga pendidikan yang dibangun atas dasar komitmen yang kokoh sebagai pusat pencerahan aqidah, penguatan syariah dan pemantapan akhlakul karimah.

b. Misi

- 1) Mengembangkan pembiasaan embrio SDM berkualitas & integratif.
- 2) Memberikan kontribusi terhadap pembangunan masyarakat khususnya dalam memperkuat landasan spiritual, moral dan kematangan emosional.
- 3) Sebagai pusat rehabilitasi sosial yang melayani hajat semua orang secara efektif, efisien, bermartabat dan berbudaya
- 4) Mencetak manusia dengan keseimbangan trio cerdas, yakni kecerdasan intelektual, kecerdasan emosional dan kecerdasan spiritual

3. Struktur Organisasi Pengurus Pondok Pesantren Al-Qodiri

- 1) Pengasuh
- 2) Yayasan

- a) Kabag. KEPESANTRENAN
- b) Kabag. Pendidikan
- 3) Ketua pengurus
- 4) Wakil
 - a) Sekretaris
 - b) Bendahara
 - c) Humas
 - d) Sarpras
- 5) Seksi
- 6) Pendar (pengurus daerah)
- 7) Santri

Tabel 4.1
Data Pengurus Putri

NO	NAMA	JABATAN
1	Asirul Hasanah, S.Pd	Ketua
2	Siti Irhamniyah	Wakil
3	Siti Safiqoh, S.Pd	Sekretaris I
4	Fikri Khoirunnisak	Sekretaris II
5	Jamilatul Munawwaroh	Sekretaris III
5	Munairotul Basiroh, SE.	Bendahara I
6	Sifatul Laeli	Bendahara II
7	Siti Maimunatus S., S.Pd	Bendahara III
8	Rofiatul Anafiah	Bendahara IV
9	Ratna Wulandari	Bendahara V

10	Nur Hamida	Sarpras I
11	Afifah, S.Pd	Sarpras II
12	Erika Fatul I.	Sarpras III
13	Ita Yuli	Sarpras IV
14	Nurul Aini	Sarpras V
15	Sukarti Ningsih	Sarpras VI
16	Intan Rohmatul U.	Humas I
17	Febiana Adi N.	Humas II

Tabel 4.2
Sarana Dan Prasarana Pondok Pesantren Al-Qodiri Putri

NO	URAIAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Asrama Santri	87	Baik
2	Ruang Kantor	1	Baik
3	Ruang Tamu	2	Baik
4	Ruang Ustadzah/Guru	1	Baik
5	Musholla	1	Baik
6	Kantin	3	Baik
7	Koperasi santri	1	Baik
8	Kolam	1	Baik
9	Kamar Mandi	4	Baik
10	WC	14	Baik
11	Lapangan Olahraga	1	

B. Penyajian data

1. Uji validitas instrumen

Penilaian reliabilitas suatu peralatan penelitian melibatkan uji validitas. Agar suatu instrumen dianggap valid, instrumen tersebut harus dapat mengukur dengan akurat parameter yang diinginkan. Selain itu, uji validitas konstruk dilakukan menggunakan perangkat lunak *SPSS Statistics Versi 25.0* untuk *Windows*, dengan menerapkan teknik *validitas Pearson product-moment* untuk skala perilaku konformitas negatif. Suatu item dianggap valid jika nilai *r*-hitung melebihi nilai *r*-tabel, dan signifikansinya kurang dari 0.05, dengan nilai *r*-tabel yang ditetapkan sebesar 0.361 ($n=30$) untuk penelitian ini. Dari jumlah total 36 item, 27 diantaranya dinyatakan valid, sementara 9 lainnya diidentifikasi sebagai tidak valid berdasarkan kriteria tersebut.

Tabel 4.3

Hasil Validitas Skala Konformitas

No.	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah	Gugur	
						F	UF
1.	Aspek normatif	Berusaha disukai orang lain	4	5	9	1	0
		Menghindari penolakan, ejekan, dan	3	2	5	1	2

No.	Aspek	Indikator	F	UF	Jumlah	Gugur	
						F	UF
		hinaan					
2.	Aspek informasional	Menerima pendapat kelompok	4	3	7	1	2
		Bertingkah laku yang biasa orang lain lakukan	3	3	6	1	1

2. Gambaran perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember

Kehadiran kelompok-kelompok remaja tidak dapat dipungkiri, baik yang termanifestasi di lingkungan masyarakat, institusi pendidikan, maupun sekolah asrama. Kelompok-kelompok ini berfungsi sebagai forum yang dianggap cakup dalam menawarkan solusi bagi sekelompok remaja dalam pencarian mereka untuk menemukan jati diri dan pembentukan identitas. Selama masa remaja, perubahan dalam kepribadian sangat terkait dengan dampak dari hubungan teman sebaya. Pengaruh ini bekerja melalui dua mekanisme utama. Pertama, konsep diri remaja mencerminkan asumsi yang dipegang oleh teman-teman mereka tentang mereka. Kedua, remaja

mengalami tekanan untuk mengembangkan sifat-sifat kepribadian yang sesuai dengan harapan kelompok teman sebayanya. Lebih jauh lagi, dalam psikologi perkembangan, kelompok teman sebaya menunjukkan perilaku konformitas, yang dampaknya dapat meluas ke hasil perilaku positif dan negatif.

Peneliti memberikan *pre-test* dengan menggunakan skala konformitas negatif pada remaja putri yang sebelumnya telah berpartisipasi sebagai subjek dalam penelitian ini. Tes awal (*pretest*) dilaksanakan pada Selasa, 17 Januari 2023. Berikut gambaran konformitas pada ke lima konseli yaitu EJS, NDP, AK, HIT dan MF sebelum menjalani perlakuan konseling behavior dengan teknik *assertive training*.

Tabel 4.4
Deskriptif nilai *pretest*

Deskripsi data	Skor
N	5
Mean	67,57
Minimum	45
Maximum	88
Nilai tertinggi	88
Nilai terendah	82
Standar deviasi	11.009

Hasil *pretest* untuk kelima konseli tersebut, seperti yang disajikan dalam tabel di atas, menunjukkan prevalensi perilaku konformitas negatif

dalam kategori tinggi sebelum menjalani perlakuan konseling behavioral. Hal ini menunjukkan bahwa indikator-indikator yang terkait dengan konformitas negatif masih termanifestasi dalam perilaku kelima konseli.

3. Penjabaran proses konseling

Presentasi hasil dari konseling behavioral, yang menggabungkan teknik training asertif guna menurunkan masalah konformitas di kalangan remaja, akan diuraikan sebagai berikut:

- a. Pada saat awal intervensi, kuesioner konformitas negatif diberikan kepada santri remaja kelas XI yang menunjukkan indikasi konformitas negatif. Selanjutnya, pengolahan data dilakukan untuk mengidentifikasi lima siswa dengan tingkat konformitas negatif tertinggi. *Pretest* kemudian dilakukan untuk mengukur tingkat konformitas negatif di antara para remaja ini, dilanjutkan dengan penghitungan skor dan rata-rata.
- b. Setelah mengetahui hasil *pretest* yang telah dilakukan, peneliti dengan ustadzah Safiqoh selaku pengurus atau pendamping melakukan koordinasi perencanaan pelaksanaan konseling (perlakuan) yang akan dilakukan pada santri yang mengalami tingkat konformitas negatif tinggi. Oleh karena itu, peneliti dan ustadzah Safiqoh membuat beberapa rencana diantaranya:
 - 1) Pendekatan terapi yang dipilih untuk para siswa melibatkan konseling behavioral, dengan menggunakan teknik training asertif dengan tujuan mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku

adaptif. Secara khusus, pendekatan ini bertujuan untuk mengubah perilaku konformitas negatif menjadi perilaku asertif pada remaja yang memiliki kecenderungan konformitas negatif.

- 2) Proses konseling behavior dilakukan menggunakan teknik *assertive training* dengan beberapa langkah pelaksanaan teknik *assertive training* yaitu latihan keterampilan, meminimalisasi kecemasan remaja, dan menstruktur kembali aspek kognitif remaja.
- 3) Berkaitan dengan pertimbangan waktu dan tempat, konseling behavioral dilaksanakan secara fleksibel, dengan memperhatikan dinamika kenyamanan antara konselor dan konseli selama sesi konseling berlangsung. Hal ini dilakukan karena jadwal kegiatan santri pada saat ini sudah berjalan seperti biasanya, maka waktu dan tempat di tentukan oleh pengurus.

- c. Memberikan intervensi (X) terhadap subyek penelitian, khususnya santri remaja kelas XI yang menunjukkan tingkat konformitas negatif tertinggi. Pemilihan perlakuan tergantung pada hasil kuesioner konformitas negatif yang diberikan sebelumnya. Jika hasilnya menunjukkan adanya konformitas negatif di antara para siswa, mereka akan menjalani konseling behavioral yang menggunakan teknik *assertive training*. Pendekatan behavior yang diberikan pada treatment (perlakuan) sebagai berikut:

- 1) Klien EJS
 - a. Tahap pengantaran

Fase ini, konselor memandu klien melalui kegiatan konseling yang ditandai dengan penerimaan dan dilakukan dalam suasana yang hangat dan permisif dengan kerangka kerja yang terstruktur. Isi perstrukturannya yang dilakukan yaitu:

- 1) Pengertian konseling
- 2) Tujuan konseling
- 3) Bentuk dan proses konseling
- 4) Azas, prinsip dan fungsi konseling
- 5) Peranan konselor dan klien dalam konseling

b. Penjajakan

Dalam fase eksplorasi ini, konselor berusaha untuk memfasilitasi keterbukaan klien dan mengekspresikan permasalahan mereka. Pada tahap ini, EJS menyatakan mengalami masalah konformitas negatif, yang disebabkan oleh kepatuhan yang konsisten terhadap perilaku teman sebaya. EJS mengungkapkan ketertarikan yang kuat pada kegiatan teman-temannya, mengakui perasaan minder saat tidak berada di tengah-tengah mereka, dan merasakan kecenderungan untuk mengikuti apa yang mereka lakukan. EJS mengakui mengikuti gaya hidup yang dianggap tidak baik, takut akan label tidak setia jika menyimpang dari teman sebaya, yang berakar dari pengalaman masa lalu tidak memiliki teman selama SMP. Oleh karena itu, EJS

menegaskan bahwa menjaga persahabatan dengan teman dianggap sebagai komitmen yang penting.

c. Pembinaan

Pada tahap ini konselor melakukan pengentasan pada masalah konseli. Dalam penelitian ini konselor menerapkan pendekatan behavior dengan teknik *assertive training* untuk mengungkapkan ketegasan pada diri konseli. Maka dalam hal ini konselor berperan menjadi orang ketiga supaya klien bisa mengungkapkan perasaannya dan berusaha mengatakan “tidak” atas ajakan temannya dan menjelaskan bahwa tindakan yang dilakukan oleh EJS ini agar tidak dijauhi oleh temannya, sekalipun temannya mengajaknya pada perilaku yang kurang baik, peneliti mencoba memberikan pemahaman kepada EJS untuk bisa lebih percaya diri dan bisa mengatakan tidak untuk sesuatu yang tidak bermanfaat, dan EJS juga jangan sampai khawatir karena nantinya ia akan mendapatkan teman tapi dengan cara tidak menuruti perkataan teman untuk hal yang negatif, dan Klien harus memiliki kemampuan untuk membedakan apa yang bermanfaat bagi kesejahteraan mereka dan apa yang tidak. Klien disarankan untuk mendorong EJS agar lebih merenungkan masa depan mereka dan membuat keputusan yang bijaksana yang berkontribusi positif terhadap pertumbuhan pribadi mereka.

d. Tahap penilaian

Pada tahap penilaian, konselor mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai dalam proses konseling dengan EJS, yang bertujuan untuk menerapkan wawasan yang telah diperoleh. Tujuannya adalah agar EJS dapat mengintegrasikan pembelajaran dari konseling, mewujudkan perilaku positif baik di lingkungan akademis maupun tempat tinggal.

2) Klien NDP

a. Tahap pengantaran

Fase ini, konselor memandu klien melalui kegiatan konseling yang ditandai dengan penerimaan dan dilakukan dalam suasana yang hangat dan permisif dengan kerangka kerja yang terstruktur. Isi perstruktururan yang konselor lakukan yaitu:

- 1) Pengertian konseling
- 2) Tujuan konseling
- 3) Bentuk dan proses konseling
- 4) Azas, prinsip dan fungsi konseling
- 5) Peranan konselor dan klien dalam konseling

b. Penjajakan

Dalam fase eksplorasi ini, konselor berusaha untuk memfasilitasi keterbukaan klien dan mengekspresikan permasalahan mereka. Pada tahap ini NDP terungkap bahwa ia mengalami perilaku konformitas negatif, dikatakan bahwa

NDP selalu berangkat bersama teman-temannya ke sekolah meski sering telat, dan sesampainya disekolah ia dan teman-temannya dihukum oleh guru yang bertugas. NDP mengatakan bahwa ia tidak bisa jika berangkat sekolah tidak bersama dengan teman kelompoknya.

c. Pembinaan

Pada tahap ini konselor melakukan pengentasan pada masalah klien. Konselor melakukan proses konseling yaitu dengan pendekatan behavior menggunakan teknik *assertive training*. Teknik *assertive training* yang digunakan disini ialah teknik latihan yang diberikan klien agar ia mampu dalam hal ketegasan dan mengungkapkan perasaan tersinggung yang selama ini ia takuti. Langkah awal yang dilakukan dalam tahap pembinaan ini ialah konselor melakukan latihan keterampilan seperti melakukan latihan-latihan melalui permainan peran antara konselor dan konseli, selanjutnya meminimalisasi kecemasan yang selama ini dirasa oleh konseli sehingga ia tidak mampu mengungkapkan kata tidak ketika diajak dalam hal yang tidak bermanfaat oleh teman nya, dan yang terakhir yaitu menstruktur kembali aspek kognitif yang dimaksud disini ialah hal yang selama ini dapat membatasi NDP untuk mengeskpresikan diri, melakukan perubahan terhadap pemahaman dan apa yang dicapai dari perilakunya.

d. Tahap penilaian

Pada tahap penilaian konselor melakukan evaluasi atas apa yang telah dilakukan dalam proses konseling pada NDP, dengan tujuan NDP diharapkan dapat menerapkan apa yang telah diperoleh dari proses konseling dan melakukan perilaku yang baik untuk kehidupan sehari-hari di sekolah maupun kehidupan di pondok.

3) Klien AK

a. Tahap pengantaran

Fase ini, konselor memandu klien melalui kegiatan konseling yang ditandai dengan penerimaan dan dilakukan dalam suasana yang hangat dan permisif dengan kerangka kerja yang terstruktur. Isi perstrukturian yang peneliti lakukan yaitu:

- 1) Pengertian konseling
- 2) Tujuan konseling
- 3) Bentuk dan proses konseling
- 4) Azas, prinsip dan fungsi konseling
- 5) Peranan konselor dan klien dalam konseling

b. Penjajakan

Dalam fase eksplorasi ini, konselor berusaha untuk memfasilitasi keterbukaan klien dan mengekspresikan permasalahan mereka. Pada tahap ini, AK mengungkapkan kecenderungan untuk secara konsisten memenuhi ajakan

teman-temannya. AK sangat dipengaruhi oleh gaya hidup gank dari kelompok yang menjadi bagiannya di sekolah. Pengungkapan pendapatnya sendiri menimbulkan rasa minder dalam diri AK, dan ia merasa tidak mampu mengutarakan gagasan pribadinya secara mandiri. AK cenderung mengikuti jejak teman-temannya dan mengungkapkan pendapat hanya ketika diminta oleh mereka.

c. Penafsiran

Pada tahap interpretasi, konselor berusaha untuk memahami masalah utama klien. Dalam konteks penelitian ini, para peneliti berusaha menginterpretasikan tantangan AK, dengan mengambil wawasan dari asesmen yang dilakukan. Hasilnya, dapat disimpulkan bahwa kesulitan klien terletak pada konsistensi dalam memenuhi keinginan teman-temannya, sehingga sulit untuk menolak ajakan mereka. Selain itu, klien merupakan bagian dari gank di lingkungan sekolah.

d. Pembinaan

Pada tahap ini konselor melakukan pengentasan pada masalah klien. Selama tahap ini, peneliti menganalisis perilaku klien, dengan harapan klien dapat terbuka dan terlibat aktif dalam penelitian. Peneliti mendengarkan dialog klien dengan penuh konsentrasi. Maka pada tahap pembinaan ini peneliti mengimplementasikan pendekatan behavior dengan teknik

assertive training untuk bisa menyatakan “tidak” ketika teman-temannya mengajak untuk bersenang-senang dalam melakukan pelanggaran, dan menggunakan teknik terapis dengan bermain peran dengan konseli dimana disini klien lebih leluasa untuk mengatakan tidak kepada teman-teman saat mengajaknya. Konselor berusaha untuk menanamkan ketegasan pada klien melalui penerapan teknik *training asertif*. Tujuannya adalah agar AK mampu mengungkapkan dan meninggalkan ajakan dari teman sebaya. Diharapkan, melalui latihan ketegasan yang konsisten, AK tidak akan merasa terdorong untuk selalu menuruti keinginan teman atau mengikuti gaya hidup mereka secara ketat. Hasil yang diharapkan adalah agar AK menyadari bahwa aktivitas kebiasaan tertentu tidak memberikan manfaat yang nyata dan hanya menghabiskan waktu. Klien diharapkan menyadari bahwa, terlepas dari orang lain, AK dapat dengan percaya diri terlibat dalam kegiatan yang pada dasarnya positif.

e. Penilaian

Pada tahap penilaian, konselor mengevaluasi kemajuan yang telah dicapai dalam proses konseling dengan AK, yang bertujuan untuk menerapkan wawasan yang telah diperoleh. Tujuannya adalah agar konseli mampu mengurangi perilaku konformitas yang ia lakukan bersama dengan teman-temannya.

4) Klien HIT

a. Tahap pengantaran

Fase ini, konselor memandu klien melalui kegiatan konseling yang ditandai dengan penerimaan dan dilakukan dalam suasana yang hangat dan permisif dengan kerangka kerja yang terstruktur. Isi perstruktururan yang dilakukan yaitu:

- 1) Pengertian konseling
- 2) Tujuan konseling
- 3) Bentuk dan proses konseling
- 4) Azas, prinsip dan fungsi konseling
- 5) Peranan konselor dan klien dalam konseling

b. Penjajakan

Dalam fase eksplorasi ini, konselor berusaha untuk memfasilitasi keterbukaan klien dan mengekspresikan permasalahan mereka. Pada tahap ini terungkap bahwa HIT mengalami masalah konformitas negatif. Perilaku konformitas negatif yang dialami HIT ialah ia sering telat berangkat sekolah dikarenakan menunggu teman yang lain agar bisa berangkat bareng ke sekolah meskipun ia tau jika telat datang ke sekolah ia akan di hukum sesampainya disekolah, dan membolos jika tidak suka dengan guru atau mata pelajaran. HIT melakukan hal ini dikarenakan takut tidak ditemani jika tidak melakukan

kebiasaan tersebut, meskipun HIT tau jika perilaku tersebut tidak baik bagi dirinya.

c. Tahap pembinaan

Pada tahap ini konselor melakukan pengentasan pada masalah konseli. Selama tahap ini, peneliti menganalisis perilaku konseli, dengan harapan konseli dapat terbuka dan terlibat dalam penelitian. Maka dari itu pada penelitian ini pada tahap menggunakan teknik *assertive training* yaitu teknik yang dipakai untuk mengungkapkan ketegasan dan berani mengatakan tidak jika teman-temannya mengajak HIT untuk melakukan hal yang tidak bermanfaat. Maka disini konselor berupaya mencontohkan latihan *assertive* dengan cara memberikan latihan keterampilan berupa latihan-latihan melalui permainan peran, mengajarkan perilaku verbal dan non verbal kepada klien, konselor juga meminimalisir kecemasan yang sudah membuat klien tidak mampu bertindak tegas terhadap teman nya saat diajak berperilaku yang tidak baik.

Klien menunjukkan kesadaran yang tinggi akan dampak negatif dari keadaan saat ini terhadap kehidupan akademisnya dan menyatakan komitmen untuk melakukan perubahan. Selanjutnya, peneliti memfasilitasi perjanjian kontrak di mana HIT berjanji untuk melakukan upaya bersama menuju peningkatan pribadi.

d. Penilaian

Selama tahap penilaian, konselor mengevaluasi sejauh mana tujuan konseling telah tercapai. Pemeriksaan ini mengungkapkan keinginan klien untuk berubah dan terinspirasi untuk meningkatkan kualitas hidup sehari-hari.

5) Klien MF

a. Tahap pengantaran

Fase ini, konselor memandu klien melalui kegiatan konseling yang ditandai dengan penerimaan dan dilakukan dalam suasana yang hangat dan permisif dengan kerangka kerja yang terstruktur. Isi perstrukturiran yang dilakukan yaitu:

- 1) Pengertian konseling
- 2) Tujuan konseling
- 3) Bentuk dan proses konseling
- 4) Azas, prinsip dan fungsi konseling
- 5) Peranan konselor dan klien dalam konseling

b. Penjajakan

Dalam fase eksplorasi ini, konselor berusaha untuk memfasilitasi keterbukaan klien dan mengekspresikan permasalahan mereka. Pada tahap ini, MF mengungkapkan kecenderungan untuk secara konsisten menuruti tindakan dan permintaan teman, termasuk perilaku seperti datang terlambat dan membolos. Ketidakpatuhan tersebut menimbulkan

perasaan malu karena menyimpang dari norma yang berlaku di kalangan teman sebaya. Menurut MF, ketertarikan yang kuat terhadap kegiatan teman-teman berasal dari prioritas kebahagiaan di masa sekarang, dengan sedikit pertimbangan untuk konsekuensi di masa depan. MF cenderung terlibat dalam kegiatan yang dianggap menyenangkan, sejalan dengan keyakinan bahwa masa muda harus ditandai dengan rasa senang.

c. Tahap Pembinaan

Pada tahap pembinaan secara langsung mengacu pada pengentasan masalah klien. Maka dari itu pada penelitian ini konselor melakukan konseling dengan pendekatan behavior menggunakan teknik *assertive training* yaitu teknik yang dipakai untuk mengungkapkan ketegasan dan berani mengatakan tidak jika teman-temannya mengajak MF untuk melakukan hal yang tidak bermanfaat bagi dirinya. Konselor melakukan upaya dengan memberikan latihan ketegasan berupa latihan bermain peran yang dimana konselor diumpamakan menjadi teman klien dengan tujuan klien mampu mengekspresikan apa yang selama ini ingin ia katakan terhadap teman-temannya namun hal itu tidak dapat terungkap dikarenakan kecemasan yang ia alami, dan rasa takut akan

tidak mempunyai teman lagi jika tidak melakukan hal yang sama dengan teman-temannya.

d. Penilaian

Tahap penilaian ini konselor meninjau sejauh mana klien mampu memahami proses konseling yang telah dilakukan. Klien mengungkapkan bahwa ia merasa sedikit lega telah mengatakan apa yang selama ini ia pendam meski hanya lewat konselor, ia berjanji bahwa kedepannya ia akan belajar untuk menjadi tegas dan tidak gampang tertarik dengan apa yang dilakukan oleh temannya jika hal tersebut dapat merugikan dirinya dan tidak baik dan kehidupan sehari-harinya.

4. Tahap penyelesaian

- a. Pada tahap penyelesaian, peneliti memberikan tes akhir (*posttest*) kepada subjek penelitian, yang merupakan tahap akhir dari penelitian ini. Pengujian ini merupakan tes kedua atau akhir (*posttest*) yang dilaksanakan untuk mengevaluasi hasil dari konseling behavioral yang diintegrasikan dengan teknik *training* asertif. Selanjutnya, kumpulan data-data tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis statistik yang sesuai dengan menggunakan SPSS versi 25.00.

Posttest dilakukan pasca proses konseling setelah usai dilakukan, sehingga dapat diketahui bagaimana perubahan perilaku konformitas negatif pada remaja putri sebelum dan sesudah diberi perlakuan.

Rata-rata nilai *posttest* dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.5
Deskriptif Nilai *Posttest*

Deskripsi data	skor
N	5
Mean	63.20
Minimum	55
Maximum	77
Nilai tertinggi	77
Nilai terendah	55
Standar deviasi	8.955

Dari hasil *post-test* yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa perilaku konformitas negatif pada kelima konseli masih bertahan pada tingkat yang tinggi meskipun telah menjalani *treatment* berupa konseling perilaku dengan teknik *assertive training*. Hal ini menunjukkan bahwa indikator-indikator yang berkaitan dengan konformitas tidak mengalami perubahan yang signifikan, yang ditunjukkan dengan skor konformitas negatif yang tetap tinggi.

- b. Pada akhirnya, perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest* memiliki maksud untuk melihat apakah perlakuan yang diberikan kepada siswa remaja yang mengalami masalah konformitas negatif telah

menghasilkan perubahan yang nyata. Evaluasi ini dapat dilakukan dengan menganalisis data *pretest* dan *posttest* dari remaja yang menjalani *treatment* dengan menggunakan SPSS versi 25.00.

C. Analisis dan pengujian hipotesis

1. Analisis proses konseling behavior dengan teknik *assertive training*

Pada proses pelaksanaan konseling behavior dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif yang dilakukan oleh konselor sesuai dengan apa yang telah di paparkan oleh Corey tentang ciri-ciri terapi behavioral yaitu:

a. Pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik

Konselor melakukan pemusatan perhatian kepada tingkah laku yang tampak dan spesifik pada konseli, tingkah laku yang dimaksud adalah perilaku konformitas negatif pada santri yang menjadi konseli dalam proses pemberian treatment berupa konseling behavior dengan teknik *assertive training*.

b. Kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan *treatment*

Konselor melakukan kecermatan dan penguraian tujuan-tujuan treatment yang berupa konselor menerangkan apa tujuan dari proses konseling yang dilakukan pada konseli. Tujuan-tujuan treatment yang dimaksud adalah konselor menjelaskan mengenai tujuan dari konseling behavior agar konseli mengerti apa yang akan dituju dengan proses pemberian konseling tersebut.

- c. Perumusan prosedur *treatment* yang spesifik yang sesuai dengan masalah

Hal ini dilakukan oleh konselor dalam proses konseling yang akan dilakukan dalam perumusan prosedur *treatment* apa yang spesifik dan sesuai dengan permasalahan konseli. Perumusan prosedur *treatment* yang digunakan konselor sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh konseli yaitu menggunakan teknik *assertive training* atau latihan ketegasan.

- d. Penafsiran hasil-hasil terapi dilakukan secara objektif

Menafsirkan hasil-hasil konseling yang dilakukan konselor ialah dengan cara

Selanjutnya peneliti juga menggunakan tujuan konseling behavior menurut Krumbolt dan Thorensen, tiga kriteria untuk merumuskan tujuan yang dapat diterima dalam proses konseling behavioral, yaitu:

- a. Tujuan yang diberikan harus sesuai dengan apa yang diinginkan konseli yaitu konselor membuat kesepakatan diawal dengan konseli bahwa tujuan dari proses konseling yang dilakukan adalah untuk mengurangi perilaku konformitas negatif yang dialami konseli.
- b. Konselor harus bersedia membantu konseli mencapai tujuannya. Dalam pelaksanaan proses konseling yang dilakukan konselor dalam membantu konseli mencapai tujuannya yaitu dengan melakukan proses konseling behavior dengan tujuan konseling tersebut dapat mengurangi perilaku konformitas negatif yang dialami konseli.

- c. Harus ada kesempatan untuk melihat sejauh mana konseli dapat melangkah dalam menetapkan tujuan.

Konselor melakukan perjanjian dengan konseli untuk menetapkan tujuannya yaitu dengan mengurangi perilaku konformitas negatif yang dialami oleh santri atau konseli tersebut dengan cara konseli berjanji dan berkomitmen pada diri sendiri bahwasannya tidak akan melakukan perilaku konformitas negatif lagi setelah keluar dari sesi konseling berakhir dengan teman kelompoknya.

Perilaku yang dialami oleh santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember termasuk dalam tingkah laku bermasalah sesuai dengan asumsi tingkah laku bermasalah dalam konseling behavior karena dalam asumsi tersebut dijelaskan bahwa perilaku bermasalah muncul ketika individu mempelajari interaksi dengan lingkungan, mengapa demikian karena perilaku konformitas negatif yang terjadi tersebut disebabkan oleh penyesuaian diri dari masing-masing individu dengan teman sebayanya yang menyimpang dari aturan yang telah ada di pondok pesantren tersebut. Pendekatan konseling behavior berfokus pada individu, dengan menekankan bahwa perilaku bermasalah berasal dari proses belajar yang salah dalam lingkungan. Perspektif ini menyatakan bahwa perilaku manusia cenderung diakibatkan oleh reaksi terhadap rangsangan negatif di lingkungan dan perilaku maladaptif juga dapat muncul dari kesalahan penafsiran dalam merespon isyarat lingkungan yang tepat.

Pendekatan konseling behavior juga terdapat teknik-teknik dalam proses konseling sesuai dengan masalah yang akan di tuju. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan proses konseling behavior dengan teknik *assertive training* yang dimana pada pelaksanaan konseling behavior dengan teknik tersebut yang digunakan konselor sesuai dengan tahapan-tahapan teknik *assertive training* menurut Alberti. Yaitu:

- a. Latihan keterampilan, dalam pelaksanaannya konselor mengajarkan perilaku verbal dan nonverbal pada konseli, melatih dan mengintegrasikannya ke dalam rangkaian perilaku yang diinginkan yaitu bertindak tegas dalam menolak ajakan teman kelompoknya untuk melakukan perilaku koformitas negatif.
- b. Mengurangi kecemasan yang dicapai secara langsung atau tidak langsung sebagai hasil tambahan dari pelaksanaan pelatihan keterampilan. Dalam pelaksanaannya konselor mengurangi rasa cemas yang di alami konseli dalam menolak ajakan teman kelompoknya dalam bentuk menanamkan sifat asertif pada diri konseli, karena sebelumnya konseli menyatakan bahwa ia merasa tidak mampu untuk mengatakan tidak pada ajakan tersebut dikarenakan rasa cemas kelak setelah ia berperilaku asertif teman kelompoknya tidak mau lagi berteman dengan konseli.
- c. Restrukturisasi aspek kognitif, dimana nilai merupakan keyakinan dan sikap yang membatasi ekspresi diri klien, dimodifikasi oleh

pemahaman dan apa yang diperoleh dari perilakunya. Dalam pelaksanaannya konselor memberikan pemahaman-pemahaman pada konseli bahwa konseli di beri pemahaman mengenai sifat kepercayaan dan keyakinan pada diri sendiri agar ia mampu melakukan perilaku asertif dengan cara menolak ajakan teman kelompoknya melakukan perilaku yang bersifat negatif.

Adapun tahapan-tahapan yang dilakukan konselor dalam mengurangi perilaku konformitas negatif dalam pelaksanaan konseling behavior dengan *teknik assertive training*, sebagai berikut:

- a. Melakukan Asesmen (*Assesment*)
 - 1) Analisis tingkah laku yang bermasalah yang dialami konseli saat ini, yang dilakukan konselor ialah menganalisis tingkah laku konformitas negatif yang dialami konseli.
 - 2) Analisis situasi yang di dalamnya masalah konseli terjadi. yang dilakukan konselor disini ialah dengan menggali sebab terjadinya perilaku konformitas negatif pada konseli serta mengidentifikasi konsekuensi akan perilaku konformitas negatif tersebut pada konseli.
 - 3) Analisis motivasional, dalam analisis motivasional ini konselor mendorong konseli agar ia mempunyai gairah agar merubah perilaku yang bersifat negatif tersebut kedalam hal yang positif.
 - 4) Analisis *self control*, yaitu tingkatan kontrol diri konseli terhadap tingkah laku bermasalah ditelusuri atas dasar bagaimana kontrol itu dilatih dan atas dasar kejadian-kejadian yang menentukan keberhasilan *self-control*.
 - 5) Analisis

hubungan sosial, yaitu konselor melihat atau menganalisis orang lain yang dekat dengan kehidupan konseli diidentifikasi juga hubungannya orang tersebut dengan konseli apakah hal menjadi salah satu pencetus perilaku konformitas negatif yang dialami konseli. 6) Analisis lingkungan fisik-sosial budaya. Analisis ini atas dasar norma-norma dan keterbatasan lingkungan. Dalam kegiatan asesmen ini konselor melakukan analisis ABC, yaitu sebagai berikut:

A = *Antecedent* (pencetus perilaku)

B = *Behavior* (perilaku yang dipermasalahkan) yang perlu dipertanyakan kepada konseli meliputi: tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku)

C = *Consequence* (konsekuensi atau akibat perilaku tersebut).

- b. Menetapkan Tujuan (*Goal Setting*) 1) konselor membantu konseli untuk memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang diinginkan, 2) memperhatikan tujuan konseli berdasarkan kemungkinan hambatan-hambatan situasional tujuan belajar yang dapat diterima dan dapat diukur, dan 3) memecahkan tujuan ke dalam sub-tujuan dan menyusun tujuan menjadi susunan yang berurutan.
- c. Implementasi Teknik (*Technique Implementation*)
 Mengimplementasikan teknik-teknik konseling yang telah dirumuskan dan telah sesuai dengan masalah yang dialami oleh

konseli. Teknik yang dipakai adalah teknik *assertive training* menurut Alberti. Tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik asertif adalah: 1. Latihan keterampilan 2. Meminimalisir kecemasan 3. Menstruktur kembali aspek kognitif

2. Uji normalitas

Adapun tujuan dilakukannya uji normalitas ini adalah untuk memastikan apakah data yang diperoleh dan diproses mengikuti distribusi normal. Prosedur ini melibatkan pemeriksaan representasi visual, seperti diagram yang diproses melalui SPSS, untuk menentukan normalitas kumpulan data. Berdasarkan uji normalitas yang sudah dilakukan menggunakan *IBM SPSS 25.00* menunjukkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.6
Uji Normalitas

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	Perilaku Konformitas Teman Sebaya	.190	5	.200*	.940	5	.667
Posttest	Perilaku Konformitas Teman Sebaya	.240	5	.200*	.905	5	.436

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel yang disajikan di atas menjelaskan uji normalitas dengan menggunakan metode *Shapiro-Wilk*. *Shapiro-Wilk* digunakan untuk melihat apakah data yang diuji sesuai dengan distribusi normal. Untuk menentukan normalitas, perhatian diarahkan pada tingkat signifikansi

(sig), di mana nilai yang $> 0,06$ menunjukkan distribusi normal. Seperti yang ditunjukkan dalam tabel di atas, hasil *pretest* dan *posttest* menunjukkan nilai signifikansi masing-masing sebesar 0,667 dan 0,436, melampaui ambang batas 0,06. Oleh karena itu, hal ini menunjukkan bahwa data dari fase *pretest* dan *posttest* eksperimental mengikuti distribusi normal.

3. Uji hipotesis

Pengujian hipotesis untuk data tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) melibatkan penerapan *Uji Wilcoxon signed ranks*. Analisis statistik ini bertujuan untuk mengevaluasi hipotesis yang dirumuskan untuk fase *pretest* dan *posttest* eksperimental. Penilaian ini berfokus pada melihat apakah ada perbedaan dalam pengukuran awal (hasil *pretest*) sebelum perlakuan dan menentukan apakah ada perbedaan yang terlihat pada pengukuran akhir (hasil *posttest*) setelah menerapkan pendekatan behavioral dengan teknik training asertif. Hasil dari analisis ini diuji dengan menggunakan SPSS versi 25.00.

Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah uji statistika non parametrik dengan menggunakan metode *Wilcoxon Signe Rank Test*

Tabel 4.7
Wilcoxon Signed Ranks Test

			Ranks	Mean	Sum
			N	Rank	of Ranks
Posttest	Perilaku	Negative	2 ^a	3.50	7.00
Konformitas	Teman	Ranks			
Sebaya	-	Pretest	Positive Ranks	3 ^b	8.00
Perilaku	Konformitas	Ties	0 ^c		
Teman	Sebaya	Total	5		

a. Posttest Perilaku Konformitas Teman Sebaya < Pretest Perilaku Konformitas

Teman Sebaya

b. Posttest Perilaku Konformitas Teman Sebaya > Pretest Perilaku Konformitas

Teman Sebaya

c. Posttest Perilaku Konformitas Teman Sebaya = Pretest Perilaku Konformitas

Teman Sebaya

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Pengujian hipotesis dilakukan dengan membandingkan nilai *p-value* signifikansi (*sig*) yang diperoleh dengan tingkat α yang telah ditentukan, sehingga dapat diketahui perbedaan antara kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Tabel di atas menggambarkan peringkat pada *pretest* dan *posttest*, yang menunjukkan bahwa ada dua individu dengan peringkat negatif selama fase *pretest* dan *posttest*, menghasilkan peringkat rata-rata 3,50 dan jumlah peringkat kumulatif 7,00. Sebaliknya, peringkat

positif diamati pada tiga individu, dengan peringkat rata-rata 2,67 dan jumlah peringkat kumulatif 8,00. Tidak ada ikatan atau peringkat dengan nilai yang sama yang tercatat di antara lima individu dalam sampel *pretest* dan *posttest*.

Hipotesis pada penelitian ini yaitu:

Ho : konseling behavior dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember

Ha : konseling behavior dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember.

Tabel 4.8
Uji Hipotesis

Test Statistics ^a	
	Posttest - Pretest
Z	-.135 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.892

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan tabel yang disajikan, terlihat perbedaan yang nyata antara nilai *pretest* dan *posttest*. Hal ini didukung oleh statistik uji Z (Zhitung) yang lebih kecil dari nilai Z (Ztabel) pada tingkat signifikansi 0,05. Secara khusus, Zhitung (-0,135) lebih kecil dari Ztabel (1,96), yang mengindikasikan adanya perbedaan rata-rata nilai tes sebelum dan sesudah pemberian perlakuan kepada siswa remaja yang mengalami

masalah konformitas negatif. Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Namun, nilai *asympt sig (2-tailed)* sebesar 0.892 melebihi tingkat signifikansi 0.05. Dengan demikian, H_0 diterima, yang mengimplikasikan bahwa masalah konformitas negatif pada remaja perempuan tetap ada pada *pretest* dan *posttest*. Kesimpulannya, dapat dinyatakan bahwa konseling behavioral dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

D. Pembahasan

1. Kondisi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti di lokasi penelitian mengenai kondisi konformitas negatif yang di alami remaja putri khususnya santri kelas XI (sebelas) di pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember, dijabarkan dalam beberapa aspek konformitas menurut Myers⁵⁰ diantaranya aspek normatif dan aspek informatif.

- a. Aspek normatif

Pengaruh normatif terjadi ketika individu memodifikasi perilaku mereka agar sesuai dengan norma atau standar kelompok untuk mendapatkan penerimaan sosial. Bentuk pengaruh ini berasal dari keinginan untuk menyesuaikan diri dengan harapan masyarakat

⁵⁰Ningrum, Matulesy, And Rini. Hubungan Antara Konformitas, 128

dan dianggap baik dalam suatu kelompok. Myers menjelaskan bahwa individu cenderung untuk mengkonformitas perilaku mereka dengan apa yang dianggap sebagai norma yang diterima dalam kelompok atau masyarakat tempat mereka berada. Hal ini terjadi karena adanya keinginan untuk diterima dan dihargai oleh orang lain, serta menghindari penolakan atau kritik sosial.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwasannya aspek normatif yang terjadi di pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember yaitu: mengikuti norma yang ada dalam kelompok seperti berangkat sekolah selalu terlambat karena menunggu yang lain selesai meski hal tersebut dapat merugikan diri sendiri mereka tetap melakukan hal tersebut, lebih mengutamakan pendapat kelompok dari pada pendapat sendiri, dan berusaha mengikuti apa yang teman kelompok katakan.

Pengaruh normatif dapat mendorong seseorang untuk mengubah perilaku mereka agar sesuai dengan apa yang dianggap sebagai norma kelompok, bahkan jika mereka sebenarnya memiliki pendapat atau preferensi yang berbeda. Ini terjadi karena adanya kekhawatiran terhadap penilaian negatif, isolasi sosial, atau hukuman dari kelompok misalnya tidak di temani lagi.

b. Aspek informatif

Menurut Myers, pengaruh informatif mengacu pada kebutuhan individu untuk mencari informasi dan petunjuk dari orang lain atau kelompok dalam situasi yang tidak jelas atau tidak diketahui. Ketika

individu menghadapi situasi yang ambigu atau tidak memiliki pengetahuan yang cukup, maka cenderung mencari informasi dari orang lain untuk membantu mereka menginterpretasikan situasi tersebut. Dalam hal ini, individu menganggap orang lain sebagai sumber yang lebih berpengetahuan dan berkompeten dalam situasi tersebut. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti, perilaku konformitas yang terjadi pada remaja putri di pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember ialah seperti: mengikuti *trend* berpakaian yang sedang terjadi dengan tujuan keinginan agar sama dengan yang lain, menerima pendapat kelompok meski dirinya mempunyai pendapat yang berbeda, dan melakukan kegiatan harus bersama-sama dengan teman kelompok.

2. Penerapan konseling behavior dengan teknik *assertive training* di Pondok Pesantren Putri Al Qodiri 1 Jember

Peneliti mengambil inisiatif untuk mengurangi perilaku konformitas negatif di kalangan santri putri di Pondok Pesantren Al Qodiri 1 Jember melalui penerapan konseling behavioral yang menggabungkan teknik *assertive training*. Sesi konseling difasilitasi oleh Ustadzah Safiqoh yang berperan sebagai administrator dan konselor, dengan partisipasi aktif dari lima orang responden sebagai konseli. Proses konseling mengikuti tahapan terstruktur dari teknik pelatihan asertif, seperti yang diuraikan oleh Alberti, yang meliputi 1) pelatihan keterampilan, 2) pengurangan kecemasan, dan 3) restrukturisasi kognitif.

Penerapan teknik latihan asertif dalam mengurangi konformitas negatif di kalangan remaja sejalan dengan tujuan yang diuraikan oleh Willis. Tujuan utamanya adalah untuk membekali konseli dengan kemampuan untuk mengganti respon yang tidak sesuai dengan respon yang lebih tepat. Hal ini melibatkan pengembangan keterampilan untuk mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran seseorang secara jujur dan terbuka, dengan tetap menghormati hak-hak pribadi dan hak-hak orang lain. Tujuan utamanya adalah memberdayakan individu untuk mengekspresikan diri mereka secara asertif dengan tetap menghormati hak-hak diri mereka sendiri dan orang lain.⁵¹ Perubahan yang diharapkan termasuk kemampuan konseli untuk mengekspresikan perasaan mereka secara jujur tanpa menyinggung perasaan orang lain. Selain itu, diharapkan konseli akan memiliki kemampuan untuk menghindari ajakan kelompok, menahan diri untuk tidak secara konsisten mengikuti keinginan dan harapan kelompok, menolak pengaruh yang tidak semestinya, menumbuhkan rasa percaya diri yang tidak bergantung pada kelompok tertentu atau "gank", dan mengekspresikan pendapat pribadi dengan percaya diri.

Penerapan konseling behavior dengan teknik *assertive training* dilakukan untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja, perilaku konformitas negatif remaja putri yang telah dilakukan oleh kelima konseli berupa perilaku membolos saat tidak suka dengan mata pelajaran

⁵¹Willis S. Sofyan, *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. (Bandung:Alfabeta. 2004). Hal. 72

atau kegiatan di dalam pondok maupun disekolah, terlambat berangkat karena menunggu teman kelompoknya, dan melakukan kegiatan apapun harus dengan teman kelompoknya.

Pelaksanaan konseling behavior dengan teknik *assertive training* dilakukan dengan mengacu pada tahapan teknik *assertive training* menurut Alberti⁵² diantaranya : 1) latihan keterampilan, 2) meminimalisir kecemasan, dan 3) menstruktur kembali aspek kognitif.

1) Latihan keterampilan

Pada tahapan ini yang dilakukan konselor ialah dengan melakukan pelatihan dalam hal verbal seperti umpan balik antara konselor dan konseli (konselor menjadi konseli, dan konseli menjadi konselor) awalnya konselor memberikan pencontohan dengan kalimat-kalimat yang sesuai dengan perilaku yang akan di inginkan lalu konselor memberi kesempatan kepada konseli dengan meniru apa yang telah konselor contohkan.

2) Meminimalisir kecemasan

Pada tahap ini dilakukan konselor memberikan kalimat-kalimat yang selama ini menjadi kecemasan konseli kepada teman kelompok dengan apa yang selama ini konseli tidak mampu ungkapkan. Konselor melakukan pemahaman kepada konseli untuk selalu menanamkan pikiran bahwa kecemasan yang timbul terkait pemikiran atau sesuatu yang belum tentu terjadi, hal tersebut mungkin saja tidak terjadi atau

⁵²Barida, *Modul Assertiveness*. 14.

memang selama ini tidak ada yang terjadi. Yang dimaksud ialah rasa takut tidak akan ditemani jika tidak melakukan hal yang dilakukan teman kelompoknya, takut dengan kesendirian⁵³.

3) Menstruktur kembali aspek kognitif

Setelah melakukan tahapan di atas yaitu dengan latihan keterampilan dan meminimalisir kecemasan yang di rasa oleh konseli maka langkah selanjutnya ialah dengan menyusun kembali aspek kognitif yang dimana nilai-nilai kepercayaan sikap yang membatasi ekspresi diri pada konseli, dirubah menjadi pemahaman dan hal-hal yang ingin dicapai dari perilakunya. Disini teknik yang dilakukan konselor ialah dengan pengkondisian sosial dengan tujuan konseli mampu meningkatkan kepercayaan dirinya, hal ini dilakukan juga agar pemikiran konseli terhadap teman kelompoknya yang selama ini ia tidak mampu menolak menjadi lebih berani untuk mengungkapkan pendapatnya tanpa pengaruh teman-temannya.

3. Hasil analisis konseling behavior dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember

Pondok pesantren sebagai lembaga pendidikan yang berperan penting dalam membina akhlak santri. Proses pendidikan yang berlangsung 24 jam yang dilaksanakan di pondok pesantren tak lain untuk membina akhlak santri agar menjadi manusia berguna bagi nusa bangsa

⁵³Laela Dian Kurniasih, "Mengenal Gangguan Cemas Dan Cara Menanganinya", *Siloam Hospital*, September 26, 2023, <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/mengenal-gangguan-cemas-dan-cara-menanganinya>. 30 Oktober 2023.

dan negara. Oleh sebab itu, pondok pesantren memiliki beban berat untuk menciptakan generasi-generasi muda yang menjadi harapan orangtuanya kelak⁵⁴. Namun di sisi lain masih terdapat santri yang berperilaku melanggar aturan yang ada di Pondok Pesantren. Tidak terlebi juga perilaku yang di alami oleh santri remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember yang seharusnya sudah menanamkan pada diri sendiri untuk berakhlakul karimah namun masih mudah terbawa dalam perilaku yang dilakukan oleh teman sebayanya dalam hal yang bersifat negatif. dalam hal ini peneliti memberikan suatu perlakuan kepada santri remaja putri tersebut yang mengalami perilaku konformitas dengan memberi layanan konseling behavior dengan teknik *assertive training*.

Hasil analisis uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa konseling behavioral dengan teknik *assertive training* di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember tidak efektif untuk remaja putri di lingkungan tersebut. Hal tersebut dapat terjadi disebabkan karena dalam proses konseling yang telah dilakukan konselor di pondok pesantren tersebut konselor cenderung pada pemberian nasehat kepada konseli sehingga hal tersebut kurang kuat dalam upaya mengurangi perilaku konformitas negatif yang telah dialami konselor.

Hal ini juga dijabarkan dalam modul *assertiveness training* bahwa kemampuan seseorang dalam berkomunikasi asertif dipengaruhi oleh⁵⁵:

⁵⁴Imam Tabroni, Asep Saepul Malik, Dan Diaz Budiarti, "Peran Kiyai Dalam Membina Akhlak Santri Di Pondok Pesantren Darul Ulum Al-Muminah Desa Simpang Kecamatan Wanayasa", Jurnal Pendidikan, Sains Sosial Dan Agama, No 2. (Desember 2021): 108.

⁵⁵Barida, Modul *Assertiveness Training*. 8-9

- a. Pengalaman: segala hal yang telah dialami seseorang dapat mempengaruhi dalam berkomunikasi. Kehidupan di dalam pesantren mengharuskan individu melakukan suatu komunikasi dengan Kiyai, Guru, Ustadzah dan sesama dengan cara yang santun dan menghormati.
- b. Jenis kelamin: pada dasarnya laki-laki cenderung lebih mudah untuk berkomunikasi asertif. Laki-laki tidak terlalu mepedulikan kemungkinan-kemungkinan yang membuatnya merasa khawatir jika ia tidak berkomunikasi secara asertif, sedangkan pada perempuan kemungkinan ia merasa khawatir dengan apa yang akan terjadi jika ia melakukan hal-hal tertentu.
- c. Kebudayaan: lingkungan tempat seseorang berada sangat memiliki pengaruh dalam berkembangnya kemampuan berkomunikasi asertif. Misalnya pada kebudayaan yang ada di pondok pesantren yang dimana seorang santri diharuskan berkomunikasi santun kepada Kiyai, Guru atau Ustadzah, dan sesama santri.
- d. Situasi dan kondisi: seseorang cenderung berkomunikasi asertif dalam situasi dan kondisi yang menurunnya tepat. Misalnya: ketika di pondok pesantren santri diharuskan berkomunikasi secara sopan, santun dan ta'dzim kepada Kiyai, Guru, Ustadzah dan kepada santri yang lebih tua.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Perilaku konformitas negatif yang terjadi pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember adalah rasa takut tidak disukai teman kelompok jika tidak mengikuti aturan kelompok, bertingkah laku sama dengan teman kelompoknya, menghindari penolakan, ejekan, dan menerima pendapat kelompok meskipun diri sendiri mempunyai pendapat yang berbeda.
2. Penggunaan konseling behavioral dengan teknik *assertive training* terbukti tidak efektif dalam mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember. Kesimpulan ini dibuktikan melalui analisis *Wilcoxon Signed Ranks Test* yang menunjukkan nilai Z-hitung lebih kecil dari nilai Z-tabel, sehingga menghasilkan nilai p-value sebesar -0,135. Sesuai dengan standar yang telah ditetapkan, *Wilcoxon Signed Ranks Test* menghasilkan nilai p-value sebesar 0,892, melampaui tingkat signifikansi 0,05. Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) diterima, yang menandakan bahwa masalah konformitas negatif masih belum terselesaikan. Penegasan ini semakin didukung oleh nilai *pretest* dan *posttest* yang memperkuat kesimpulan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik *assertive training* tidak efektif

menurunkan perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember.

B. Saran-Saran

1. Pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember

Disarankan untuk memberikan perhatian yang lebih besar pada kesejahteraan psikologis santri, baik pada aspek individu maupun kolektif, dengan perhatian khusus pada perilaku konformitas negatif.

2. Ustadzah (pengurus)

Diperlukan kontrol, pengawasan, dan bimbingan yang lebih efektif bagi para siswa, yang mencakup aspek psikososial, akademik, dan pengembangan diri, terutama dalam menangani perilaku konformitas negatif.

3. Santri Remaja Putri

Membiasakan para santri untuk menunjukkan perilaku yang patut diteladani kepada Kiyai, Ustadzah, dan sesama santri. Menekankan saling mengingatkan untuk selalu mematuhi peraturan yang telah ditetapkan di dalam pondok pesantren turut membantu menumbuhkan lingkungan yang positif dan saling menghormati.

4. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, masih beberapa hal yang perlu diperbaiki dan dikembangkan. Maka diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat menyempurnakan penelitian ini dengan sudut pandang yang berbeda karena penelitian ini terdapat kekurangan

antaranya proses konseling yang dilakukan lebih mengarah pada pemberian nasehat kepada konseli. Dan kepada peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian dalam pelaksanaan konseling behavior dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di mengambil sampel dari lokasi yang berbeda, membandingkan antara pondok pesantren modern dan salaf.



DAFTAR PUSTAKA

Buku:

- Barida Muya, *Modul Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Komunikasi Asertif*. Yogyakarta: K-Media, 2016.
- Corey Gerald, *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama, 2009.
- Hadi Sutrisno, *Statistik Jilid I*. Yogyakarta: Andi Offset, 2001.
- Kementerian Agama RI, "Al-Qur'an Terjemah dan Tajwid", Bandung: PT Sygma Examedia Arkanleema, 2014.
- Laela Faizah Noer, *Bimbingan Dan Konseling Sosial*. Surabaya: UIN Sunan Ampel Press, 2017.
- Lilis Ratna, *Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish, 2013.
- Lubis Namora Lumongga, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktek*, Jakarta: Kencana, 2011.
- Moloeng Lexi J., *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2011.
- Mulawarman, Edwindha Prafitra Nugraheni, Amallia Putri, dan Thrisia Febrianti, *Psikologi Konseling: Sebuah Pengantar Bagi Konselor Pendidikan*. Jakarta: Kencana, 2019.
- Prasetyo, Anggun Resdasari., Dian Veronika Sakti Kaloeti., Amalia Ramandani., Salma., Dan Jati Ariati. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Eksperimen Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang, 2020.
- Suardi, *Sosiologi Komunitas Menyimpang*. Yogyakarta: Writing Revolution, 2018.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed methods)*, Bandung: Alfabeta, 2013.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- Ulfiyah, *Psikologi Konseling: Teori Dan Implementasi*, Jakarta: Kencana, 2020.
- Willis, S. Sofyan, *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2004.
- Yudri Jahya, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana, 2011

Skripsi, Jurnal, dan Artikel:

- Agustiawan, Skripsi, “Konsep Pergaulan Dalam Surat Azzuhkruf Ayat 67 Dan Ali-Imron Ayat 118 Dalam Tafsir Al-Misbah Dan Relevansinya Dengan Etika Pergaulan Dalam Islam”, (Ponorogo: IAIN Ponorogo, 2019).
- Apsari Ayu Rahmaditha dan Santi Esterlita Purnamasari, “Hubungan Antara Konformitas Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja”, *Jurnal Insight*, Vol 19 No 1 (Februari 2017).
- Arumsari Cucu, “Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying”, *Jurnal Of Innovative Counseling*, Vol.1, No. 1 (Januari 2017).
- Bulantika Siti Zahra dan Permata Sari, “*The Effectiveness Of Assertive Training Techniques And Thought Stopping Techniques To Increase Student Assertiveness Ability*”, *Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, Vol. 2 No. 3 (November 2019).
- Cahya Ningrum Eka, Andik Matulesy, And Amanda Pasca Rini. “Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dan Regulasi Emosi Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Remaja”, *Jurnal Insight*, Vol 15 No 1, (April 2019)
- Diananda Amita, “Psikologi Remaja Dan Permasalahannya”, *Jurnal Istighna*, Vol 1, No 1 (Januari, 2018).
- Hasibuan Isnora, Skripsi: “*Implementasi Teknik Assertive Training Dalam Mengungkapkan Masalah Siswa Yang Sesungguhnya Melalui Bimbingan Kelompok Di MAS PAB 1 Sampali*”, (Medan: UIN Sumatera Utara Medan, 2020).
- Kurniasih Laela Dian, “Mengenal Gangguan Cemas Dan Cara Menanganinya”, *Siloam Hospital*, September 26, 2023, <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/mengenal-gangguan-cemas-dan-cara-menanganinya>. 30 Oktober 2023.
- Najoan Michella M. K, Melkian Naharia, dan Stevi B. Sengkey, “Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Dengan *Self Esteem* Pada Remaja Di Kota Manado”, Dalam *Psikopedia*, Vol. 1. (Desember 2020)
- Ningrum Eka Cahya, Andik Matulesy, dan Amanda Pasca Rini. “Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dan Regulasi Emosi Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying Pada Remaja”, *Jurnal Insight*, Vol 15 No 1, (April 2019)

- Nuraini, "Efektifitas Pendekatan Behavior Teknik Assertive Training Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Siswa Di RT 002 Kelurahan Aur Kuning." Skripsi, IAIN Bukittinggi, 2020.
- Prafitasari Jerry, "Efektivitas *Assertive Training* Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas XI SMAN Bandar Lampung Tahun Ajaran 2016/2017." Skripsi, IAIN Raden Intan Lampung, 2017.
- Proyanti Dewinta dan Sondang Maria J Sialen, "Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Merokok Siswa Kelas X SMA Negeri 70 Jakarta", *Jurnal Ikraith-Humaniora*, Vol 2 No 2 (Juli 2018).
- Rahayu Nimas Intan, "Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Muhammadiyah 2 Sendang Agung Tahun 2018/2019." Skripsi, UIN Raden Intan Lampung, 2019.
- Ratnasari Sri dan Andi Agustan Arifin, "Teknik *Assertive Training* Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa", *Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, Vol 2 No 2 (Januari 2021)
- Saputro Bayu Mardi dan Triana Noor Edwina Dewayani Soeharto, "Hubungan Antara Konformitas Terhadap Teman Sebaya Dengan Kecenderungan Kenakalan Pada Remaja", *Jurnal Insight*, Vol. 10 No. 1 (Februari 2012)
- Sartika Mulia dan Hengki Yandri, "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya". *Indonesian Journal Of Counseling Development*. Vol 1 No 1. (Juli 2019).
- Sukarno Nadia Franciska dan Endang Sri Indrawati, "Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Gaya Hidup Hedonis Pada Siswa Di SMA PI Don Bosko Semarang", *Jurnal Empati*, Vol 7 No 2, (April 2018)
- Sulthon, "Mengatasi Kenakalan Pada Siswa Melalui Pendekatan Konseling Behavioral", *Journal Of Guidance And Counseling*. Vol 2 No 2 (Juli-Desember 2018)
- Ulva Hasdiana, "Pendekatan Behavioristik Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja", *Jurnal Pencerahan*, Vol, 12 No. 2 (September 2018)
- Upik Khoirul Abidin & Saeful Anam, "Fenomena Geng Santri (Pengaruh Konformitas Kelompok Teman Sebaya Terhadap Perilaku Positif Dan Negatif Geng Santri Di Pondok Pesantren)", *Jurnal Studi Islam*, Vol. 13 No. 01 (Januari, 2017).

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Sayyidatul Muflihah

NIM : D20173077

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah

Institusi : Universitas KH Achmad Siddiq Jember

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "Efektifitas Konseling Behavior Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Qodiri I Jember" adalah hasil dari penelitian/karya sendiri.

Bagian atau data tertentu yang saya peroleh dari Perusahaan atau Lembaga dan/atau saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Jember, 27 November 2023
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R
Saya yang menyatakan



Sayyidatul Muflihah
NIM. D20173077



MATRIK PENELITIAN

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber data	Metode penelitian	Rumusan masalah
Efektivitas konseling behavior dengan teknik <i>assertive training</i> untuk mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1	1. Konseling behavior dengan Teknik <i>assertive training</i>	<ul style="list-style-type: none"> • Latihan keterampilan • Meminimalisasi kecemasan 	<ul style="list-style-type: none"> • Mengajarkan perilaku verbal dan non verbal • Melakukan umpan balik secara sistematis • Melakukan latihan-latihan melalui permainan • Mengurangi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Informan: pengurus pondok pesantren putri 2. Responden : santri putri remaja 3. Dokumentasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Metode penelitian: kuantitatif 2. Jenis penelitian quasi eksperimen 3. Desain penelitian : one group pre-test post-test <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: 10px auto;"> $O_1 \times O_2$ </div> <ol style="list-style-type: none"> 4. Lokasi Penelitian <ul style="list-style-type: none"> - Pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember 5. Teknik 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana perilaku konformitas negatif yang terjadi pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember ? 2. Bagaimana penerapan konseling

Jember?	2. Perilaku Konformitas	 <ul style="list-style-type: none"> • Menstru ktur kembali aspek kognitif • Aspek normatif • Aspek informas 	<p>kecemasan yang diperoleh secara langsung atau tidak langsung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mengubah sikap yang membatasi ekspresi diri • Keinginan disukai orang lain • Menghinda ri penolakan, 		<p>pengumpulan data:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Observasi - Angket 	<p>behavior dengan <i>teknik assertive training</i> pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember ?</p> <p>3. Apakah penerapan konseling behavior dengan teknik <i>assertive training</i> dapat</p>
---------	-------------------------	--	--	--	--	--

		 <p>ional</p>	<p>ejeikan</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menerima pendapat kelompok • Bertingkah laku sama dengan yang dilakukan orang lain 			<p>mengurangi perilaku konformitas negatif pada remaja putri di pondok pesantren Al-Qodiri 1 Jember?</p>
--	--	--	--	--	--	--

Pedoman Pelaksanaan Konseling Behavior Dengan Teknik *Assertive Training*

1. Melakukan *Assesment*

- a. Deskripsi : Konselor memberikan kesempatan pada konseli agar bisa menyampaikan apa yang dialaminya dengan sejujur-jujurnya tentang kegagalan, kelebihan, kekurangan, dan kehidupan kejiwaan yang dihadapi secara terbuka tanpa ada yang ditutup-tutupi.
- b. Tujuan : Memperkirakan tingkah laku yang mengarah pada konformitas waktu itu. Konselor membantu konseli untuk mengemukakan keadaan yang dialami konseli pada waktu itu.
- c. Tahapan :
 - i. Konselor menganalisis tingkah laku bermasalah yang di alami konseli pada saat ini.
 - ii. Konselor melakukan analisis ABC (*Antecedent, Behavior, Consequence*), yaitu:
 - A. *Antecedent* (pencetus perilaku), analisis tingkah laku yang didalamnya terjadi masalah pada konseli, mengidentifikasi peristiwa yang mengawali tingkah laku dan mengikutinya sehubungan dengan masalah konseli.
 - B. *Behavior* (perilaku yang bermasalah), yang perlu di pertanyakan pada konseli : tipe tingkah laku, frekuensi tingkah laku, durasi tingkah laku, intensitas tingkah laku.
 - C. *Consequence*, konsekuensi atau akibat perilaku konseli.

2. Menetapkan Tujuan (*GoalSetting*)

- a. Deskripsi : Konselor dan konseli mendiskusikan tujuan yang telah ditetapkan konseli dalam *assesment*.
- b. Tujuan: Menentukan tujuan konseling berdasarkan informasi yang telah disusun dan dianalisis.
- c. Tahapan :
 - i. Konseli mengungkapkan pernyataan tentang tujuan yang ingin dicapai.
 - ii. Mempertegas tujuan yang ingin dicapai oleh konseli
 - iii. Konselor memberikan kepercayaan dan meyakinkan konseli bahwa konselor benar-benar ingin membantu konseli mencapai tujuan yang ingin dicapai.
 - iv. Konselor dan konseli membuat keputusan dengan melanjutkan konseling dengan menetapkan teknik yang akan dilaksanakan.

3. Implementasi teknik

Teknik *assertive training* yang digunakan sesuai dengan tahapan teknik *assertive training* menurut Alberti.

- a. Deskripsi: Menentukan teknik yang akan dilakukan dalam pelaksanaan konseling dalam rangka mencapai perubahan perilaku yang dikehendaki dalam konseling. Teknik yang digunakan adalah teknik *assertive training*.

- b. Tujuan : Melaksanakan teknik konseling sesuai dengan permasalahan yang dialami konseli yaitu perilaku konformitas negatif.
- c. Tahapan :
- i. Konselor melakukan latihan keterampilan pada konseli, meliputi: konselor mengajarkan dan melatih perilaku verbal maupun non verbal pada konseli lalu mengintegrasikannya kedalam rangkaian perilaku.
 - ii. Konselor meminimalisir kecemasan yang dialami konseli secara langsung maupun tidak langsung sebagai hasil tambahan dari latihan keterampilan.
 - iii. Konselor menstruktur kembali aspek kognitif konseli yang dimana nilai-nilai kepercayaan sikap yang membatasi ekspresi diri pada konseli diubah oleh pemahaman dan hal-hal yang dicapai dari perilakunya.

Skala Konformitas Teman Sebaya

A. Identitas Diri

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Pendidikan :

B. Aspek Yang Diobservasi : Konformitas Teman Sebaya

C. Tujuan Observasi : Untuk Mengetahui perilaku konformitas teman sebaya yang bersifat negatif pada remaja santri kelas 11 SMA/SMK

D. Pernyataan

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menerima ajakan teman kelompok dengan suka rela, meskipun itu merugikan saya				
2	Saya berani menolak ajakan teman kelompok, jika itu melanggar peraturan pesantren				
3	Saya mengikuti kebiasaan-kebiasaan yang telah dibuat oleh kelompok				
4	Saya berani ditinggalkan apabila tidak mengikuti kebiasaan kelompok				
5	Saya sependapat dengan kelompok agar dapat diterima oleh kelompok				
6	Saya tidak memaksakan pendapat saya harus sama dengan orang				

	lain				
7	Saya melakukan segala cara demi disukai oleh teman sekelompok				
8	Saya tidak akan melakukan kesalahan hanya karena membela teman				
9	Saya mengesampingkan pendapat saya dan lebih mengutamakan pendapat kelompok				
10	Saya mempertahankan pendapat saya dibandingkan pendapat kelompok				
11	Saya berusaha mengikuti apa yang teman sekelompok katakan				
12	Saya melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan diri sendiri				
13	Saya berusaha bertemu dengan teman sekelompok saya setiap hari				
14	Saya berusaha mencari kegiatan baru yang tidak sama dengan teman kelompok				
15	Saya akan mengikuti aturan yang ditetapkan kelompok dengan senang hati				
16	Saya tidak mengikuti aturan yang ditetapkan kelompok, jika itu tidak sesuai dengan diri saya				
17	Saya mengikuti trend berpakaian yang sama dengan teman kelompok				

18	Saya suka tampil apa adanya dalam berpakaian				
19	Kegiatan yang saya lakukan lebih sering mengikuti teman				
20	Saya tidak suka bekerja sama dengan teman				
21	Saya meminta pendapat teman kelompok saat akan mengambil keputusan				
22	Saya mampu mengambil keputusan saya sendiri tanpa bantuan orang lain				
23	Saya menerima pendapat kelompok, meskipun saya mempunyai pendapat yang berbeda				
24	Saya berani mengemukakan pendapat saya kepada teman kelompok, jika pendapat kelompok itu salah				
25	Saya tipe individu yang setia pada kelompok				
26	Saya berani dijauhi kelompok bila saya tidak setia pada kelompok				
27	Saya mengikuti keputusan kelompok, agar saya tidak dijauhi oleh kelompok				
28	Pendapat orang lain saya rasa tidak begitu penting				
29	Saya merasa tidak enak untuk menolak ajakan teman				

30	Saya berani menolak ajakan teman, jika itu tidak bermanfaat				
31	Saya melakukan apa yang dilakukan kelompok				
32	Saya berperilaku sesuai dengan keinginan saya sendiri tanpa meniru perilaku kelompok				
33	Hampir semua kegiatan saya lakukan bersama dengan kelompok				
34	Saya melakukan kegiatan yang bermanfaat tanpa campur tangan orang lain				
35	Saya tidak bisa melakukan suatu hal tanpa bantuan kelompok				
36	Saya menganggap tidak semua kegiatan kelompok itu penting				

FOTO DOKUMENTASI

Pemberian *pretest* kepada 37 santri remaja putri kelas XI di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember pada tanggal 20 Februari 2023



Proses pelaksanaan *treatment* (perlakuan) yang dilaksanakan oleh konselor (Ustadzah Safiqoh) dengan ke lima konseli (santri putri kelas XI) di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember pada tanggal 24-25 Mei 2023





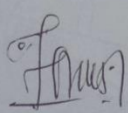
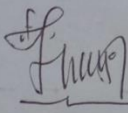
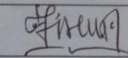
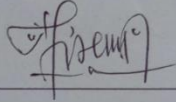
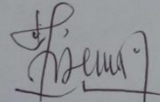
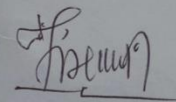
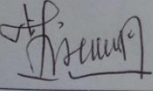
Pengisian *posttest*oleh santri remaja putri kelas XI di Pondok Pesantren Al-Qodiri

1 Jember pada tanggal 28 Mei 2023



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

JURNAL KEGIATAN PENELITIAN

No	Hari/tanggal	Uraian kegiatan	Paraf
1	16 Desember 2023	Observasi lokasi penelitian dan permohonan izin melakukan penelitian	
2	21 Desember 2023	Penyerahan surat izin penelitian kepada pengurus putri pondok pesantren Al Qodiri 1 Jember	
3	25 Desember 2023	Wawancara kepada ustadzah Safiqoh	
4	20 Februari 2023	Penyebaran <i>pretest</i> skala konformitas negatif bersama ustadzah Safiqoh	
5	24 Mei 2023	Penerapan Konseling Behavior dengan <i>Teknik Assertive Training</i> pertama	
6	25 Mei 2023	Penerapan Konseling Behavior dengan <i>Teknik Assertive Training</i> kedua	
7	28 Mei 2023	Penyebaran <i>posttest</i> skala konformitas negatif bersama ustadzah Safiqoh	



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Mataram No. 1 Mangli Kaliwates Jember, Kode Pos 68136 Telp. 0331-487550
email : fakultasdakwah@uinkhas.ac.id website: <http://fdakwah.uinkhas.ac.id/>

Nomor : B.339 /Un.22/6.a/PP.00.9/12 /2022 21 Desember 2022
Lampiran : -
Hal : Permohonan Tempat Penelitian Skripsi

Yth.

Pengurus Putri PP Al-Qodiri 1 Jember

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan ini kami memohon dengan hormat agar mahasiswa berikut :

Nama : Sayyidatul Muflihah
NIM : D20173077
Fakultas : Dakwah
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Semester : XI (sebelas)

Dalam rangka penyelesaian / penyusunan skripsi, yang bersangkutan **mohon dengan hormat** agar diberi ijin mengadakan penelitian / riset selama \pm 30 hari di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin.

Penelitian yang akan dilakukan berjudul "Efektivitas Konseling Behavior dengan Teknik Assertive Training untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif pada Remaja di Pondok Pesantren Al-Qodiri 1 Jember"

Demikian atas perkenan dan kerjasama Bapak/Ibu, kami sampaikan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

An. Dekan,

Wakil Dekan Bidang Akademik



Siti Raudhatul Jannah



المعهد الإسلامي للإمام أحمد بن حنبل
PONDOK PESANTREN AL-QODIRI PUTRI

Sekretariat : Jl. Manggar 139A Telp. 0331 - 4350542 PO. BOX 161 Jember

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor :034/PP.AQ.PI/V/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ASIRUL HASANAH, S.Pd
 Jabatan : Ketua Pengurus Putri PP. Al qodiri Jember

Dengan ini menerangkan bahwa:

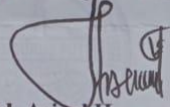
Nama : SAYYIDATUL MUFLIAH
 NIM : D201730777
 Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
 Judul Penelitian : “Efektifitas *Konseling Behavior* dengan *Teknik Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negative Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al Qodiri Putri 1 Jember”

Nama tersebut adalah mahasiswi Fakultas Dakwah Universitas Islam Kiai Achmad Siddiq Jember diterima untuk melaksanakan penelitian di Pondok Pesantren Putri Al-Qodiri Jember.

Demikian surat keterangan ini di buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 JEMBER

Jember, 27 Mei 2023
 Ketua Pengurus Putri
 PP Al-Qodiri Jember


 Ustd. Asirul Hasanah, S.Pd

BIODATA PENULIS

Nama : SAYYIDATUL MUFLIAH
 NIM : D20173077
 Tempat , Tanggal lahir : Jember, 18 September 1997
 Fakultas : DAKWAH
 Jurusan/Prodi : Pemberdayaan Masyarakat Islam/Bimbingan dan
 Konseling Islam
 Alamat RT/RW : 044/014
 Kel/Desa : Sumberjo/Glundengan
 Kecamatan : Wuluhan
 Kab/Kota : Jember

Riwayat Pendidikan
 2002-2004 : TK Muslimat NU 61 Sumberjo Glundengan
 2004-2010 : MIMA Darussalam Sumberjo
 2010-2013 : MTS Al Qodiri 1 Jember

2013-2016 : SMK Ibrahimy 1 Sukorejo

2017 s/d sekarang : Universitas KH Achmad Shiddiq Jember

Organisasi : Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII),
Ikatan Mahasiswa Alumni Salafiyah Syafi'iyah
Sukorejo (IKMASS)

