

**KONSELING KELOMPOK TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING*
UNTUK MEREDUKSI KECENDERUNGAN PERILAKU
OVERSHARING PADA SISWA KELAS XI SMK NEGERI 5
KOTA MADIUN**

SKRIPSI



OLEH :
CHELLIA ALVAREZ
NIM. 1902103004

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

Januari 2025

**KONSELING KELOMPOK TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING*
UNTUK MEREDUKSI KECENDERUNGAN PERILAKU
OVERSHARING PADA SISWA KELAS XI SMK NEGERI 5
KOTA MADIUN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas PGRI Madiun untuk Memenuhi Salah
Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Strata 1
Program Studi Bimbingan dan Konseling

**OLEH:
CHELLIA ALVAREZ
NIM. 1902103004**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN
Januari 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi oleh Chellia Alvarez telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Madiun, 3 Januari 2025

Pembimbing I,



Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si.
NIDN. 0729117801

Pembimbing II,



Suharni, S.Pd., M.Psi.
NIDN. 0704127804

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Skripsi oleh Chellia Alvarez telah dipertahankan didepan panitia penguji pada hari Rabu, 15 Januari 2025.

Panitia Penguji



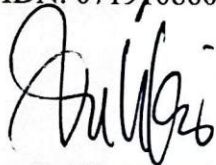
Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0730038504

Ketua



Dr. Asroful Kadafi, M.Pd
NIDN. 0719108601

Sekretaris



Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si.
NIDN. 0729117801

Anggota



Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi.
NIDN. 0704127804

Anggota



Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0730038504

Anggota

Mengetahui:
Dekan FKIP



Mengesahkan:
Kaprodi Bimbingan dan Konseling



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chellia Alvarez

NIM : 1902103004

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 3 Januari 2025
Yang membuat pernyataan,



Chellia Alvarez

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Tetaplah menjadi bunga yang indah disela-sela retakanmu.

Maka bersabarlah engkau. Sesungguhnya janji Allah itu benar –Qs.Ar-Rum : 60

SKRIPSI INI KUPERSEMBAHKAN KEPADA:

Kedua orang tuaku Bapak dan Mama yang telah memperjuangkanku sampai dititik ini.

Kedua adikku Aldo dan Cello yang selalu mendukung dan menguatkanmu, Kepada keluarga besar yang sudah mendukungku, teman-teman seperjuanganku, dan untuk diriku sendiri karna mampu selalu kuat dan berjuang sampai akhir.

CHELLIA ALVAREZ

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah- Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal dengan judul “*Assertive Training* untuk Mereduksi Kecenderungan Perilaku *Oversharing* pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Kota Madiun”.

Dalam penyelesaian proposal ini penulis tidak lepas dari adanya bantuan, dukungan serta doa dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu, peneliti mengucapkan sebanyak-banyaknya terima kasih kepada :

1. Dr. H. Supri Wahyudi Utomo, M.Pd. Selaku Rektor Universitas PGRI Madiun.
2. Dr. Sardulo Gembong, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
3. Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd. Selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling. Sekaligus selaku Dosen Pembimbing Akademik selama 4 tahun.
4. Dr. Dahlia Novarianing Asro M.Psi. Selaku Dosen Pembimbing I dalam penyusunan skripsi yang telah membimbing hingga selesai.
5. Suharni, S. Pd., M.Psi. Selaku Dosen Pembimbing II dalam penyusunan skripsi yang telah membimbing hingga selesai.
6. Kedua orang tuaku yang sudah membesarkan dan menemani dan selalu merayakan setiap langkahku sekecil apapun itu.

7. Adik-adikku Alvredo dan Cello yang selalu menjadi penguat untuk menyelesaikan tanggung jawabku
8. Keluarga besar yang sudah mendukung dan menyemangatiku
9. Teman-teman seperjuanganku BK UNIPMA Angkatan-19
10. Semua pihak yang telah membantu pelaksanaan dan pengesahan proposal yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk menyempurnakan skripsi ini. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih dan berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan ilmu pendidikan.

Madiun, Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	halaman
<u>HALAMAN JUDUL</u>	i
<u>LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING</u>	ii
<u>LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN</u>	iii
<u>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</u>	v
<u>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</u>	vi
<u>KATA PENGANTAR</u>	vii
<u>DAFTAR ISI</u>	ix
<u>DAFTAR TABEL</u>	x
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	xi
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	xii
<u>ABSTRAK</u>	xiii
<u>BAB I PENDAHULUAN</u>	1
<u>A. Latar Belakang Masalah</u>	1
<u>B. Batasan Masalah</u>	5
<u>C. Rumusan Masalah</u>	5
<u>D. Tujuan Penelitian</u>	6
<u>E. Kegunaan Penelitian</u>	6
<u>F. Definisi Operasional Variabel</u>	7
<u>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS PENELITIAN</u>	9
<u>A. Kajian Pustaka</u>	9
<u>B. Kerangka Berpikir</u>	30
<u>C. Hipotesis Penelitian</u>	32
<u>BAB III METODE PENELITIAN</u>	25
<u>A. Tempat dan Waktu Penelitian</u>	25
<u>B. Desain Penelitian</u>	26
<u>C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel</u>	31
<u>D. Teknik Pengumpulan Data</u>	33
<u>E. Instrumen Penelitian</u>	33
<u>F. Teknik Analisis Data</u>	38
<u>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</u>	37
<u>A. Deskripsi Data</u>	37
<u>B. Hasil Pengujian Hipotesis</u>	40
<u>C. Pembahasan</u>	40
<u>BAB V PENUTUP</u>	48
<u>A. Kesimpulan</u>	48
<u>B. Saran</u>	48
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>	49
<u>RIWAYAT HIDUP</u>	89

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rincian Jadwal Rencana Penelitian	39
Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala <i>Likert Oversharing</i>	44
Tabel 3.3 Distribusi Skor Jawaban Kuesioner	44
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas	47
Tabel 4.1 Tabel Distribusi Frekuensi Data <i>Oversharing</i> Sebelum Diberikan <i>Treatment</i>	49
Tabel 4.2 Tabel Distribusi Frekuensi Data <i>Oversharing</i> Setelah Diberikan <i>Treatment</i>	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	38
Gambar 3.1 Rancangan <i>Desain One-group Pretest-Posttest</i>	40
Gambar 4.1 Tabel Histogram Distribusi Frekuensi Data <i>Oversharing</i> Sebelum diberikan <i>Treatment</i>	49
Gambar 4.2 Tabel Histogram Distribusi Frekuensi Data <i>Oversharing</i> Setelah diberikan <i>Treatment</i>	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabulasi Responden Uji Validitas dan Reliabilitas	52
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas	55
Lampiran 3 Hasil Uji Reliabilitas.....	56
Lampiran 4 Daftar Sampel Penelitian	57
Lampiran 5 Jadwal Penelitian.....	58
Lampiran 6 RPL dan Laporan Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training	59
Lampiran 7 Kuesioner Oversharing	68
Lampiran 8 Tabulasi Populasi	74
Lampiran 9 Tabulasi Skor Pretest Kuesioner Skala Oversharing	81
Lampiran 10 Tabulasi Skor Posttest Kuesioner Skala Oversharing	82
Lampiran 11 Analisis Statistik Deskriptif Skala Oversharing	83
Lampiran 12 Uji Normalitas	84
Lampiran 13 Analisis Hipotesis.....	84
Lampiran 14 Tabel Nilai r	85
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian.....	86
Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian	87
Lampiran 17 Dokumentasi	88