

## ABSTRAK

### PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA DI MAN 1 LAMPUNG TIMUR

Oleh

**SYAHLAISYA AINI FATIKHA**

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kepercayaan diri pada sebagian remaja di MAN 1 Lampung Timur ditunjukkan melalui perilaku kurang berani mengemukakan pendapat, kesulitan mengekspresikan diri, serta kurang mampu bersikap tegas dalam interaksi sosial. Kondisi tersebut dapat menghambat perkembangan sosial dan akademik siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja di MAN 1 Lampung Timur. Metode kuantitatif dengan desain *one-group repeated measures* yang melibatkan empat tahap pengukuran ( $O_1-O_4$ ). Subjek penelitian berjumlah sepuluh siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala kepercayaan diri dan dianalisis melalui statistik deskriptif, serta uji non-parametrik *Friedman Test* yang dilanjutkan dengan *Wilcoxon Signed-Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri yang signifikan pada setiap tahap pengukuran. Selain itu, dinamika kelompok selama layanan berlangsung menunjukkan perubahan positif dalam kemampuan siswa bersikap asertif dan mengekspresikan diri. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja.

**Kata kunci:** kepercayaan diri, konseling kelompok, *assertive training*, remaja

## **ABSTRACT**

### **THE USE OF GROUP COUNSELING SERVICES WITH ASSERTIVE TRAINING TECHNIQUE TO IMPROVE SELF-CONFIDENCE AMONG ADOLESCENTS AT MAN 1 LAMPUNG TIMUR**

*By*

**SYAHLAISYA AINI FATIKHA**

*The problem of this research is the low self-confidence among some adolescents at MAN 1 Lampung Timur is reflected in their lack of courage to express opinions, difficulties in expressing themselves, and limited ability to behave assertively in social interactions. This condition may hinder students' social and academic development. This study aimed to determine the effectiveness of group counseling services using the assertive training technique in improving adolescents' self-confidence at MAN 1 Lampung Timur. This study employed a quantitative method with a one-group repeated measures design involving four stages of measurement ( $O_1-O_4$ ). The participants consisted of ten students selected through purposive sampling. Data were collected using a self-confidence scale and analyzed through descriptive statistics, the non-parametric Friedman Test, and the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results indicated a significant improvement in students' self-confidence at each stage of measurement. In addition, group dynamics during the counseling sessions showed positive changes in students' ability to behave assertively and express themselves. Therefore, group counseling services using the assertive training technique were found to be effective in improving adolescents' self-confidence.*

**Keywords:** *self-confidence, group counseling, assertive training, adolescents*