

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Individu dalam perkembangannya akan menemukan serangkaian tugas perkembangan yang harus dilalui sesuai dengan tahap perkembangannya. Pemenuhan terhadap tugas perkembangan tersebut dapat dibantu dengan proses pendidikan. Secara khusus proses pendidikan pada tingkat universitas diharapkan membuat setiap mahasiswi dalam hal ini individu yang tergolong remaja, mampu memperoleh pendidikan secara wajar menuju proses pendewasaan. Hakekatnya tugas mendewasakan sebenarnya ada pada keluarga dengan lingkungan yang kondusif, namun melihat fenomena yang ada pada saat ini institusi pendidikan merupakan salah satu lembaga yang membantu dalam proses pendewasaan dan mempersiapkan serta membentuk manusia muda menuju kematangan. Tugas dosen bukan hanya tugas *transfer of knowledge*, tetapi hingga ranah *transfer of value*. Hal tersebut bermakna agar mahasiswi mampu tumbuh dan berkembang dengan percaya diri, termasuk perkembangan kepribadiannya dalam bersikap dan bertindak laku. Surya (dalam Utami Dkk, 2015) menyatakan bahwa percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertindak laku.

Fenomena yang terjadi di lapangan adalah seringkali ditemukan mahasiswi dihadapkan pada berbagai permasalahan, yang berkaitan dengan terjadinya hambatan dalam proses pengembangan diri antara lain kurang yakin dengan

kemampuan yang dimilikinya, perasaan cemas yang tiba-tiba datang saat dihadapkan untuk mengemukakan pendapat atau gagasan di depan umum, hingga tergantung pada orang lain termasuk dalam membuat keputusan. Menurut Thursan Hakim (dalam Asrowi, 2017) salah satu karakteristik dari kurangnya kepercayaan diri adalah ketika melakukan suatu hal dihadapan banyak orang dengan perasaan gugup. Hal tersebut dapat dimaknai bahwa seseorang yang kurang percaya diri belum memiliki keberanian untuk menunjukkan potensi yang dimiliki dihadapan orang banyak misalnya, keberanian berpendapat.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2010), kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan menurut Anthony (dalam Ghufron, 2011).

Mahasiswi perantauan yang tinggal di asrama tentu saja akan menemui banyak hal yang mungkin belum pernah ditemui sebelumnya di daerah asal tempat tinggalnya. Proses yang tidak mudah untuk menerima berbagai hal baru yang tidak hanya terhadap lingkungan akademis, teman-teman, bahasa, tetapi juga mengarah pada pengenalan budaya atau kebiasaan orang-orang dimana tempat tinggalnya berada agar lebih dapat memahami karakteristik lingkungan sekitarnya. Kesulitan tentunya akan muncul namun mahasiswi tetap harus dapat

mengatasi situasi tempat tinggalnya, ditambah lagi terpisah jauh dari keluarga sehingga harus yakin dan percaya pada kemampuan diri sendiri yang dimiliki dalam semua perbedaan yang ada di lingkungannya.

Asrama Mahasiswi “DD” Kalimantan Barat merupakan salah satu asrama mahasiswi Kalimantan barat yang berada di Yogyakarta. Asrama ini berfungsi untuk tempat tinggal khusus bagi mahasiswi yang berasal dari Kalimantan barat. Selain berfungsi sebagai tempat tinggal bagi mahasiswi, tetapi juga merupakan tempat bagi mahasiswi asrama untuk berinteraksi antar sesama mahasiswi asrama maupun dengan masyarakat sekitarnya, serta sebagai tempat untuk meningkatkan kemampuan berupa kemampuan dan keterampilan yang dimiliki.

Berbagai sikap dan perilaku yang ditunjukkan mahasiswi terutama pada mahasiswi yang tinggal di asrama “DD” kalimantan Barat di Yogyakarta, mempunyai kecenderungan tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini bukanlah masalah yang sederhana karena sebagai mahasiswi terutama dituntut untuk harus yakin dan percaya pada dirinya sendiri terhadap kemampuannya agar tidak tergantung orang lain, hingga dituntut untuk harus aktif mengikuti berbagai aktivitas sosial, sehingga masalah ini harus segera diatasi agar mampu menunjukkan kepribadian yang percaya diri dan sukses dalam meraih cita-citanya. Muhammad Al-Mighwar (dalam Suryatningsih, 2018) mengatakan bahwa semakin sering terlibat berbagai aktivitas sosial, maka kepercayaan diri juga semakin meningkat.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terlihat sebagian besar mahasiswi “DD” cenderung kurang memiliki rasa percaya diri. Hal ini terlihat

ketika pengurus asrama menunjuk LL, IL, NR, dan beberapa mahasiswi lainnya diminta untuk memberikan pendapatnya maupun saat ditanya mengenai setiap topik yang sedang dibahas baik dalam forum diskusi dan rapat, namun yang terjadi pada LL, IL, NR, dan beberapa mahasiswi ialah hanya tampak melihat teman yang lainnya, tampak menunduk, diam saja, dan justru ada yang terlihat hanya memberikan senyuman. Idealnya ketika mahasiswi ditunjuk untuk memberikan pendapat maupun saat ditanya seharusnya langsung dapat memberikan argumennya dan menjawab pertanyaan yang diberikan kepadanya tanpa ragu-ragu. Termasuk saat harus membuat keputusan dalam rapat atau diskusi kelompok, terutama pada LL, IL, NR tampak diam saja dan hanya mengikuti mahasiswi lainnya yang membuat keputusan. Terlihat juga saat sedang berbicara di asrama, cenderung terlihat kaku dan jarang saling menatap serta terlihat seperti salah tingkah yaitu terutama saat mahasiswi berbicara dengan seniornya.

LL, IL, NR, dan beberapa mahasiswi lainnya tampak menghindari dan banyak memberikan alasan serta justru meminta temannya yang lain untuk ikut serta saat diminta tampil menari dalam suatu acara, termasuk saat diminta untuk mengikuti *sparing volley* yang diadakan antar asrama daerah dan kampus. Saat diberikan tugas oleh pengurus berupa membuat surat undangan *sparing* dan *tournamen volley* tampak beberapa kali menunda-nunda dalam mengerjakan hingga melewati batas waktu yang sudah diberikan pengurus, tugas lain berupa saat diminta untuk menghubungi kantor perwakilan Asrama yang berada di Jakarta hingga tampak ditanya beberapa kali oleh pengurus dan subjek hanya

mengiyakan saja namun belum dilakukannya, selain itu berupa piket harian dan mingguan seperti menyapu, mengepel ruangan, membersihkan kamar mandi, mengelap meja dan jendela tampak terlihat diingatkan beberapa kali oleh pengurus dan beberapa kali justru mengerjakannya pada malam hari yang seharusnya dilakukan pagi hari bahkan ada yang tidak mengerjakannya, dan berupa menunda-nunda saat diminta untuk membeli peralatan olahraga seperti raket bulu tangkis, kok, dan net *volley* tampak beberapa kali ditanya dan disuruh pengurus namun belum dilakukannya.

Berdasarkan hasil wawancara kepada tiga orang mahasiswi asrama “DD” Kalimantan Barat di Yogyakarta, pada LL diketahui berusia 19 tahun dan sudah 2 tahun tinggal di asrama “DD”. LL mengatakan bahwa setiap kali diminta untuk mengungkapkan pendapat maupun argumennya terutama depan umum selalu merasa cemas, jantung berdebar, mulai mules, dan salah tingkah, termasuk juga tidak berani bertanya jika ada hal yang tidak dimengerti saat berada di depan umum. Hal ini dikarenakan merasa takut salah, takut menyinggung orang lain, dan merasa orang lain lebih unggul. Selain itu juga sering berpikiran negatif baik pada diri sendiri maupun orang lain, tidak mau menanggapi jika diberikan kritik buruk dari orang lain, dan kurang peduli dengan masalah yang terjadi dalam kelompok. LL mengaku sering menghindar jika memiliki masalah terutama saat diberikan tugas sulit, misalnya saja selalu menunda dan mengeluh dalam mengerjakannya yang akhirnya sering terlambat mengumpulkannya dan selalu meminta bantuan terutama pada teman dekatnya untuk mengerjakannya. Hal ini selalu terjadi berulang kali yang membuat LL menjadi selalu mengharapkan bantuan temannya.

LL juga setiap kali ada kegiatan asrama, selalu mengeluh dan membuat berbagai alasan untuk izin tidak mengikutinya, termasuk juga sering mengeluh saat harus mengikuti berbagai aturan di asrama.

Selanjutnya wawancara dilakukan pada IL, diketahui bahwa IL berusia 19 tahun dan sudah 2 tahun tinggal di asrama “DD”. IL mengaku bahwa sering merasa cemas, gugup, dan bingung setiap kali menghadapi masalah. IL mengatakan bahwa sering menunda-nunda tugas dan jika mendapatkan tugas yang sulit membuatnya menjadi malas untuk mengerjakannya yang mana setiap kali sudah mepet waktunya saat harus mengumpulkannya menjadi selalu meminta bantuan teman untuk mengerjakannya, namun jika temannya meminta bantuan maka IL akan menghindar karena merasa temannya bisa mengerjakannya sendiri walaupun tidak dibantu. IL memiliki keinginan untuk tampil menari dalam perlombaan yang biasa diikuti asrama dan mengakui bahwa dirinya dapat menari, namun IL mengaku tidak percaya diri apalagi untuk tampil di depan banyak orang karena selalu merasa takut melakukan kesalahan saat tampil dan malu yang akhirnya IL akan membuat alasan saat diminta untuk tampil oleh pengurus asrama. Saat diminta untuk tampil saja IL mengaku sudah merasa jantungnya berdegup lebih cepat dan mules. IL juga selalu diam saja saat disindir maupun dituduh, karena IL merasa takut untuk menjawabnya dan merasa orang lain juga tidak percaya dengannya jika menjelaskan keadaan sebenarnya, Begitu juga merasa sulit untuk menerima kritik dari orang lain dan cenderung menghindar.

Peneliti juga melakukan wawancara pada NR, diketahui bahwa NR berusia 20 tahun dan sudah 3 tahun tinggal di asrama “DD”. NR mengatakan bahwa

kurang mampu dan kurang berkompeten dibandingkan dengan temannya terutama dalam mengerjakan tugas yang sama sekali belum pernah dikerjakannya, sehingga membuatnya menunda tugas dan menjadi tergantung dengan temannya untuk mengerjakan tugasnya. Setiap kali mendapatkan tugas yang sulit baginya, NR mengaku selalu merasa cemas dan takut tidak bisa mengerjakannya yang membuatnya akan menghindarinya dengan cara nonton korea yang akhirnya menjadi terlambat mengumpulkan tugasnya. NR mengaku bahwa setiap menghadapi permasalahan akan merasa cemas, jantung berdegup kencang, merasa sulit bernafas, telapak tangan dan telapak kaki dingin, dan sulit tidur. NR mengaku bahwa dirinya selalu merasa pesimis dan merasa tidak mampu untuk mewujudkan apa yang diinginkannya, begitu juga saat sudah membuat target untuk mencapai keinginannya justru selalu tidak jadi menjalankannya dan mengabaikan rencana yang sudah dibuat.

Berdasarkan hasil yang dilakukan oleh peneliti, maka disimpulkan bahwa mahasiswi yang tinggal di asrama “DD” menunjukkan kepercayaan diri yang rendah. Hal ini sesuai dengan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (2006) yang ditandai dengan kurang mandiri, merasa selalu pesimis, kurang toleransi dengan orang lain, kurang memiliki ambisi dalam mencapai keinginannya, dan sikap yang mementingkan diri sendiri dengan tidak peduli dengan orang lain.

Pentingnya untuk meneliti permasalahan pada mahasiswi di asrama “DD” ini agar dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap, munculnya motivasi pada diri untuk melakukan hal-hal dalam hidupnya,

meningkatkan kreativitas dirinya, dapat mengambil keputusan, memiliki nilai-nilai moral, memiliki harapan dan aspirasi (Iswidharmanjaya dan Agung, 2005). Dariyo, A. (2007) mengatakan bahwa orang yang percaya diri akan mempunyai sikap inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif dan menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dengan memiliki motivasi dalam menjalankan hidupnya diberbagai situasi ialah seseorang yang kepercayaan dirinya tinggi (Utami, Dkk. 2015). Hasil penelitian Fitroh (2012) menunjukkan bahwa mampu berpikir secara positif merupakan seseorang yang memiliki kepercayaan diri.

Beberapa intervensi yang pernah dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri antara lain teknik *self-instruction* (Fiorentika, Santoso, dan Simon, 2016), teknik *cognitive defusion* (Saputra dan Prasetiawan, 2018), model *multidimensional* dalam konseling (Milfayetty, 2018), bimbingan kelompok (Irdanelli, Dkk, 2015), *mental training program* (Mamassis dan Doganis, 2004), *self-hypnosis* (Ilmi, 2017). Peneliti memilih pelatihan asertivitas untuk meningkatkan kepercayaan diri pada Mahasiswi di asrama “DD”. Corey (2010) mengungkapkan bahwa pelatihan asertivitas adalah salah satu teknik yang digunakan dalam situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak dan benar. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketidakmemadaianya dan

belajar bagaimana mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu (Corey, 2010).

Alasan lain dipilihnya pelatihan asertivitas ialah dapat memberikan manfaat besar bagi semua orang, bukan hanya keterampilan itu sendiri, melainkan sebagai alat untuk memodifikasi perilaku, memperoleh kepercayaan, peningkatan *self esteem* dan budaya komunikasi jujur, kuat serta efektif (Bishop, 1999). Pelatihan asertivitas merupakan sebuah konsep pendekatan *behavioral* yang digunakan untuk membantu orang-orang mendapatkan hak-haknya secara sempurna, yaitu dengan mengembangkan *self esteem* dan melibatkan ekspresi perasaan positif menurut Alberti & Emmons (Hardjono, 2012). Pelatihan asertivitas efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri. Hal ini didukung dengan adanya studi yang telah dilakukan oleh Makinde dan Akinteye (2014) yang menyebutkan bahwa pelatihan asertivitas dapat mengembangkan harga diri individu. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa semakin tinggi harga diri individu semakin tinggi pula tingkat percaya dirinya.

Pelatihan asertivitas diberikan kepada mahasiswi juga dengan tujuan untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respon-respon emosional, sehingga mahasiswi dengan kepercayaan diri yang rendah diarahkan secara langsung untuk dapat meyakini bahwa dirinya memiliki kendali dan potensi untuk dapat mengarahkan kehidupannya dengan baik. Hal ini membuat mahasiswi berusaha dengan maksimal untuk meningkatkan keterampilan dan kemampuan yang mereka miliki, percaya pada potensi diri, dan berusaha

mengatasi hambatan yang mereka hadapi. Dengan begitu menyebabkan mahasiswi menjadi lebih aktif, yang akhirnya berdampak pada meningkatnya kepercayaan diri pada mahasiswi. Hal ini sejalan dengan pernyataan Gunarsa (2004) bahwa teknik pelatihan asertivitas diberikan agar individu mempunyai kemampuan untuk mengenali dan kemampuan mengevaluasi atau mengubah cara berpikir, mengubah keyakinan dan perasaannya mengenai diri sendiri dan lingkungan.

Berdasarkan uraian permasalahan yang terjadi di atas, usaha peningkatan kepercayaan diri pada Mahasiswi di Asrama “DD” Kalimantan Barat dapat dilakukan dengan memberikan pelatihan asertivitas. Dalam hal ini akan dilihat apakah kepercayaan diri Mahasiswi di Asrama “DD” Kalimantan Barat” setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan asertivitas lebih tinggi daripada sebelum diberikan perlakuan berupa pelatihan asertivitas.

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan asertivitas terhadap peningkatan kepercayaan diri Mahasiswi di asrama “DD” Kalimantan Barat.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis :

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan referensi dan masukan terhadap ilmu psikologi, yaitu khususnya dalam bidang peningkatan kepercayaan diri melalui pelatihan asertivitas.

b. Manfaat Praktis :

- 1) Bagi Mahasiswi : diharapkan pelatihan asertivitas dapat meningkatkan kepercayaan diri Mahasiswi. Adanya pelatihan asertivitas dapat memicu Mahasiswi lebih terbuka terhadap perasaan dan bertindak sesuai keinginannya yang ditandainya dengan yakin dengan kemampuan diri dengan bersikap mandiri tanpa tergantung orang lain, yakin dapat mewujudkan keinginannya, dapat menerima perbedaan dengan orang lain dan tidak mementingkan diri sendiri, dapat menerima tantangan jika diberikan tugas atau pekerjaan sulit dan mengerjakannya dengan tepat waktu, dan dapat menerima kelebihan dan kekurangan diri, serta tidak takut dinilai salah oleh orang lain.
- 2) Bagi para praktisi di bidang psikologi memberikan kontribusi dalam peningkatan keterampilan pelatihan aserivitas, tentang proses dan tahapan pelatihan asertivitas untuk meningkatkan kepercayaan diri pada Mahasiswa.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai pelatihan asertivitas untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswi di asrama “DD” Kalimantan Barat belum dilakukan, namun ada beberapa topik sebelumnya yang mirip dengan penelitian ini. Beberapa penelitian tersebut, diantaranya :

1. Saputra dan Prasetiawan (2018) melakukan penelitian yang berjudul “Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Teknik *Cognitive Defusion*”. Desain penelitian yang digunakan peneliti ialah *one group pretest posttest design*, penggunaan desain ini untuk mengukur perubahan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Subjek dalam penelitian ini melibatkan enam siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di kota Yogyakarta yang memiliki tingkat percaya diri rendah. Analisis yang digunakan untuk menguji perbedaan percaya diri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling teknik *cognitive defusion* adalah uji jenjang bertanda *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kenaikan skor tingkat percaya diri siswa setelah diberikan perlakuan berupa konseling teknik *cognitive defusion*. Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada subjek penelitian, desain penelitian, tempat penelitian, dan variabel bebasnya. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa SMK, desain penelitian menggunakan *one group pretest posttest design*, dilaksanakan di SMK di kota Yogyakarta, dan variabel bebasnya yaitu teknik *cognitive defusion*. Sementara dalam penelitian yang akan dilakukan subjek penelitian adalah mahasiswi di asrama

“DD” Kalimantan Barat di Yogyakarta, menggunakan *pretest posttest control group design*, dilaksanakan di asrama mahasiswi “DD” Kalimantan Barat, dan variabel bebasnya yaitu pelatihan asertivitas. Persamaannya terletak pada variabel tergantung yang diteliti yakni kepercayaan diri.

2. Fiorentika, Santoso, dan Simon (2016) melakukan penelitian yang berjudul “Keefektifan Teknik *Self-Instruction* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. Desain penelitian yang digunakan peneliti ialah *one group pretest posttest design*, penggunaan desain ini untuk mengukur perubahan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Teknik *self-instruction* dapat dikatakan efektif meningkatkan kepercayaan diri jika nilai rata-rata rangking setelah diberikan konseling kelompok lebih tinggi dari pada nilai rata-rata rangking sebelum pemberian konseling kelompok dan hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *self instruction* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada subjek penelitian, desain penelitian, tempat penelitian, dan variabel bebasnya. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa SMP, desain penelitian menggunakan *one group pretest posttest design*, dilaksanakan di SMP 20 Malang, dan variabel bebasnya yaitu teknik *self instruction*. Sementara dalam penelitian yang akan dilakukan menggunakan *pretest posttest control group design*, subjek penelitian adalah mahasiswi di asrama “DD” Kalimantan Barat di

Yogyakarta, dilaksanakan di asrama mahasiswi “DD” Kalimantan Barat, dan variabel bebasnya yaitu pelatihan asertivitas. Persamaannya terletak pada variabel tergantung yang diteliti yakni kepercayaan diri.

3. Tandung (2013) melakukan penelitian yang berjudul “Pelatihan Komunikasi Efektif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Kolose Pendidikan Guru Khas Papua Merauke”. Desain penelitian yang digunakan peneliti ialah *pretest posttest control group design*, yaitu dengan membagi subjek yang telah terpilih secara random menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan berupa pelatihan komunikasi efektif sedangkan kelompok kontrol merupakan *waiting list*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri setelah diberikan pelatihan komunikasi efektif pada mahasiswa.

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu terletak pada variabel bebas dan tempat penelitian. Variabel bebasnya yaitu pelatihan komunikasi efektif dan tempat pelaksanaan di “Papua” Merauke. Sementara pada penelitian ini variabel bebasnya yaitu pelatihan asertivitas dan tempat pelaksanaannya di Asrama Mahasiswi “DD” Kalimantan Barat. Persamaannya terletak pada variabel tergantung yang diteliti yakni kepercayaan diri, subjek penelitian yaitu pada mahasiswa, dan desain penelitiannya yaitu *pretest posttest control group design*.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Mahrup, H. (2016) dengan judul “Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Pelatihan Asertif pada Siswa Kelas VIII C SMPN

1 Jonggat Tahun 2013/2014”. Desain penelitian yang digunakan peneliti pada penelitian ini ialah tindakan *model spiral* yaitu pada siklusnya terdiri dari penemuan adanya masalah, menyusun perencanaan, melaksanakan tindakan, melakukan observasi, mengadakan refleksi dilanjutkan dengan perencanaan ulang, melaksanakan tindakan dan seterusnya. Jenis penelitiannya adalah penelitian tindakan kelas dengan subjek penelitian kelas VIII C SMPN 1 Jonggat yang berjumlah 36 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan kepercayaan diri siswa setelah diberikan pelatihan asertif. Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu terletak pada subjek, desain penelitian, dan tempat penelitian. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah siswa SMPN, menggunakan tindakan model spiral, dan tempat penelitian SMPN 1 Jonggat. Sementara dalam penelitian yang akan dilakukan subjek penelitian adalah mahasiswi di asrama “DD” Kalimantan Barat di Yogyakarta, menggunakan *pretest posttest control group design*, dan dilaksanakan di asrama mahasiswi “DD” Kalimantan Barat. Persamaannya terletak pada variabel tergantung yang diteliti yakni kepercayaan diri dan variabel bebasnya yaitu pelatihan asertivitas.

5. Setiowati (2016) melakukan penelitian yang berjudul “Peningkatan Rasa Percaya Diri Mahasiswa Melalui Teknik Permainan”. Desain penelitian yang digunakan peneliti ialah desain penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan sesuai dengan jadwal perkuliahan. Prosedur penelitian terbagi dalam 2 siklus, tiap siklus dilaksanakan melalui lima tahapan yakni: rencana tindakan

(*planning*), pelaksanaan (*action*), observasi (*observation*), evaluasi (*evaluation*), dan refleksi (*reflection*). Subjek penelitian adalah mahasiswa kelas A3 semester 5 tahun ajaran 2012/2013 program studi bimbingan dan konseling FKIP UPY yang berjumlah 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik permainan dipandang efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri pada mahasiswa.

Terdapat perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu terletak pada desain penelitian, tempat penelitian, dan variabel bebasnya. Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan sesuai dengan jadwal perkuliahan, tempat penelitian yaitu di FKIP UPY, dan variabel bebasnya yaitu teknik permainan. Sementara dalam penelitian yang akan dilakukan desain penelitian menggunakan *pretest posttest control group design*, dilaksanakan di asrama mahasiswi “DD” Kalimantan Barat, dan variabel bebasnya pelatihan asertivitas. Persamaannya terletak pada variabel tergantung yang diteliti yakni kepercayaan diri dan subjek penelitian yaitu pada mahasiswa.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa penelitian ini tergolong asli sepanjang sepengetahuan peneliti. Adanya kesamaan dalam beberapa hal dengan penelitian yang disebutkan di atas tidak mengurangi keaslian penelitian ini.