

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Cilegon, 1 Juli 2023



**DINI QURROTUL AINI**

**NIM 191520150**

## ABSTRAK

Nama: **Dini Qurrotul Aini**, NIM: 191520150, Judul Skripsi: **Penerapan Teknik *Assertive Training* Terhadap Penyesuaian Sosial Remaja *Introvert*** (Studi di Kp. Temugiring Kel. Banjar Negara Kec. Ciwandan Kota Cilegon-Banten), Program studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas: Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasannudin Banten Tahun 2023 M/1445 H.

Masalah remaja tidak terlepas dari hubungannya dengan orang lain, termasuk keluarga, teman, tetangga atau masyarakat. Pembentukan kepribadian seorang remaja yang penuh dengan keterbatasan pergaulan dan konsep berpikir terhadap harga diri yang rendah akan membuat remaja memiliki perilaku negatif dari komunikasinya dengan orang lain. Akibatnya remaja tidak mempunyai keberanian atau remaja tersebut akan bersikap menutup diri (*introvert*) yang menimbulkan masalah penyesuaian sosial remaja terhadap lingkungan sekitar.

Dari latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Bagaimana gambaran umum penyesuaian sosial remaja *introvert* ?, 2) Bagaimana penerapan teknik *assertive training* terhadap penyesuaian sosial remaja *introvert* ? 3) Bagaimana faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan teknik *assertive training* terhadap penyesuaian sosial remaja *introvert* ?. Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan penelitian sebagai berikut: 1) Untuk mengetahui bagaimana gambaran umum penyesuaian sosial remaja *introvert*. 2) Untuk mengetahui bagaimana penerapan konseling dengan teknik *assertive training* terhadap penyesuaian sosial remaja *introvert*. 3) Untuk mengetahui bagaimana faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan teknik *assertive training* terhadap penyesuaian sosial pada remaja *introvert*.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif, digunakan untuk mendapatkan gambaran-gambaran dari permasalahan dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dokumentasi. Penelitian dilaksanakan pada 25 Maret-14 Mei 2023 dengan jumlah responden lima remaja tengah yakni AJ, NF, MD, VA, dan SN.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan: 1) kondisi penyesuaian sosial yang dialami oleh remaja *introvert* di lingkungan Kampung Temugiring yaitu pemalu, pendiam, tertutup, kurang berinteraksi sosial, enggan menerima ajakan teman, tidak mampu mengekspresikan diri dalam berkomunikasi dan tidak percaya diri. 2) Penerapan teknik *assertive training* terhadap penyesuaian sosial remaja *introvert* dilakukan dengan konseling *behavioral* melalui empat tahapan yaitu *assesment*, *goal setting*, *tehnique implementation* dan *evaluation/termination*. Metode yang digunakan dalam penerapan teknik *assertive training* ini adalah metode *Modelling*, *Role Playing* dan *Home Work*. 3) Faktor pendukung dalam penelitian ini yaitu hubungan baik antara konselor dan remaja serta respon positif dari remaja yang tidak memiliki masalah penyesuaian sosial. Dan faktor penghambat dalam penelitian ini yaitu kepribadian remaja yang tertutup dan beberapa remaja yang mengalami masalah masih kurang terbuka.

**Kata kunci:** konseling, teknik *assertive training*, penyesuaian sosial, remaja *introvert*.

## ABSTRACT

Name: **Dini Qurrotul Aini**, NIM: 191520150, Thesis Title: ***Application of Assertive Training Techniques for Introverted Youth Social Adjustment (Study at Kp. Temugiring Kel. Banjar Negara Kec. Ciwandan Cilegon City-Banten)***, Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty: *Da'wah University State Islam of Sultan Maulana Hasannudin Banten Year 2023 M/1445 H.*

Adolescent problems are inseparable from their relationship with other people, including family, friends, neighbors or the community. The formation of the personality of a teenager who is full of social limitations and the concept of thinking about low self-esteem will make teenagers have negative behavior from their communication with other people. As a result, adolescents do not have the courage or the adolescent will be introverted which creates problems of adolescent social adjustment to the surrounding environment.

From this background, the formulation of the problem in this study is as follows:

1) What is the general description of the social adjustment of introverted adolescents?, 2) How is the application of assertive training techniques to the social adjustment of introverted adolescents? 3) What are the supporting and inhibiting factors in the application of assertive training techniques to the social adjustment of introverted youth? In accordance with the formulation of the problem, the research objectives are as follows: 1) To find out how the general description of introverted adolescent social adjustment. 2) To find out how the application of counseling with assertive training techniques to the social adjustment of introverted youth. 3) To find out how the supporting and inhibiting factors in the application of assertive training techniques to social adjustment in introverted adolescents.

The research method used is a qualitative research method, used to get pictures of the problems with a descriptive method. Data collection techniques used are observation, interviews, documentation. The research was carried out on March 25-May 14 2023 with five middle youth respondents, namely AJ, NF, MD, VA, and SN.

Based on the research conducted by researchers, it can be concluded: 1) conditions of social adjustment experienced by introverted adolescents in the Temugiring Village environment, namely shy, quiet, introverted, lack of social interaction, reluctant to accept friends' invitations, unable to express themselves in communication and not confident. 2) The application of assertive training techniques to the social adjustment of introverted adolescents is carried out by means of behavioral counseling through four stages, namely assessment, goal setting, technical implementation and evaluation/termination. The methods used in applying this assertive training technique are Modeling, Role Playing and Home Work methods. 3) The supporting factors in this study are the good relationship between counselors and adolescents as well as positive responses from adolescents who do not have social adjustment problems. And the inhibiting factor in this study is the closed personality of teenagers and some teenagers who experience problems that are still not open enough.

**Keywords:** *counseling, assertive training techniques, social adjustment, introverted youth.*



**FAKULTAS DAKWAH**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

---

---

Nomor : Nota Dinas  
Lamp :  
Hal : **Ujian Skripsi**  
**a.n Dini Qurrotul Aini**  
**NIM: 191520150**

Kepada Yth  
**Dekan Fakultas Dakwah**  
**UIN SMH Banten**  
Di –  
Serang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Dipermaiklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Dini Qurrotul Aini**, NIM: **191520150** yang berjudul: **Penerapan Teknik Assertive Training Terhadap Penyesuaian Sosial Remaja Introvert (Studi di Kp. Temugiring Kel. Banjar negara Kota Cilegon)**, telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak dan Ibu kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb*

Serang, 12 Juni 2023

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.**  
NIP. 197303282011011001

**Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

**PENERAPAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP  
PENYESUAIAN SOSIAL REMAJA *INTROVERT***  
(Studi di Kp. Temugiring Kel. Banjar Negara Kec. Ciwandan Kota Cilegon Banten)

Oleh:

**DINI OURROTUL AINI**

NIM: 191520150

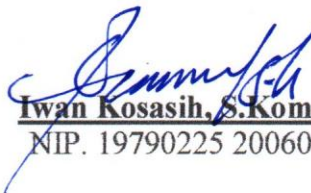
Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



**Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.**  
NIP. 197303282011011001

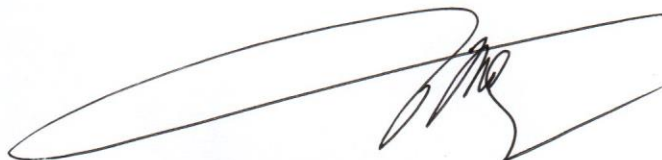


**Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui,

Dekan  
Fakultas Dakwah

Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling Islam



**Dr. H. Endad Musaddad, M.A.**  
NIP. 197206261998031002



**A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A.**  
NIP. 197506042006041001

## PENGESAHAN

Skripsi a.n **Dini Qurrotul Aini**, NIM: **191520150** yang berjudul: **Penerapan Teknik *Assertive Training* Terhadap Penyesuaian Sosial Remaja *Introvert* (Studi di Kp. Temugiring Kel. Banjar negara Kota Cilegon)**. Telah diujikan dalam sidang Munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 13 Juli 2023. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 13 Juli 2023

Sidang Munaqosah,  
Ketua Merangkap Anggota                      Sekretaris Merangkap Anggota



**Dr. Umdatul Hasanah, S.Ag., M.Ag.**  
NIP. 197005291996032001

Penguji I



**Tri Windi Oktara, S.Pd., M.Psi.**  
NIP. 199410292022032004

Anggota,

Penguji II



**Eneng Purwanti, M.A**  
NIP. 19780607 200801 2 014

Pembimbing I

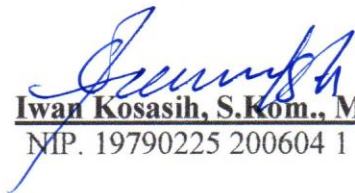


**Hj. Azizah Alawiyah B.Ed., M.A**  
NIP. 19771215 201101 2 004

Pembimbing II



**Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.**  
NIP. 197303282011011001



**Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

## **MOTTO**

“Sesungguhnya Bersama Kesulitan Itu Ada Kemudahan”

(Q.S Al- Insyirah: 6)

Kelemahan terbesar kita adalah bersandar pada kepasrahan, jalan yang paling jelas menuju kesuksesan adalah selalu mencoba, setidaknya satu kali lagi

-Thomas A. Edition-

Lakukanlah hal kecil dengan cinta yang besar agar memperoleh hasil yang maksimal 😊

## **PERSEMBAHAN**

Puji syukur atas karunia Allah SWT, skripsi ini penulis persembahkan kepada orang tua tercinta, ayahanda Yusi Amin S.Ag, ibunda Maslulah (alm) dan Maghfiroh. Yang tidak pernah berhenti memberikan support dan do'a nya sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini. Yang telah mengorbankan banyak waktu dan tenaganya untuk membimbing penulis sampai saat ini. Untuk kakak dan adik-adiku tercinta Muhammad Novan Aminullah S.T, Afnan Maulana Amin, Dzikri Maulana dan Arsyila Aghnia Sani yang sudah selalu memberikan support nya sampai saat ini. Muhammad Aldi Ramdani sebagai penyemangat untuk penulis, para sahabatku Windi Herawati, Anisa Putri dan Ainun Jariyah serta seluruh keluarga yang selalu mendukung. Dan seluruh teman-teman seperjuangan yang senantiasa saling mendukung dan mendoakan. Terimakasih untuk semua dukungan dan motivasi yang selalu hadir setiap harinya kepada penulis.



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Dini Qurrotul Aini, lahir di Cilegon, 26 Juli 2001. Saat ini penulis tinggal di Kampung Temugiring, Kelurahan Banjar Negara, Kota Cilegon, Banten. Penulis merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Yusi Amin dan Ibu Maslulah (Alm).

Pendidikan Formal yang ditempuh oleh penulis adalah SDN Banjar Negara lulus pada tahun 2013, kemudian melanjutkan pendidikan di SMPN 4 Cilegon lulus pada tahun 2016, selanjutnya melanjutkan pendidikan di SMAN 5 Cilegon dan lulus pada tahun 2019. Dan melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi negeri pada tahun 2019 pada program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Program studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas Rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada Program studi Bimbingan Konseling Islam. Shalawat dan salam penulis persembahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat-Nya sampai hari akhir.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan dengan segala usaha yang sungguh-sungguh akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Penerapan Teknik *assertive Training* Terhadap Penyesuaian Sosial Remaja *Introvert*”** (Studi di Kp. Temugiring Kel. Banjar Negara Kec. Ciwandan Kota Cilegon-Banten).

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini dapat membawa manfaat dalam khazanah ilmu pengetahuan.

Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak. Dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. KH. Wawan Wahyudin, M.Pd., Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasannudin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A., dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasannudin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M Fahrurrozi, S.Psi, M.A., ketua Program studi Bimbingan Konseling Islam Negeri Sultan Maulana Hasannudin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

4. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd., sekretaris Program studi Bimbingan Konseling Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
5. Bapak Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd., pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd., pembimbing II yang telah memberikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi kepada penulis.
7. Bapak dan ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasannudin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
8. Bapak ibu pengurus perpustakaan umum, staf akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasannudin Banten yang telah membantu dalam hal administrasi dan sumber bacaan.
9. Bapak Hidayattullah, S.Ap.,M.Si., kepala kelurahan Banjar Negara yang telah membantu proses izin lokasi penelitian.
10. Seluruh pihak kelurahan Banjar Negara yang telah memberikan banyak data dan informasi mengenai sejarah lokasi penelitian kepada penulis.
11. Seluruh keluarga, terutama kepada orang tua yang penulis sayangi ayahanda Yusi Amin S.Ag, ibunda Maslulah (alm) dan Maghfiroh yang senantiasa memberikan segala doa yang tiada henti, memberikan motivasi dan nasihat, serta para keluarga yang sudah banyak mendukung dan memotivasi penulis.
12. Kakak Muhammad Novan Aminullah S.T dan adik-adik Afnan Maulana Amin, Dzikri Maulana dan Arsyila Aghnia Sani. Yang selalu memberikan support selama penulis menyelesaikan skripsi.

13. Muhammad Aldi Ramdani sebagai penyemangat yang selalu memberikan dukungan selama penulis menyelesaikan skripsi.
14. Sahabat-sahabatku Windi Herawati, Anisa Putri dan Ainun Jariyah yang selalu ada untuk mendukung dan saling mendoakan.
15. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan BKI dan semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas semuanya.

Cilegon, 1 Juni 2023  
Penulis

**DINI QURROTUL AINI**  
NIM 191520150

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....   | i    |
| <b>ABSTRAK</b> .....                       | ii   |
| <b>ABSTRACT</b> .....                      | iii  |
| <b>NOTA DINAS</b> .....                    | iv   |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH</b> .....  | v    |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....             | vi   |
| <b>MOTTO</b> .....                         | vii  |
| <b>PERSEMBAHAN</b> .....                   | viii |
| <b>RIWAYAT HIDUP</b> .....                 | ix   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                | x    |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                    | xiii |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                  | xv   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....             | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah .....            | 1    |
| B. Rumusan Masalah .....                   | 5    |
| C. Tujuan Penelitian .....                 | 6    |
| D. Manfaat Penelitian .....                | 6    |
| E. Definisi Operasional .....              | 7    |
| F. Sistematika Penulisan .....             | 9    |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....         | 11   |
| A. Kerangka Teori .....                    | 11   |
| B. Kerangka Berfikir .....                 | 34   |
| C. Penelitian Terdahulu Yang Relevan ..... | 36   |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....     | 39   |
| A. Jenis penelitian .....                  | 39   |
| B. Setting Penelitian .....                | 39   |
| C. Instrumen Penelitian .....              | 40   |
| D. Sumber Data .....                       | 40   |

|   |           |
|---|-----------|
| E. Teknik Pengumpulan Data.....         | 41        |
| F. Teknik Analisis Data .....           | 42        |
| G. Teknik Keabsahan Data .....          | 44        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>45</b> |
| A. Hasil Penelitian.....                | 45        |
| B. Pembahasan .....                     | 54        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>              | <b>93</b> |
| A. Kesimpulan.....                      | 93        |
| B. Saran.....                           | 94        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                   |           |
| <b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>                |           |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 4. 1 Profil Responden Penelitian .....                 | 46 |
| Tabel 4. 2 Kondisi Awal Sebelum Melaksanakan Konseling ..... | 55 |
| Tabel 4. 3 Perubahan Responden Setelah Konseling .....       | 88 |