# Tinjauan Pustaka

**BAB II TINJAUAN TEORI**

Penelitian mengambil dari 5 skripsi terdahulu untuk dijadikan rujukan, dari telaah yang dilakukan, beberapa hasil penelitian yang terkait antara lain:

Pertama, Andini Dwi Yudhanti (2017) dengan judul skripsi “disparitas Psychological Well Being pada Waria Pekerja Seks Komersil dicermati berasal Harga Diri” akibat penelitian ini pertanda bahwa tidak ada disparitas psychological well being pada kedua grup waria (PSK dan Non PSK), artinya status sosial ekonomi bukanlah faktor penentu utama yg membedakan psychological well being kedua grup penelitian, yaitu gerombolan waria pekerja seks komersil dan waria bukan pekerja seks komersil (Non PSK). hasil penelitian pula mengatakan bahwa tidak terdapat perbedaan harga diri di ke 2 grup waria (PSK dan Non PSK), adalah status sosial ekonomi bukan penentu primer yg membedakan harga diri kedua grup penelitian, yaitu kelompok waria pekerja seks komersil (PSK) dan waria bukan pekerja seks komersil (Non PSK). menggunakan ciri masing-masing profesi tersebut menyampaikan dampak yg tidak sinkron terhadap harga diri.8 Hal ini disebabkan adanya perbedaan tanggung jawab yang diemban, tekanan yang mungkin dialami, juga termasuk pandangan masyarakat sekitar tentang pilihan profesi tersebut. Pandangan lingkungan tentang diri waria merupakan salah satu unsur pembentuk harga diri yang membangun penilaian waria tentang dirinya. Penilaian ini dapat memberikan gambaran tentang diri dalam rentang positif hingga negatif. Persamaan dalam penelitian

8 Andini Dwi Yudhanti.2017, *Perbedaan Psychological Well Being pada Waria Pekerja Seks dan Waria bukan Pekerja Seks Komersial ditinjau dari Harga Diri,*(skripsi psikologi Universitas Sebelas Maret)

8

terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sana meneliti tentang harga diri waria. Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian terdahulu adalah peneliti menggunakan metode kualitatif sedangkan Andini Dwi Yudhanti menggunakan metode kuantitatif.

Kedua, Risky Ananda (2022) dengan judul skripsi “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan *Self-Esstem* Siswa *Broken Home* Di Kelas XI MAN 4 Banjar” hasil penelitian ini menunjukan bahwa *Self-Esteem (*harga diri) yang dimiliki oleh siswa korban Broken home sebelum diberikannya layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat dilihat dari hasil pemberian *pre-test pre-test* (angket awal) dimana diambil 2 siswa dengan kriteria tinggi yaitu AN 78% dan R 76%, 2 siswa dengan kriteria sedang yaitu NS 54% dan SN 62%, dan 4 siswa dengan kriteria rendah yaitu MR 41%, RA 49%, NH 43%, dan SM 47%. Maka skor hasil dari *pre-test* (angket awal) sebesar 450% dengan rata-rata (mean) 56%. Setelah dilakukan pengujian dengan uji *wicoxon* terbukti bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik assertive training dapat meningkatkan *self-esstem* (harga diri) siswa *broken home* dikelas XI MAN 4 Banjar. Hal ini dapat dilihat dari niai Asymp.9 Sig. (2-tailed) sebesar 0,012 dengan demikian dapat diartikan bahwa hipotesis yang diajukan diterima karena dasar pada pengambilan *wilcoxon a*dalah <0,05 yang berarti (H0) ditolak dan (Ha) diterima karena adanya pengaruh pada *self-esteem* (harga diri) siswa *broken home* sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training.*

9 Risky Ananda. 2022, Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Self-Esstem Siswa Broken Home di Kelas XI MAN 4 Banjar, (skripsi BK, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari)

Persamaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti tentang meningkatkan harga diri dan menggunakan *Assertive Training.* Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian terdahulu adalah peneliti menulis tentang peran konseling kelompok dengan teknik *Assertive Traini*ng untuk meningkatkan Harga diri waria psk sedangkan Risky Ananda meneliti tentang Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* dalam meningkatkan *Self-Esstem* siswa *Broken Home* Dan peneliti menggunakan metode kualitatif sedangkan Risky Ananda menggunakan metode kuantitatif

Ketiga, Ferdinan Sihombing (2018) dengan judul skripsi “hubungan antara dukungan sosial dengan harga diri pada waria yang terhimpun dalam komunitas srikandi pasundan di Bandung” hasil penelitian ini menunjukan bahwa hanya 35% waria (53%) mendapatkan dukungan sosial pada kategori tinggi dari masyarakat. sesuatu dikatakan dukungan sosial ketika seseorang memiliki persepsi positif atas dukungan itu dan merasa nyaman atas segala bentuk perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterimanya dalam menghadapi stigma masyarakat.10 sedangkan penelitian menunjukan bahwa hanya 38 orang (57,6%) memiliki harga diri yang tinggi. Faktanya adalah mayoritas komunikasi waria harus menghadapi semacam diskriminasi dalam hal identitas mereka, dan karena itu, banyak dari mereka menderita harga diri yang rendah. Persamaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti tentang meningkatan harga diri. Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan

10 Ferdinan Sihombing. 2018, Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Harga Diri pada Waria yang Terhimpun dalam Komunitas Srikandi Pasundan Di Bandung. (STIKes Santos Borromeus)

dengan penelitian terdahulu adalah peneliti menggunakan metode kualitatif sedangkan Ferdinan Sihombing menggunakan metode penelitian kuantitatif.

Keempat, Dinar Fajar Istiqlal (2019) dengan judul skripsi Spiritualitas pada waria pekerja seks komersil di pesantren waria Al- fatah Yogyakarta” hasil penelitian ini menunjukan penerimaan dalam diri dan adanya komunitas seperti pesantren waria yang mendukung merupakan faktor penting bagi kaum waria ketika mereka ingin mengaktualisasikan diri, karena adanya penerimaan diri hingga saat ini mereka dapat bertahan dan nyaman dengan identitas waria.11 Ketika waria sudah nyaman dengan dirinya maka dalam menjalani hidup mereka mampu mencari kebahagiaan disituasi apapun. Persamaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah peneliti ini sama-sama membahas tentang waria pekerja seks komersial (PSK) dan sama-sama menggunakan metode kualitatif. Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian terdahulu adalah Dinar Pajar Istiqlal membahas tentang spiritualitas pada waria pekerja seks komersial sedangkan, penulis membahas tentang mengenai menuingkatkan harga diri waria pekerja seks komersial.

Kelima, Roudlatul Jannah Sofiyana (2016) dengan judul skripsi “Pola interaksi sosial masyarakat dengan waria di Pondok Pesantren khusus Al-Fatah senin kamis” hasil penelitian pada pola interaksi sosial yang terjadi pada waria dengan masyarakat yaitu melalui beberapa bentuk-bentuk yang digolongkan menjadi dua yaitu proses asosiatif dan

11 Dinar Fajar Istqlal. 2019, *Spiritualitas Pada Waria Pekerja Seks Komersial di Pesantren Waria Al-fatah Yogyakarta.* (skripsi Universitas Negeri Jakarta)

proses disosiatif.12 Dalam proses asosiatif ada kerjasama, akomodasi, asimilasi. Sedangkan proses disosiatif ada persaingan, kontrovesi, dan pertentangan. Dalam pelaksanaannya dilapangan pola interaksi sosial yang terjadi antara masyarakat dengan waria sangat baik dan masyarakat sekitar ponpes sangat mendukung didirikanya ponpes waria di desanya. Persepsi masyarakat yaitu ada yang negatif ada juga yang positif, tergantung dari sisi mana mereka menilainya. Persamaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama- sama menggunakan metode kualitatif. Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan degan penelitian terdahulu adalah fokus penelitiannya pada waria pekerja seks komersial (PSK) sedangkan skripsi Roudlatul Jannah Sofiyana fokus kepenelitian pada waria di pondok pesantren khusus.

# Kerangka Teori

Pembuatan kerangka teori ini bertujuan untuk mempermudah penulis dalam memahami semua variabel yang akan menjadi cikal bakal dari terbentuknya karya ilmiah yang akan disusun oleh penulis. Untuk mempermudah dalam membahas permasalahan yang ada dalam penelitian ini, maka penulis menggunakan teori-teori yang berkaitan dengan pembahasan.

# Konseling Individu

* + 1. **Pengertian Konseling Individu**

Konselor dan klien berbicara satu sama lain secara langsung untuk memecahkan masalah mereka. Ini dikenal sebagai konsultasi individu. Dalam konteks ini, konseling dianggap sebagai

12 Roudlatul Jannah Sofiyana. 2013, *Pola Interaksi Sosial Masyarakat Dengan Waria di Pondok Pesantren Khusus Al-Fatah Senin Kamis,* (skripsi Pendidikan Luar Sekolah, Universitas Negeri Semarang)

bentuk layanan yang paling penting dalam melaksanakan fungsi pengentasan masalah klien. Konseling dianggap sebagai "jantung" bimbingan. Klien akan memiliki masalah yang teratasi dengan baik setelah layanan konseling menyelesaikan tugasnya, dan upaya bimbingan lainnya hanya akan mengikuti atau bertindak sebagai pendamping..13

# Tujuan Konseling Individu

Tujuan umum dan khusus adalah dua tujuan dari konsultasi individu. Tujuan konseling biasanya tergantung pada masalah yang dihadapi oleh klien, tetapi umumnya bertujuan untuk membantu klien mengubah perilakunya ke arah yang lebih maju melalui pelaksanaan tugas perkembangan secara optimal, kemandirian, dan kebahagiaan hidup.

Dalam kebanyakan kasus, tujuan layanan konseling individu adalah untuk memasukkan masalah yang dialami klien ke dalam pertimbangan jika masalah tersebut diidentifikasi sebagai:14

* + - 1. sesuatu yang tidak disukai adanya
      2. sesuatu yang ingin dihilangkan
      3. sesuatu yang dilarang
      4. sesuatu yang dapat mengganggu kegiatan
      5. sesuatu yang dapat menyebabkan kerugian

Konseling tidak hanya berfokus pada penyembuhan atau pengentasan (curative) masalah, tetapi juga bertujuan agar klien dapat menghindari masalah dalam hidupnya (preventive), memperoleh pemahaman tentang dirinya dan lingkungannya,

13 Prayitno Dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling,* Jakarta: Rineka Cipta,2015,cet Ke 3. Hlm. 288-289

14 Prayitno,*Op.Cit*.,Hlm. 165

mempertahankan dan meningkatkan kondisi dirinya agar tetap baik, dan melakukan diri sendiri untuk mencapai semua hak- haknya sebagai pelajaran maupun sebagai warga negara (advokasi).15

# Fungsi Konseling Individu

Layanan konseling mempunyai beberapa fungsi yang dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan konseling. Adapun fungsi- fungsi konseling tersebut adalah:

* + - 1. Fungsi pemahaman

Fungsi pemahaman adalah Konseling menghasilkan pemahaman klien tentang dirinya sendiri (seperti bakat, minat, kondisi fisik), lingkungannya (seperti lingkungan alam sekitar), dan berbagai informasi (seperti informasi pendidikan dan karir).

* + - 1. Fungsi pencegahan

Konseling melakukan fungsi pencegahan dengan membantu klien mencegah atau menghindari berbagai masalah yang mungkin muncul yang dapat mengganggu, menghambat, dan menyebabkan kerugian dalam kehidupan dan proses perkembangannya.

* + - 1. Fungsi pengentasan

Fungsi ini menghasilkan kemampuan klien untuk memecahkan masalah-masalah yang dialami klien dalam kehidupan dan perkembangannya.

* + - 1. Fungsi pemeliharaan dan pengembangan

Salah satu fungsi konseling adalah pemeliharaan dan pengembangan, yang membantu klien mempertahankan dan

15 Hartono dan Boy Soedarmadji, *Op. Cit*, hlm. 32

mengembangkan berbagai potensi atau kondisi yang sudah baik agar mereka dapat berkembang secara konsisten dan berkelanjutan.

* + - 1. Fungsi advokasi

Fungsi konseling ini menghasilkan kondisi pembelaan yang melindungi klien dari berbagai bentuk pengingkaran atas hak-hak atau kepentingan pendidikan dan perkembangan mereka.

# Asas-asas Konseling Individu

Asas-asas konseling membantu mengembangkan proses yang ada untuk konseling individu. Konseling dimulai dengan pembicaraan pribadi antara klien dan konselor. Dalam suasana ini, proses konseling dikembangkan untuk membangun kemampuan unik klien untuk kebutuhan hidupnya. Beberapa asas konseling adalah sebagai berikut:16

* + - 1. Kerahasiaan

Segala rahasia pribadi klien dapat terungkap melalui hubungan interpersonal yang intens, terutama ketika itu berkaitan dengan klien. Konselor bertanggung jawab sepenuhnya untuk melindungi semua rahasia klien yang terbongkar. Kesuksesan pelayanan dijamin oleh keyakinan klien akan perlindungan.

* + - 1. Kesukarelaan

Seorang klien yang menerima konseling secara sukarela dan tanpa ragu meminta bantuan kepada konselor. Konsekuensinya, sebagai konselor, mereka harus memberikan

16 *Ibid*,hlm. 40-45

bantuan dengan tulus tanpa memaksa klien untuk mengikuti proses konseling.

* + - 1. Keterbukaan

Ketika konselor dan klien percaya bahwa konseling bersifat rahasia, keterbukaan berarti perilaku yang terus terang, jujur, dan tanpa keraguan. Konsep keterbukaan hanya dapat terjadi jika konselor dan klien dapat mematuhi prinsip kerahasiaan.

* + - 1. Kekinian

Masalah klien yang dibahas secara langsung selama konseling adalah masalah yang mereka alami saat ini, bukan masalah masa lalu atau yang mungkin mereka alami di masa mendatang.

* + - 1. Kemandirian

Salah satu tujuan dari konseling adalah untuk memberi klien kemampuan untuk menghadapi dan memecahkan masalahnya sendiri sehingga mereka dapat mandiri, tidak tergantung pada orang lain atau konselor. Fokus utama pelayanan konseling, yang harus disadari baik oleh klien maupun konselor, adalah kemandirian klien sebagai hasil dari konseling. Dengan demikian, konseling dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam kehidupan masyarakat klien.

* + - 1. Kegiatan

Kegiatan adalah seperangkat aktivitas yang harus dilakukan klien untuk mencapai tujuan konseling. Aktivitas itu dibangun klien bersama konselor dalam proses konseling,

dengan demikian pada diri konseli dapat mangalami kemajuan- kemajuan yang berarti sesuai dengan harapan.

* + - 1. Kedinamisan

Usaha pelayanan konseling menghendaki terjadinya perubahan pada diri klien, yaitu perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Perubahan perialaku itu bersifat maju (revolutionary) bukan perubahan kearah kemunduruan dengan demikian klien akan mengalami perubahan ke arah perkembangan pribadi yang dihendaki.

* + - 1. Keterpaduan

Layanan konseling berusaha memadukan aspek kepribadian klien, supaya mampu melakukan perubahan ke arah lebih maju. Keterpaduan antara minat, bakat, intelegensi, emosi, dan aspek kepribadian lainnya akan dapat melahirkan suatu kekuatan (potensi) pada diri klien.

* + - 1. Kenormatifan

Dalam layanan konseling individu adalah normatif, sebab tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agam, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan harus serasi dengan norma-norma yang berlaku.

* + - 1. Keahlian

Konselor haruslah seorang yang ahli dan profesional dalam pengembangan konseling individu untuk kepentingan klien. keahlian konselor itu diterapkan dalam suasana yang sukarela, terbuka dan aktif agar klien mampu mengambil keputusan sendiri dalam kondisi kenormatifan yang tinggi.

* + - 1. Alih Tangan Kasus

Tidak semua masalah yang dialami konseli menjadi wewenang konselor. Artinya konselor memiliki keterbatasan kewenangan, bila klien mengalami masalah emosi yang berat seperti stress berat, sakit jiwa, maka kasus ini di luar kewenangan konselor dan harus dialih tangankan kepada pihak lain, misalnya klien mengalami gangguan kepribadian berat maka menjadi wewenang psikiater, gangguan fisik (medis) maka menjadi wewenang dokter, dan sebagainya.

* + - 1. Tut Wuri Handayani

Asas ini memberikan makna bahwa layanan konseling merupakan bentuk pengaruh konselor kepada klien dalam arti positif, dan konselor juga mempengaruhi klien untuk dapat memahami dirinya, lingkungannya, serta menggunakan lingkungan sebagai aspek yang dapat berperan aktif dalam upaya mencapai tingkat perkembangan gold standard.

# Teknik Umum Konseling Individu

Teknik umum merupakan teknik konseling yang lazim digunakan dalam tahapan-tahapan konseling dan merupakan teknik dasar konseling yang harus dikuasai oleh konselor. Untuk lebih jelasnya, di bawah ini akan disampaikan beberapa jenis teknik umum:17

* + - 1. Perilaku Attending

Perilaku attending dapat juga dikatakan sebagai penampilan konselor yang menampakkan komponen-komponen

17 Neni Noviza, Hartika Utami Fitri, *Teknik Umum dan Teknik Khusus Dalam Konseling Individual,* Palembang: Noerfikri Offset, 2018, hlm. 29-41

perilaku non verbal, bahasa lisan, dan kontak mata. Karena komponen-komponen itu tidak mudah, perlu diperhatikan secara bertahap dan terus-menerus. Perilaku attending yang ditampilkan konselor akan mempengaruhi kepribadian klien yaitu : meningkatkan harga diri klien dan mencipatakan suasana yang aman bagi klien.

* + - 1. Empati

Empati adalah kemampuan konselor untuk merasakan apa yang dirasakan klien, merasa dan berfikir, bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien. Empati dilakukan bersama attending, tanpa perilaku attending mustahil terbentuk empati. Empati ada dua macam, yaitu:

* + - * 1. Empati primer yaitu bentuk empati yang hanya berusaha memahami perasaan, pikiran, keinginan, dan keinginan klien, dengan tujuan agar klien dapat terlibat dan terbuka.
        2. Empati tingkat tinggi yaitu keikutan konselor membuat klien tersentuh dan terbuka untuk mengemukakan isi hati yang terdalam, berupa perasaan, pikiran, pengalaman termasuk penderitaannya.
      1. Refleksi

Refleksi adalah konselor memantulkan kembali kepada klien tentang perasaan, pikiran, dan pengalaman klien sebagai hasil pengamatan terhadap perilaku verbal dan non verbalnya.Refleksi ada tiga yaitu refleksi perasaan, refleksi pengalaman dan refleksi pikiran.

* + - 1. Eksplorasi

Eksplorasi adalah teknik untuk menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran klien.Eksplorasi memungkinkan klien untuk bebas berbicara tanpa rasa takut, tertekan, dan terancam.Eksplorasi ada tiga macam yaitu eksplorasi perasaan, eksplorasi pengalaman, eksplorasi pikiran.

* + - 1. Menangkap Pesan Utama *(Parapharasing)*

Menangkap pesan (parapharasing) adalah teknik untuk menyatakan kembali esensi atau inti yang diungkapkan oleh klien dengan teliti mendengarkan pesan utama klien, mengungkapkan kalimat yang mudah dan sederhana.

* + - 1. Pertanyaan Terbuka *(Open Question)*

Pertanyaan terbuka yaitu teknik umum untuk memancing klien agar mau berbicara mengungkapkan perasaan pengalaman dan pemikirannya dapat digunakan dengan teknik pertanyaan terbuka.Pertanyaan terbuka yang baik dimulai dengan kata-kata; apakah, bagaimana, adakah, bolehkah, dan dapatkah.

* + - 1. Pertanyaan Tertutup *(Closed Question)*

Bentuk-bentuk pertanyaan yang sering dimulai dengan kata-kata; apakah, adakah, dan harus dijawab oleh klien dengan kata ya atau tidak atau dengan kata-kata singkat.

* + - 1. Dorongan Minimal

Suatu dorongan langsung yang singkat terhadap apa yang dikatakan klien, dan memberikan dorongan singkat seperti oh…, ya…, terus…, lalu…, dan…

* + - 1. Interpretasi

Yaitu teknik untuk mengulas pemikiran, perasaan, dan perilaku atau pengalaman klien dengan merujuk pada teori- teori, bukan pandangan subyektif konselor.

* + - 1. Mengarahkan *(Directing)*

Yaitu teknik untuk mengajak dan mengarahkan klien melakukan sesuatu.Misalnya menyuruh klien untuk bermain peran dengan konselor atau menghayalkan sesuatu.

* + - 1. Menyimpulkan Sementara

Pembicaraan antara konselor dan klien maju secara bertahap ke arah pembicaraan yang makin jelas maka setiap periode waktu tertentu konselor bersama klien menyimpulkan pembicaraan yang telah dilakukan.

* + - 1. Memimpin

Yaitu teknik untuk mengarahkan pembicaraan dalam wawancara konseling sehingga tujuan konseling tercapai.

* + - 1. Fokus

Yaitu teknik membantu klien memusatkan perhatian pada pokok pembicaraan.

* + - 1. Konfrontasi

Teknik yang menantang klien untuk melihat adanya inskonsistensi antara perkataan dengan bahasa tubuh, ide awal dengan ide berikutnya, senyum dan kepedihan dan sebagainya.

* + - 1. Menjernihkan

Teknik untuk menjernihkan ucapan-ucapan klien yang samar-samar, kurang jelas dan agak meragukan.

* + - 1. Memudahkan

Yaitu teknik untuk membuka komunikasi agar klien dengan mudah berbicara, menyatakan perasaan, pikiran, dan pengalamannya secara bebas.

* + - 1. Diam

Konselor menunggu klien yang sedang berfikir sejenak antara 5-10 detik.

* + - 1. Mengambil Inisiatif

Dilakukan konselor manakala klien kurang bersemangat untuk berbicara, sering diam, dan kurang berpartisipatif.

* + - 1. Memberikan Nasehat

Jika klien meminta nasehat konselor harus mempertimbangkan apakah pantas atau tidak.

* + - 1. Pemberian Informasi

Dalam hal ini informasi yang diminta klien sama halnya dengan pemberian nasehat. Jika konselor tidak memiliki informasi sebaiknya dengan jujur katakan tidak mengetahuinya, namun bila konselor mengetahui informasi upayakan klien supaya tetap mengusahakannya.

* + - 1. Merencanakan

Teknik ini digunakan menjelang akhir sesi konseling untuk membantu agar klien dapat membuat rencana atau tindakan, perbuatan yang produktif untuk kemajuan klien.

* + - 1. Menyimpulkan

Bersamaan dengan berakhirnya sesi konseling, maka sebaiknya konselor dapat menyimpulkan hasil pembicaraan secara keseluruhan yang menyangkut tentang pikiran, perasaan

klien sebelum dan setelah mengikuti proses konseling. Selain itu bantulah klien untuk memantapkan rencana rencana yang telah disusunnya.18

Teknik umum konseling yang telah dijelaskan diatas sangatlah penting dalam proses konseling. Karena teknik ini dapat dijadikan panduan bagi konselor dalam membantu klien untuk mengatasi masalah yang dihadapi serta konselor dapat mengidentifikasi masalah klien.

# Teknik Assertive Training

* + 1. **Pengertian Teknik *Assertive Training***

Asertivitas merupakan suatu kemampuan individu dalam mengkomunikasikan suatu yang diinginkan dan dipikirkan dengan menjaga perasaan dan hak orang lain tanpa menyinggung perasaan orang lain.19

*Assertive training* merupakan latihan yang digunakan untuk membantu mereka yang mengalami kesulitan dalam menyatakan diri mereka untuk melakukan atau melakukan tindakan yang benar dan layak. "Penerapan latihan ini dapat digunakan untuk membantu individu yang mengalami kesulitan dalam menyatakan "tidak", individu yang mengalami kesulitan menyampaikan perasaan tersinggung, serta menyampaikan penolakan dan hal positif lainnya.

*Assertive training* dapat diterapkan pada situasi interpersoal dimana individu mengalami keuslitan dalam menerima kenyataan

18 Neni Noviza, Hartika Utami Fitri, *Teknik Umum dan Teknik Khusus Dalam Konseling Individual,* Palembang: Noerfikri Offset, 2018, hlm. 41

19 Hetti Rahmawati, *Modifikasi Perilaku Manusia*. Hlm 63.

atau menegaskan bahwa apa yang dilakukannya adalah tindakan yang layak dan benar.20

*Assertive training* merupakan perlakuan untuk membantu individu dalam menyampaikan perasaannya yang berisikan instruksi, arahan, serta praktek sikap asertif dalam situasi yang lebih spesifik, kemudian hal tersebut dilakukan secara konsisten sehingga individu akan mampu melakukannya pada situasi yang lebbih umum. Dengan adanya pelatihan asertif akan membantu individu dalam menyatakan ataupun mengungkapkan ,perasaan, pemikiran ,dengan bebas, dan asertifitas individu akan meningkat.21

Jadi dapat disimpulkan bahwa *assertive training* adalah teknik yang dapat digunakan untuk melatih individu yang mengalami kesukaran ketika hendak menyampaikan perasaan yang dialaminya dan tidak dapat mengungkapkan pendapatnya.

Dalam hal ini terdapat hal-hal yang ada pada individu yang dapat dibantu dengan *assertive training,* yaitu:

1. Ketidak mampuan untuk memulai, menyambung dan mengakhiri percakapan
2. Ketidak beranian untuk menolak dengan mengatakan “tidak”
3. Tidak dapat mengajukan pertanyaan dan keinginan
4. Kesulitan mengungkapkan perasaan suka dan tidak suka terhadap suatu hal
5. Individu yang mengalami kecemasan dalam dirinya, sepereti:

20 Gerald Corey*, Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi,* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hlm.213

21 Joni Afri, Freddi Sarman, Rully Andiyaksa, 2019, *Meningkatkan Perilaku Asertuf Siswa dengan Menggunakan Teknik Assertive Training Pada Siswa*. Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan, Vol. 2, No. 1

* 1. Takut ditinggalkan
  2. Merasa kurang layak dalam pergaulan sosialnya

Pada umumnya orang yang enggan untuk melakukan perilaku asertif berpikiran bahwa dalam dirinya mempunyai rasa takut, seperti takut menyakiti perasaan orang lain, takut dirinya tidak disukai dan takut dirinya akan ditinggalkan orang lain. Orang yang enggan melakukan perilaku asertif pada umumnya banyak dijumpai pada individu-individu yang memiliki karakteristik pasif, kurang percaya diri, depresif, merasa kalah, tidak mampu mengambil keputusan, tidak mampu membuat rencana, agresif, dan bermusuhan.

# Tujuan Assertive Training

*Assertive training* bertujuan untuk melatih individu agar mampu berperilaku asertif dalam berhubungan dengan lingkungan sekitarnya serta mengatasi kecemasan yang dialami oleh individu dan meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap dirinya sendiri serta lingkungannya sehingga mampu meningkatkan kehidupan pribadi dan sosialnya.

*Training* dirancang untuk memberikan bimbingan pada individu agar mampu mengungkapkan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa setiap individu memiliki hak untuk mengekspresikan perasannya secara bebas dan menjadi dirinya sendiri. Selain itu assertive training juga dapat digunakan untuk mengurangi permasalahan kecemasan pada individu serta meningkatkan kemampuan interpersonal individu.

Dalam pemberian *assertive training* ini diharapkan dapat meningkatkan perilaku yang efektif pada individu agar tercapai

kualitas hidup yang lebih baik, serta dapat meningkatkan kemampuan diri individu dalam menyampaikan dan mengekspresikan dirinya dengan baik dalam berbagai situasi dengan tetap menjaga perasaan dan kesalahpahaman dari pihak lain.

Efek dari pemberian terapeutik (penyembuhan) dari *assertive training* antara lain meningkatkan kemampuan inividu dalam mengambil sikap dalam segala situasi sosial, pemecahan masalah yang dapat dilakukan untuk menghindarkan permasalahan baru.22

* + 1. **Prosedur Dasar dalam Pemberian *Assertive Training***

Prosedur dasar dalam pemberian *assertive training* yaitu:

1. Memberikan informasi terkait perbedaan antara asertif, agresif, non asertif, dan sopan.
2. Membantu individu dalam mengidentifiasi hak-hak pribadi pada dirinya dan orang lain
3. Pemikiran dan perilaku yang menghambat aktualisasi sikap asertif
4. Mengembangkan perilkau asertif secara langsung melalui praktek praktek dalam pelatihan.

Metode dalam pemberian *assertive training* ini dilakukan untuk mengurangi rasa takut yang berhubungan dengan situasi sosial dan interpersonal. Keputusan dalam pemberian latihan asertif ini dilakukan dari hasil interview. Dalam mendengarkan klien, terapis mempelajari bagaimana klien berinteraksi dengan lingkungannya, pola interaksi dan tingkat kecemasan.

22 Gerald Corey, *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi,* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hlm.217

*Assertive training* terdiri dari tiga tahap, yaitu:

1. *Role playing*

Dalam tahap ini klien dan terapis melakukan bermain peran. *Role playing* ini digunakan untuk melatih klien bagaimana klien harus berbuat pada situasi tertentu. Misalnya ketika klien berinteraksi dengan seseorang apakah klien mampu mengatakan dan mengekspresikan apa yang ia sukai dan sebagainya. Dalam tahap ini klien berperan sebagai dirinya sendiri dan terapis berperan sebagai orang yang diberi reaksi klien.

1. *Modeling*

Dalam tahap modeling praktikan memberikan contoh perilaku ketika klien berhubungan sosial dengan orang lain. Kemudian klien diharapkan dapat meniru perilaku yang dilakukan oleh praktikan.

1. *Social reward & coaching*

Pada tahap ini, terapis diperbolehkan memberikan komentar dan tanggapan terhadap apa yang dilakukan oleh klien. Hal ini merupakan salah satu yang penting dalam pemberian assertive training. Terapis tidak hanya memberikan komentar dan masukan kepada klien agar klien memperoleh kemajuan dalam perilakunya, akan tetapi terapis juga memberikan *feedback* dan dorongan kepada klein agar memperoleh kemajuan tingkat asertifnya.

* + 1. **Langkah-Langkah Teknik *Assertive Training***

Terdapat beberapa langkah yang dilakukan dalam *assertive training,* yaitu:

1. Konselor dan konseli merancang dan menentukan situasi dimana konseli merasa kesulitan dalam menyampaikan perilaku asertif Situasi yang digambarkan harus jelas dan detil, sehingga konseli dapat menggambarkan dan menerangkan seperti apa yang dihadapinya dalam kenyataan.
2. Konselor dan konseli melakukan peran masing-masing pada adegan role playing. konselor memberikan masukan dan dorongan kepada konseli kususnya pada ekspresi wajah, sikap tubuh, nada suara, kontak mata, dan sebagainya. Dalam tahap ini modeling juga diberikan.
3. Selanjutnya konseli mencoba mempraktikan perilaku yang sudah dilatih pada situasi kehidupan sehari-hari. Yang harus dilakukan konselor adalah memberikan pekerjaan rumah kepada konseli sebagai target perilaku yang hendak dicapai.
4. Diskusi kembali terkait hasil yang dicapai klien dilakukan saat pertemuan selanjutnya.

# Harga Diri

* 1. **Pengertian Harga Diri**

Menurut Santrock harga diri merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri yang merupakan sikap penerimaan atau penolakan serta seberapa besar individu percaya pada dirinya, merasa mampu, berarti, berhasil, dan berharga. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan menerima dan menghargai dirinya sendiri apa adanya. Penilaian yang tinggi terhadap diri sendiri adalah penilaian

terhadap kondisi diri, menghargai kelebihan dan potensi diri, serta menerima kekurangan yang ada, sedangkan yang dimaksud penilaian rendah terhadap diri sendiri adalah penilaian tidak suka atau tidak puas dengan kondisi diri sendiri, tidak menghargai kelebihan diri dengan melihat diri sebagai sesuatu yang selalu kurang.23

Menurut Clemes dan Bean harga diri merupakan dasar bagi pertumbuhan positif dalam hubungan kemanusiaan, belajar, kreatifitas, dan tanggung jawab pribadi. Self esstem (harga diri) merupakan semen yang mengikat kepribadian anak bersama-sama menjadi struktur yang positif, terpadu dan efektif. Harga diri itu sendiri berasal dari fikiran, perasaan, sensasi, dan pengalaman yang telah dikumpulkan sepanjang tentang kehidupan.

Menurut Coopersmith harga diri merupakan evaluasi yang dibuat oleh individu yang biasanya mempertahankan segala sesuatu yang berkenaan dengan dirinya sendiri dari konsep tersebut Coopersmith menjelaskan bahwa harga diri mengekspresikan setuju atau tidak setuju dan menunjukkan sikap kepercayaan individu terhadap dirinya untuk menjadi mampu, penting, berhasil dan berharga. Jadi harga diri adalah private judgment (penilaian pribadi) mengenai perasaan pantas yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri baik secara positif ataupun negatif. Individu memiliki penilaian diri yang positif akan mampu menerima dirinya apa adanya dengan

23 Muhammad Ramadhan, *Strategi Waria Mencari Nafkah di Kota Surabaya,*

(skripsi Universitas Airlangga 2019),hlm 89

segala kekurangan dan kelebihannya. Sebaliknya dengan individu yang memiliki harga diri negatif tidak menerima kekurangan dan kelemahan dirinya.

# Aspek-aspek Harga Diri

* + 1. Perasaan Berharga

Perasaan berharga adalah perasaan yang dimiliki individu ketika individu tersebut merasa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain. Individu yang merasa dirinya berharga cenderung dapat mengontrol tindakan-tindakannya terhadap dunia diluar dirinya. Selain itu individu tersebut juga dapat mengekspresikan dirinya dengan baik dan dapat menerima kritik dengan baik.

* + 1. Perasaan Mampu

Perasaan mampu merupakan perasaan yang dimiliki oleh individu pada saat dia merasa mampu mencapai suatu hal yang diharapkan. Individu yang memiliki perasaan mampu umumnya memiliki nilai-nilai dan sikap yang demokratis serta orientasi yang realities. Individu ini menyukai tugas baru yang menantang, aktif dan tidak cepat bingung bila segala sesuatu berjalan diluar rencana. Mereka tidak menganggap dirinya sempurna tetapi sadar akan keterbatasan diri dan berusaha agar ada perubahan dalam dirinya. Bila individu merasa telah mencapai tujuannya secara efisien maka individu akan menilai dirinya secara tinggi.

* + 1. Perasaan Diterima

Perasaan diterima merupakan perasaan yang dimiliki individu ketika ia dapat diterima sebagai dirinya sendiri oleh

suatu kelompok. Ketika seseorang berada pada suatu kelompok dan diperlakukan sebagai bagian dari kelompok tersebut, maka ia akan merasa dirinya diterima serta dihargai oleh anggota kelompok itu. Aspek harga diri adalah dicintai, disayangi,dikasihi orang lain dan mendapat penghargaan dari orang lain.24

Harga diri rendah apabila:

1. Kehilangan kasih sayang atau cintah kasih dari orang lain.
2. Kehilangan penghargaan dari orang lain.
3. Hubungan interpersonal yang buruk,

Berdasarkan beberapa aspek tersebut dapat disimpulkan bahwa aspek harga diri adalah perasaan berharga yaitu perasaan yang dimiliki individu ketika individu tersebut merasa dirinya berharga dan dapat menghargai orang lain.

# Faktor-faktor Harga Diri Mempengaruhi Harga Diri

Harga diri dalam perkembangan terbentuk dari hasil interaksi individu dengan lingkungan dan atas sejumlah pengehargaan, penerimaan, dan pengertian orang lain terhadap dirinya. Beberapa faktor yang memengaruhi harga diri di antaranya.

* + 1. Faktor Jenis Kelamin

Wanita selalu dirinya lebih rendah dari pada pria seperti perasaan kurang mampu, kepercayaan diri yang kurang mampu, atau merasa harus dilindungi. Hal ini mungkin terjadi karena

24 Aryadi Anggara, *Hubungan Harga diri dengan kecemasan berkomunikasi terhadap lawan jenis pada remaja siswi kelas xi di SMA Muhammadiyah 6 Palembang*,2018,hlm 35

peran orang tua dan harapan-harapan masyarakat yang berbeda- beda baik pada pria mapun wanita.

* + 1. Intelegensi

Intelegensi sebagai gambaran lengkap kapasitas fungsional individu sangat erat berkaitan dengan prestasi karena pengukuran intelegensi selalu berdasarkan kemampuan akademis. Individu dengan harga diri yang tinggi akan mencapai prestasi akademik yang tinggi dari pada individu dengan harga diri yang rendah. Selanjutnya dikatakan individu dengan harga diri yang tinggi memiliki skor inteligensi yang lebih baik. Taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha keras.

* + 1. Kondisi Fisik

Adanya hubungan yang konsisten antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri. Individu dengan kondisi fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih baik dibandingkan dengan kondisi fisik yang kurang menarik.

* + 1. Lingkungan Keluarga

Peran keluarga sangat menentukan bagi perkembangan harga diri. Dalam keluarga, seorang anak untuk pertama kalinya mengenal orang tua yang mendidik dan membesarkannya serta sebagai dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menemukan suatu kondisi dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menemukan suatu kondisi dasar untuk mencapai perkembangan harag diri anak yang baik.

* + 1. Lingkungan Sosial

Harga diri di mulai dari seseorang yang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses lingkungan, pengehargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya.

# Ciri-ciri Harga Diri Tinggi dan Rendah

Ciri-ciri harga diri terbagi menjadi dua yaitu ciri-ciri harga diri tinggi dan rendah sebagai berikut:25

* + 1. Ciri-ciri orang yang harga dirinya tinggi
       1. Merasa mampu mempengaruhi pendapat atau perilaku orang lain dnegan cara yang positif.
       2. Mampu mengkomunikasikan perasaan-perasaan dan emosi- emosinya dalam berbagai situasi.
       3. Merespon situasi baru dengan cara positif dan percaya diri.
       4. Menunjukan tingkat toleransi, tingkah terhadap frustasi yang tinggi.
       5. Menerima tanggung jawab.
       6. Mempertahankan situasi (positif maupun negatif) dengan perspektif yang layak.
       7. Mengkomunikasikan perasaan-perasaan positif tentang diri mereka.
       8. Memiliki kemampuan kontrol internal (percaya bahwa apapun yang terjadi pada mereka merupakan akibat dari tingkah laku dan tindakan mereka sendiri).

25 Muhammad Yuliansyah, *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Broken Home Di Kelas XI MAN 4 Banjar,* (Jurnal Mahasiswa BK An-Nur, Vol 8 2022), Hlm 3

* + 1. Ciri-ciri harga diri rendah sebagai berikut:
       1. Secara konsisten mengkomunikasikan pernyataan-pernyataan yang merendahkan orang lain.
       2. Menunjukan ketidakberdayaan.
       3. Tidak ikhlas.
       4. Mempraktekan perfeksionisme.
       5. Menjadi sangat tergantung,
       6. Menunjukkan kebutuhan akan penerimaan yang berlebihan, hasrat yang besar untuk menyenangkan figur-figur yang berkuasa.
       7. Kesulitan mmebuat keputusan.
       8. Menunjukan toleransi yang rendah terhadap kekecewaan.
       9. Menjadi sangat defnsif.

Jadi disimpulkan bahwa ciri-ciri harga diri ini, memiliki ciri-ciri harga diri yang bermacam-macam, dimana harga diri ada yang tinggi dan harga diri yang rendah, dimana mencerminkan pada perasaan dirinya sendiri dan sikapnya dalam kehidupannya, baik di dalam diri maupun diluar diri, baik itu yang baik maupun sikap yang buruk.

# Karakteristik Individu dengan Harga Diri Tinggi dan Rendah

* + 1. Individu dengan harga diri yang tinggi:
       1. Aktifitas dan dapat mengekspresikan diri dengan baik.
       2. Berhasil dalam bidang akademik dan menjalani hubungan sosial.
       3. Dapat menerima kritik dengan baik.
       4. Percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri.
       5. Tidak terpaku pada dirinya atau hanya memikirkan kesulitan sendiri.
       6. Memiliki keyakinan sendiri, tidak didasarkan atas fantasi, karena mempunyai kemampuan, kecakapan dan kualitas diri yang tinggi.
       7. Tidak berpengaruh oleh penilaian orang lain tentang kepribadian.
       8. Lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana yang menyenangkan sehingga kecemasannya rendah dan memiliki ketakutan diri yang seimbang.
    2. Individu dengan harga diri yang rendah:26
       1. Memiliki perasaan inferior.
       2. Takut gagal dalam membina hubungan sosial.
       3. Terlibat sebagai orang yang putus asa dan depresi.
       4. merasa diasingkan dan tidak diperhatikan.
       5. Kurang dapat mengekspresikan diri.
       6. Sangat tergantung pada lingkungan.
       7. Menggunakan banyak taktik memperhatikan diri.
       8. Tidak konsisten.
       9. Secara pasif mengikuti lingkungan.
       10. Mudah mengakui kesalahan.

# Waria

* 1. **Pengertian Waria**

Menurut KBBI, waria adalah pria yang bersifat dan bertingkah laku seperti wanita, pria yang mempunyai perasaan seperti wanita. Ada diantaranya mereka yang masih

26 *Ibid,*hlm 4

mempertahankan ciri fisik laki-laki dan ada pula yang berusaha untuk menghilangkan ciri maskulinitasnya.

Kaum waria merupakan salah satu penyandang masalah kesejahteraan sosial di indonesia, baik di tinjau dari segi psikologis, sosial, norma, maupun secara fisik. Kehidupan mereka cenderung hidup bergelamor dan eksklusif atau membatasi diri pada komunitasnya saja. Mereka sering terjerumus pada dunia pelacuran dan hal-hal lain yang menurut agama, aturan, dan nilai masyarakat menyimpang.27 Secara fisik memang menggambarkan mereka adalah laki-laki tetapi sifat dan perilaku menggambarkan wanita.

Di Indonesia, masalah yang dihadapi kaum waria sangat rumit dan kompleks karena banyak faktor yang tidak membantu mereka menjalani kehidupan yang layak. Faktor intern, seperti hidup sendiri dan terbatas pada komunitas, serta faktor ekstern, seperti kekurangan pendidikan, kemiskinan, dan ketidakterampilan keluarga. Kaum waria cenderung terjerumus ke dalam situasi dan kondisi yang menyimpang, seperti menjadi pelacur, pengemis, pengangguran, dan lainnya. Perilakunya berdampak pada kesehatan dan kesehatan fisiknya serta kehidupan sosialnya, seperti penyakit kelamin, kulit, HIV/AIDS, narkoba, dan penyakit menular lainnya.

# Ciri-ciri Waria

Waria adalah individu berciri fisik kelamin pria, tetapi cemderung menampilkan diri sebagai perempuan, baik dalam penampilan maupun perilaku. Ada di antara mereka yang masih pertahankan ciri fisik laki-laki dan ada pula yang berusaha untuk menghilangkan ciri maskulinitasnya.

27 Gusman Lesmana,S.Pd, M.Pd, *Bimbingan Konseling Populasi Khusus*, Medan: Prenamedia,2020,hal 81

# Faktor Penyebab Adanya Waria

Ada tiga faktor penyebab seseorang menjadi waria yaitu:

* + 1. Biogenetik

Seseorang menjadi waria disebabkan atau dipengaruhi oleh faktor biologis atau jasmaniah, dimana yang bersangkutan menjadi waria dipengaruhi oleh lebih dominannya hormon seksual perempuan dan merupakan faktor genetik seseorang. Selain itu, neuron yang ada di waria sama dengan neuron yang dimiliki perempuan. Dominannya neuron dan hormon seksual perempuan memengaruhi pola perilaku seseorang menjadi feminim dan perilaku perempuan.

* + 1. Psikogenetik

Seseorang menjadi waria juga ada yang disebbakan oleh faktor psikologis, dimana pada masa kecilnya, anak laki-laki menghadapi permasalahan psikologis yang tidak menyenangkan baik dengan orangtua, jenis kelamin yang lain, frustasi hetereseksual, adanya iklim keluarga yang tidak harmonis yang memengaruhi perkembangan psikologis anak maupun keinginan orang tua memiliki anak perempuan namun kenyataannya anaknya adalah seorang laki-laki. Kondisi tersebut telah menyebabkan perlakuan atau pengalaman psikologis yang tidak menyenangkan dan telah membentuk perilaku laki-laki menjadi feminim bahkan kewanitaan.28

* + 1. Sisiogenetik

Keadaan lingkungan sosial yang kurang kondusif akan mendorong adanya penyimpangan perilaku seksual. Berbagai

*28 Ibid*, hlm 82

stigma dan pengasingan masyarakat terhadap komunitas waria memosisikan diri waria membentuk atau berkelompok dengan komunitasnya. Kondisi tersebut ikut mendorong para wanita untuk bergabung dalam komunitasnya dan semakin matang menjadi seorang waria, baik dalam perilaku maupun orientasi seksualnya.

1. Dalam beberapa kasus, sulitnya mencari pekerjaan bagi para lelaki tertentu di kota besar menyebabkan mereka mengubah penampilan menjadi waria hanya untuk mencari nafkah atau yang lama kelamaan menjadi permanen.
2. Pada keluarga tertentu, kesalahan pola asuh yang diterapkan oleh keluaga terhadap anggota keluarganya terutama yang dialami oleh anak laki-lakinya dimasa kecil. Seperti keinginan orangtua memiliki anak perempuan, sehingga ada sikap dan perilaku orang tua yang mempersepsikan anak lelakinya sebagai anak perempuan dengan memberikan pakaian anak perempuan, maupun mendandani anak laki- lakinya layaknya seperti anak perempuan.

# Kerangka Berpikir

Kerangka berfikir merupakan salah satu modal atau gambaran yang berupa variabel yang satu dengan variabel yang lain. Oleh karena itu, sebaiknya kerangka berfikir tersebut dibuat dalam bentuk diagram atau juga skema dengan tujuan untuk dapat dapat mempermudah memahami beberapa variabel data kemudian dipelajari ditahap selanjutnya.



# Bagan 2.1 Kerangka Berpikir

Waria:

Hubungan interpersonal yang buruk Kehilangan penghargaan dari orang lain

Tidak memperoleh kepuasan diri dari penampilan dan pelaksanaan tanggung jawab.

Pelaksanaan Teknik Assertive Training

Sesi 1: Merancang dan meentukan situasi dimana konseli merasa kesulitan dalam menyampaikan perilaku asertif

Sesi 2: Konselor memberikan masukan dan dorongan kepada konseli Sesi 3: Konseli mencoba memperaktikan perilaku yang sudah dilatih

pada situasi kehidupan sehari-hari.

Sesi 4: diskusi kembali terkait hasil yang dicapai klien.

Waria:

Individu menjaga hubungan interpersonal yang baik Individu mampu mendapatkan penghargaan dari orang lain Individu memperoleh kepuasan diri dari penampilan dan pelaksaan tanggung jawab