UPAYA MENINGKATKAN ASERTIVITAS MELALUI LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA ASUH KELAS IX SMP NEGERI 1 SAKRA BARAT

Dahman
SMP Negeri 1 Sakra Barat
dahmand07@gmail.com

Abstract

This study aims to determine whether group guidance services can improve the assertiveness of class IX students of SMPN 1 Sakra. The sampling technique used in this study was random sampling, by randomly taking 20 students. Methods of collecting data using a psychological scale. Validity test: Product Moment correlation formula and reliability: Alpha formula. Sample homogeneity: Chi quadratic formula. Data analysis: Wilcoxon test. Based on the results of the pre test average student assertiveness in the experimental group 57% (low) and the control group 61% (moderate). Whereas in the post test results in the experimental group after being given group guidance services, the average student assertiveness became 75% (high) and the post test results of the average assertiveness of the control group students who were not given group guidance services became 62% (moderate). Wilcoxon test results obtained $T_{hitung} = 6$ and $T_{tabel} = 8$. If $T_{hitung} < T_{tabel}$ then H_0 is rejected and H_a is accepted. Because $T_{hitung} < T_{tabel}$ then there is a significant difference between the value of the post test of the two sample groups, it means that group guidance services can improve student assertiveness.

Keywords: Assertiveness, Group Guidance

Abstrak : Guidance Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan asertivitas siswa kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling, dengan mengambil sampel siswa secara acak yang berjumlah 20 orang. Metode pengumpulan data dengan menggunakan skala psikologi. Uji validitas: rumus korelasi Product Moment dan reliabilitas: rumus Alpha. Homogenitas sampel: rumus Chi Kuadrat. Analisis data: uji Wilcoxon. Berdasarkan hasil pre test rata-rata asertivitas siswa pada kelompok eksperimen 57% (rendah) dan kelompok kontrol 61% (sedang). Sedangkan pada hasil post test pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, rata-rata asertivitas siswa menjadi 75% (tinggi) dan hasil pos test rata-rata asertivitas siswa kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok menjadi 62% (sedang). Hasil uji Wilcoxon diperoleh $T_{hitung} = 6$ dan $T_{tabel} = 8$. Apabila $T_{hitung} < T_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Karena $T_{hitung} < T_{tabel}$ maka ada perbedaan yang signifikan

antara nilai post test kedua kelompok sampel, itu berarti layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan asertivitas siswa.

Kata kunci : Asertivitas, Bimbingan Kelompok

PENDAHULUAN

Assertiveness atau tegas sering disebut pula dengan ketegasan diri berarti bahwa perilaku orang yang cenderung dapat menyatakan apakah dirinya setuju atau tidak. sikap tegas adalah menuntut hak pribadi dan menyatakan pikiran, perasaan, dan keyakinan dengan cara langsung jujur dan tepat. Orang menjadi asertif atau tegas berarti bahwa orang tersebut telah belajar dari hidupnya untuk mendapatkan apakah dia lurus dan tegas dan berkomunikasi dengan cara yang jujur serta konstruktif. Orang yang asertif tidak membiarkan orang lain menghalangi jalur pemenuhan kebutuhannya dan berkomunikasi dengan sopan, halus dan baik sehingga orang lain merasa mendapat perlakuan yang menyenangkan dan pada gilirannya orang lain tersebut akan mengerti apa yang dikomunikasikan. Dengan demikian maka akan tercipta suatu hubungan yang baik dengan orang lain sehingga komunikasi menjadi menyenangkan¹. perilaku asertif adalah mengekspresikan perasaan, pikiran, dan harapan, dan tetap mempertahankan hak sebagai insan manusia tanpa melanggar hak asasi orang lain. Perilaku asertif lebih mengacu pada cara mengatakan apa yang kita maksudkan dan menghormati diri sendiri dan orang lain².

Kemampuan mengekspresikan perasaan secara terbuka kepada orang lain khususnya terhadap apa yang kita inginkan, akan memaksimalkan peluang mendapatkan lebih apa yang kita inginkan. Jika biasanya seorang pasif, lalu agresif terhadap orang lain, maka tindakan tersebut mengurangi harga diri dan percaya diri. Agresif biasanya menyebabkan orang menghindari kita. Dengan bertindak asertif, kita mendapatkan lebih apa yang diinginkan apapun kondisinya. Nantinya akan muncul harga diri dan memberikan percaya diri untuk bertindak asertif. Adalah penting untuk bertindak asertif tidak hanya untuk mendapatkan lebih dari apa yang kita inginkan tetapi juga merasakan lebih baik terhadap diri sendiri dan perilaku kita.

Selain itu karakteristik orang asertif juga dapat dilihat dari kemampuan untuk berprinsip kuat yaitu, mempunyai pandangan yang positif dan dalam berkomunikasi

¹ Sugiyo. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES Press.

² French, Astrid. 1998. *Ketrampilan Berkomunikasi antar Pribadi*. Indonesia: Kentindo Soho.

antar pribadi walaupun dengan teman mereka selalu membantah apabila tidak setuju namun tetap menunjukkan sikap yang sederhana dengan teman tersebut. Tidak mudah dipengaruhi juga termasuk dalam karakteristik orang yang asertif yaitu, tidak mudah dibujuk walaupun yang membujuk adalah teman atau atasan mereka. Keaneka ragaman individu yang ada terkadang membuat kita kurang dapat membedakan individu yang asertif maupun individu yang agresif atau bahkan cenderung pasif.

Berdasarkan hasil catatan layanan Bimbingan dan Konseling setiap pelaksanaan layanan konseling individu maupun konseling kelompok di SMP Negeri 1 Sakra Barat pada Semester Ganjil 2017/2018 mayoritas siswa asuh lebih banyak terdiam mendengarkan atau terkadang menjawab seadanya ketika konselor bertanya. Hal yang sama juga terjadi pada saat pembelajaran di ruang kelas siswa lebih banyak terdiam pada saat guru mata pelajaran memberikan materi. Siswa masih merasa malu-malu untuk mengungkapkan perasaan dan lebih banyak diam pada saat mengikuti kegiatan.

KAJIAN TEORI

Konsep Dasar Perilaku Tegas (Asertif)

Assertive berasal dari kata asing *to assert* yang berarti menyatakan dengan tegas. Secara harfiah perilaku asertif adalah kemampuan untuk menyatakan atau menegaskan pikiran, perasaan, tindakan, keinginan dan kebutuhan dengan jelas tanpa menimbulkan konflik dengan orang lain.

“Perilaku asertif adalah mengekspresikan perasaan, pikiran, dan harapan, dan tetap mempertahankan hak sebagai insan manusia tanpa melanggar hak asasi orang lain”. Perilaku asertif lebih mengacu pada cara mengatakan apa yang kita maksudkan dan menghormati diri sendiri dan orang lain³. Asertif merupakan ketrampilan yang dapat kita miliki, bukan sifat pribadi. Orang yang memiliki perilaku asertif adalah mereka yang menilai bahwa orang boleh berpendapat dengan orientasi dari dalam, dengan tetap memperhatikan sungguh-sungguh hak-hak orang lain. Mereka umumnya memiliki kepercayaan diri yang kuat. Kemampuan asertif (ketegasan, keberanian menyatakan pendapat) meliputi tiga komponen dasar yakni: 1)

³ French, Astrid. 1998. *Ketrampilan Berkomunikasi antar Pribadi*. Indonesia: Kentindo Soho.

Kemampuan mengungkapkan perasaan (misalnya untuk mengungkapkan perasaan marah, hangat, dan seksual). 2) Kemampuan mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka (mampu menyuarakan pendapat, menyatakan ketidaksetujuan dan bersikap tegas, meskipun secara emosional sulit melakukan ini dan bahkan sekalipun tidak mungkin harus mengorbankan sesuatu). 3) Kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi (tidak membiarkan orang lain mengganggu dan memanfaatkan kita) ⁴.

“Asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pihak lain”. Dalam bersikap asertif, seseorang dituntut untuk jujur terhadap dirinya dan jujur pula dalam mengekspresikan perasaan, pendapat dan kebutuhan secara proporsional, tanpa ada maksud untuk memanipulasi, memanfaatkan ataupun merugikan pihak lainnya⁵.

Assertive training adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut: 1) Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejangkelannya. 2) Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan daripadanya. 3) Mereka yang mengalami kesulitan dalam berkata “tidak”. 4) Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya. 5) Mereka yang merasa tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Ketegasan yang diperlihatkan pada perilaku asertif tidaklah dilakukan secara kaku seperti halnya memaksakan kehendak kepada orang lain sesuai dengan pendapat pribadinya. Kekeliruan yang sering muncul adalah dengan mencampuradukkan antara perilaku asertif dengan tindakan agresif. Bagi sebagian orang beranggapan sikap asertif sama saja artinya dengan agresif, karena mereka takut menyakiti orang lain, atau mereka dipandang sebagai orang yang tidak menyenangkan. Orang yang asertif yakni orang yang mampu mengekspresikan perasaan dengan sungguh-sungguh, menyatakan tentang kebenaran. Mereka tidak menghina, mengancam ataupun meremehkan orang lain. Orang asertif mampu menyatakan perasaan dan pikirannya dengan tepat dan jujur tanpa memaksakannya kepada orang lain.

⁴ Stein, Steven J dan Howard E. Book. 2000. *Ledakan EQ : 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Alih bahasa : Trinanda Rainy. Bandung : Kaifa

Dari beberapa pengertian tentang asertif, maka dapat disimpulkan bahwa asertivitas atau tegas sering disebut pula dengan ketegasan diri dalam mengungkapkan pendapat, pikiran, perasaan, ide, gagasan kepada orang lain.

Konsep Layanan Bimbingan Kelompok

Di awal abad ke-21 ini dunia pendidikan di Indonesia mulai memasuki era profesional. Hal ini ditandai dengan penegasan bahwa “pendidik merupakan tenaga profesional” (UU No.20 Tahun 2003 Pasal 39 Ayat 2), dan “profesional adalah pekerjaan atau kegiatan yang dilakukan seseorang dan menjadi sumber penghasilan kehidupan yang memerlukan keahlian, kemahiran, atau kecakapan yang memenuhi standar mutu atau norma tertentu serta memerlukan pendidikan profesi” (UU No.14 Tahun 2005 Pasal 1 Butir 4).

Guru pembimbing atau konselor sekolah, yang adalah pendidik (UU No.20 Tahun 2003 Pasal 1 Butir 6) , sebagai tenaga profesional dituntut untuk menguasai dan memenuhi trilogi profesi dalam bidang pendidikan, khususnya bidang konseling, yaitu:1) Komponen Dasar Keilmuan : Ilmu Pendidikan; 2) Komponen Substansi Profesi : Proses pembelajaran terhadap pengembangan diri/ pribadi individu melalui modus pelayanan konseling; 3) Komponen Praktik Profesi : Penyelenggaraan proses pembelajaran terhadap sasaran pelayanan melalui modus pelayanan konseling.

Dalam layanan bimbingan kelompok, siswa diajak bersama-sama mengemukakan pendapat tentang topik-topik yang dibicarakan dan mengembangkan bersama permasalahan yang dibicarakan pada kelompok, sehingga terjadi komunikasi antara individu di dalam kelompoknya kemudian siswa dapat mengembangkan sikap dan tindakan yang diinginkan dapat terungkap di kelompok⁶. Bimbingan kelompok tidak hanya difokuskan pada pemberian informasi kepada sekelompok individu (siswa) saja. Dalam bimbingan kelompok juga sangat diperlukan adanya dinamika kelompok.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan proses suatu bantuan yang diberikan pemimpin kelompok kepada anggota kelompok untuk memperoleh informasi yang bermanfaat yang dapat

⁶ Mugiarto, Heru. Dkk. 2007. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT UNNES Press.

digunakan untuk menyusun rencana, mengambil keputusan yang tepat dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-harinya. Di mana dalam layanan bimbingan kelompok tersebut diperlukan adanya dinamika kelompok untuk meningkatkan interaksi antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen. Sebagaimana dikemukakan oleh Arikunto penelitian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang bisa mengganggu.⁷ Dengan kata lain, suatu penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan pada individu untuk diketahui akibat perlakuan peneliti terhadap perilaku individu yang diamati. Perlakuan yang dilakukan berupa tindakan tertentu kepada kelompok dan setelah itu dilihat pengaruhnya.

Jadi proses pengukuran dilakukan pada tahap sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Dalam penelitian ini layanan bimbingan kelompok (X) merupakan faktor yang diduga mempengaruhi asertivitas (Y), sehingga asertivitas menjadi berkembang. Eksperimen dilakukan dengan maksud untuk menilai hubungan sebab akibat suatu perlakuan. Peneliti dengan sengaja membangkitkan timbulnya suatu kegiatan atau keadaan kemudian diteliti bagaimana akibatnya melalui eksperimen ini.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil analisis skala penilaian awal (*pre test*) pada kelompok eksperimen dimulai dari karakteristik asertivitas tertinggi hingga karakteristik asertivitas terendah yang dimiliki oleh anggota kelompok eksperimen yaitu karakteristik asertivitas I yaitu terbuka dengan perolehan persentase 61% termasuk dalam kategori sedang. Karakteristik asertivitas III dan IV yaitu berprinsip kuat dan tidak mudah dipengaruhi dengan persentase 55% termasuk dalam kategori rendah. Kemudian karakteristik

⁷ Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: Rineka Cipta.

asertivitas II yaitu tidak cemas dengan persentase 53% termasuk dalam kategori rendah. Hasil analisis skala penilaian awal (*pre test*) pada kelompok kontrol dimulai dari karakteristik asertivitas tertinggi hingga karakteristik asertivitas terendah yang dimiliki oleh anggota kelompok kontrol yaitu karakteristik asertivitas I dan III yaitu terbuka dan berprinsip kuat dengan perolehan persentase 63% termasuk dalam kategori sedang. Kemudian karakteristik asertivitas II dan IV yaitu tidak cemas dan tidak mudah dipengaruhi dengan perolehan persentase 62% termasuk dalam kategori sedang. Berikut ini adalah hasil perhitungan total *pre test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Setelah pelaksanaan *treatment* yang berupa kegiatan layanan bimbingan kelompok selesai dilaksanakan pada kelompok eksperimen, kemudian dilanjutkan dengan pengujian kondisi akhir atau *post test* untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil analisis skala penilaian akhir setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dimulai dari karakteristik asertivitas tertinggi hingga karakteristik asertivitas terendah yang dimiliki oleh anggota kelompok eksperimen yaitu karakteristik IV yaitu tidak mudah dipengaruhi dengan persentase 78% termasuk dalam kategori tinggi. Pada karakteristik ini peningkatan dilihat berdasarkan pada tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengeluarkan pendapatnya, mereka percaya diri dengan apa yang telah mereka sampaikan tanpa takut untuk salah, dan tidak terpengaruh dengan pendapat teman. Karakteristik I yaitu terbuka dengan persentase 75,11% termasuk dalam kategori tinggi. Pada karakteristik terbuka, peningkatan tersebut dilihat berdasarkan pada keterbukaan siswa dalam mengungkapkan pendapatnya, siswa tidak malu-malu untuk mengeluarkan suaranya. Karakteristik II dan III yaitu tidak cemas dan berprinsip kuat dengan persentase 75% termasuk dalam kategori tinggi, peningkatan tersebut dilihat berdasarkan pada keberanian siswa ketika berbicara di dalam kelompok, mereka sudah mulai menghilangkan rasa takut salah yang ada pada diri mereka serta ketegangan siswa dalam mempertahankan jawabannya pada saat diskusi kelompok.

Hasil analisis skala penilaian akhir pada kelompok kontrol dimulai dari karakteristik asertivitas tertinggi hingga karakteristik asertivitas terendah yang dimiliki oleh anggota kelompok kontrol yaitu karakteristik I yaitu terbuka dengan persentase 67% termasuk dalam kategori sedang. Karakteristik IV yaitu tidak mudah

dipengaruhi dengan persentase 62% termasuk dalam kategori sedang. Karakteristik II yaitu tidak cemas dengan persentase 61% termasuk dalam kategori sedang, dan Karakteristik III yaitu berprinsip kuat dengan persentase 56% termasuk dalam kategori sedang.

Hasil analisis perbandingan nilai *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen yang menunjukkan kondisi awal dan kondisi akhir dari kelompok eksperimen, dimulai dari karakteristik yang mengalami kenaikan yang tertinggi sampai yang terendah sampai karakteristik yang mengalami penurunan tertinggi sampai yang terendah yaitu karakteristik IV yaitu tidak mudah dipengaruhi, pada

perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebesar 55% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebesar 78%, sehingga mengalami kenaikan 23%. Pada karakteristik ini peningkatan dilihat berdasarkan pada tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengeluarkan pendapatnya, mereka percaya diri dengan apa yang telah mereka sampaikan tanpa takut untuk salah, dan tidak terpengaruh dengan pendapat teman. Karakteristik II yaitu tidak cemas, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebesar 53% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebesar 73%, sehingga mengalami kenaikan sebesar 20%. Peningkatan tersebut dilihat dari keberanian siswa ketika berbicara di dalam kelompok, mereka sudah mulai menghilangkan rasa takut salah yang ada pada diri mereka. Karakteristik III yaitu berprinsip kuat, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebesar 55% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebesar 73%, sehingga mengalami kenaikan sebesar 18%, peningkatan tersebut dilihat berdasarkan pada tegasan siswa dalam mempertahankan jawabannya pada saat diskusi kelompok. Kemudian karakteristik I yaitu terbuka, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebesar 61% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebesar 75,11%, sehingga mengalami kenaikan sebesar 14,11%. Peningkatan tersebut dilihat berdasarkan pada keterbukaan siswa dalam mengungkapkan pendapatnya, siswa tidak malu-malu untuk mengeluarkan suaranya.

Hasil analisis perbandingan nilai *pre test* dan *post test* dari kelompok kontrol yang menunjukkan kondisi awal dan akhir dari kelompok kontrol, dimulai dari karakteristik yang mengalami kenaikan yang tertinggi sampai yang terendah dan karakteristik yang mengalami penurunan tertinggi sampai yang terendah yaitu

karakteristik I yaitu terbuka, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebanyak 63% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebanyak 67%, sehingga mengalami kenaikan sebanyak 4%. Karakteristik III yaitu berprinsip kuat, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebanyak 63% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebanyak 56%, sehingga mengalami penurunan sebanyak 7%. Karakteristik II yaitu tidak cemas, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebanyak 62% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebanyak 61%, sehingga mengalami penurunan sebanyak 1%. Kemudian karakteristik IV yaitu tidak mudah dipengaruhi, pada perhitungan *pre test* memperoleh persentase sebanyak 62% dan pada perhitungan *post test* memperoleh persentase sebanyak 62%, sehingga tetap atau tidak mengalami kenaikan dan penurunan.

Keefektifan kegiatan layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan asertivitas siswa dapat dilihat pada perbandingan hasil kondisi akhir/ *post test* dari kelompok eksperimen yang telah diberikan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Dapat dilihat bahwa hasil *post test* pada kelompok eksperimen pada setiap karakteristik asertivitas rata-rata berada pada kriteria tinggi dan hasil *post test* kelompok kontrol berada pada kriteria sedang dengan. Kondisi awal/ *pre test* dari kelompok eksperimen yang melaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok rata-rata berada pada kriteria rendah dan pada kondisi akhir/ *post test* berada pada kriteria tinggi. Peningkatan tersebut terjadi karena kelompok eksperimen telah mendapatkan pemahaman baru tentang asertivitas melalui pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok, sehingga siswa pada kelompok eksperimen pada saat pengujian *post test* dapat memberikan jawaban yang lebih baik. Kondisi yang berbeda dialami kelompok kontrol, kondisi awal dari kelompok kontrol yang tidak melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok rata-rata berada pada kriteria sedang dan cenderung tetap berada pada kriteria sedang dengan sedikit peningkatan persentase. Ini terjadi karena siswa pada kelompok kontrol cenderung mengulang jawaban yang diberikan pada pengujian *pre test* pada pengujian *post test*.

Hasil analisis perbandingan hasil total *pre test* dan *post test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen mean *pre test* 57%

dan pada *post test* menjadi 75%, sehingga mengalami peningkatan sebesar 18%. Pada kelompok kontrol mean *pre test* 61% dan pada *post test* menjadi 62%, sehingga mengalami peningkatan sebesar 1%.

Keefektifan kegiatan layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan asertivitas siswa dapat dibuktikan melalui pengujian perbedaan hasil *post test* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* untuk menguji perbedaan nilai *post test* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji *Wilcoxon* bahwa didapat Thitung sebesar 6 sedangkan apabila dilihat dari Ttabel dengan taraf signifikansi 5 % dan N=10 diperoleh Ttabel sebesar 8. Jadi disini nilai Thitung < Ttabel = Ho ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara hasil *post test* kelompok eksperimen dengan hasil *post test* kelompok kontrol. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai *post test* dari kelompok eksperimen yang mendapat *treatment* berupa kegiatan layanan bimbingan kelompok berbeda dengan hasil *post test* dari kelompok kontrol yang tidak mendapat *treatment* berupa kegiatan layanan bimbingan kelompok, sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan asertivitas siswa. Sehingga hipotesis pada Bab II yang menyatakan “Asertivitas Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat dapat Ditingkatkan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Semester Genap tahun Pelajaran 2017/2018” diterima.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data dan perhitungan data diketahui bahwa asertivitas siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori rendah pada kelompok eksperimen yaitu berada pada interval 40% - 54% dan kategori sedang pada kelompok kontrol yaitu pada interval 55% - 69%. Untuk meningkatkan asertivitas siswa maka peneliti memberikan perlakuan atau *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok. Analisis data menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan asertivitas siswa. Sebelum diberi perlakuan atau *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok siswa memiliki asertivitas dengan kriteria rata-rata rendah untuk kelompok eksperimen dan kriteria rata-rata sedang pada kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dengan diperoleh rata-rata hasil *pre*

test sebesar 57% yaitu berada pada interval 40% - 54% dan kelompok kontrol sebesar 61% yaitu berada pada interval 55% - 69%. Sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok asertivitas siswa pada kelompok eksperimen menjadi tinggi yaitu dengan rata- rata *post test* sebesar 75% yang berada pada interval 70% – 80% yaitu yang berarti terjadi peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori tinggi, peningkatan tersebut dilihat berdasarkan pada semua karakteristik asertivitas yang meliputi; (1) Terbuka, seperti ada keterusterangan dalam mengungkapkan perasaan mereka kepada orang lain, (2) Tidak cemas, maksudnya dalam menjalani kehidupan dan berkomunikasi selalu bersemangat dan mereka siap menghadapi situasi yang penuh tekanan tanpa rasa takut, (3) Berprinsip kuat, artinya mereka mempunyai pandangan yang positif dalam berkomunikasi antar pribadi, (4) Tidak mudah dipengaruhi atau tidak mudah dibujuk walaupun yang membujuk adalah teman atau atasan mereka. Sedangkan perhitungan pada kelompok kontrol diperoleh rata- rata hasil *post test* sebesar 62% yang berada pada interval 55% - 69% yang berarti terjadi peningkatan namun hanya 1% dan tetap berada pada kategori sedang. Dengan demikian terjadi peningkatan sebesar 18% pada kelompok eksperimen dan 1% pada kelompok kontrol. Hal ini terjadi karena pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dan pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Sehingga terjadi perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol.

Kegiatan layanan bimbingan kelompok dilaksanakan selama 3 kali pertemuan. Pada awal pertemuan siswa masih terlihat malu- malu mengemukakan pendapat, ide, dan tanggapannya. Selain itu ada beberapa siswa yang terlihat sering kali bercanda dengan temannya. Tetapi setelah melewati pertemuan selanjutnya siswa terjadi peningkatan yang signifikan pada masing- masing responden karena pada saat pelaksanaan bimbingan kelompok mereka mengikuti dengan penuh antusias. Masing- masing responden mengungkapkan ide, gagasan, dan pikiran mereka untuk membahas materi yang sedang dibahas walaupun masih ada siswa yang kadang masih malu dan ada pula yang masih saja bercanda.

Progress asertivitas siswa melalui layanan bimbingan kelompok ditunjukkan pada proses pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok. Asertivitas siswa dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok selama delapan kali pertemuan, dengan

materi dan topik- topik tugas yang sesuai dengan tujuan meningkatkan asertivitas siswa.

Bimbingan kelompok dalam penelitian ini merupakan upaya pemberian bantuan kepada siswa secara kelompok untuk mengambil keputusan yang tepat dan mandiri dalam dinamika kelompok untuk mendapatkan informasi tentang meningkatkan asertivitas siswa. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat empat tahap yaitu, tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakiran.

Menurut Prayitno “layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk mengubah dan mengembangkan sikap dan perilaku yang tidak efektif menjadi lebih efektif”.⁸ Sebagaimana perilaku yang ada pada individu tidak timbul dengan sendirinya tetapi sebagai akibat dari stimulus yang diterima oleh individu yang bersangkutan baik itu stimulus internal maupun eksternal, dalam hal ini adalah asertivitas siswa. Perubahan yang terjadi yaitu perubahan asertivitas yang siswa alami setelah memahami bahwa asertivitas itu penting dalam kehidupan mereka.

Secara keseluruhan, pemahaman siswa mengalami peningkatan selama pemberian bimbingan kelompok dalam meningkatkan asertivitas siswa. Jika dilihat dari penguasaan materi tentang asertivitas yang dilihat dari hasil skala asertivitas, rata-rata siswa mempunyai asertivitas yang cukup bagus yang berarti menandakan bahwa siswa sudah mampu memahami dan mengaplikasikan materi yang peneliti berikan dan terjadi perubahan terhadap perilaku asertif siswa.

Layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi dalam peningkatan asertivitas siswa. Dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di dalamnya berisi materi tentang bagaimana agar siswa sebagai anggota kelompok akan sama- sama menciptakan dinamika kelompok yang dapat menjadikan mereka untuk bisa bersikap asertif di dalam kelompok tersebut. Anggota kelompok mempunyai hak yang sama untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya, membahas topik-topik yang ada, siswa dapat saling bertukar informasi, memberi saran dan pengalaman.

Pada penelitian ini peneliti memberikan delapan materi mengenai asertivitas yaitu pada pertemuan pertama (asertivitas dan pentingnya berkomunikasi dalam

⁸ Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

kehidupan),) , pertemuan kedua (menerapkan perilaku asertif di dalam kelas dan meningkatkan kepercayaan diri) pertemuan kelima (cara untuk mengendalikan emosi), pertemuan ketiga (pentingnya bersikap tegas dalam kehidupan sehari-hari, bersikap jujur dalam kehidupan sehari-hari, dan keterbukaan diri). Dengan kedelapan materi yang disampaikan dapat meningkatkan asertivitas siswa. Layanan bimbingan kelompok merupakan lingkungan yang kondusif yang memberikan kesempatan bagi para anggota kelompok untuk menambah penerimaan diri dari orang lain, memberikan ide, perasaan, dorongan bantuan alternatif dalam mengambil keputusan yang tepat, dapat melatih perilaku baru dan bertanggung jawab atas pilihannya sendiri. Dalam kelompok, anggota kelompok belajar meningkatkan diri dan kepercayaan dengan teman, selain itu mereka juga mempunyai kesempatan untuk meningkatkan dorongan untuk berteman secara akrab dengan sesama anggota.

Jumlah sampel yang tidak terlalu banyak yaitu masing- masing 10 siswa untuk kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Untuk kelompok eksperimen diberikan layanan bimbingan kelompok dan dijadikan anggota kelompok untuk memudahkan peneliti dalam melakukan pendekatan personal kepada siswa. Pada kelompok kontrol tidak diberikan layanan bimbingan kelompok, hal tersebut dilakukan untuk membandingkan kondisi akhir asertivitas siswa dari kelompok eksperimen yang telah melaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan kondisi akhir asertivitas siswa dari kelompok kontrol yang tidak melaksanakan kegiatan layanan bimbingan kelompok. Apabila hasil perbandingan dari kondisi akhir asertivitas siswa kedua kelompok berbeda secara signifikan maka hal tersebut menunjukkan efektifitas kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan asertivitas siswa.

Asertivitas perlu untuk dimiliki siswa atau individu. Karena dapat membantu siswa dalam proses kegiatan belajar mengajar. Dengan berperilaku asertif dapat mempengaruhi orang lain dengan pengaruh yang positif sehingga bisa membina hubungan yang lebih akrab dan lebih jujur dengan orang lain, dapat berkomunikasi secara terbuka dan wajar terhadap orang lain, selain itu tetap percaya diri dan tenang meskipun menghadapi kritik karena memberi kesempatan bagi orang lain untuk menyampaikan pendapat namun tetap mempertahankan pendapat sendiri. Oleh

karena itu asertif perlu untuk ditingkatkan pada siswa atau individu agar dapat membantu siswa dalam proses belajar mengajar.

Salah satu cara yang dipandang mampu untuk melatih, mengembangkan, serta meningkatkan asertivitas siswa adalah melalui layanan bimbingan kelompok. Hal tersebut cukup beralasan karena tujuan umum dari layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Selain itu tujuan khusus dari bimbingan kelompok menurut Prayitno yaitu: mampu berbicara di depan orang banyak; mampu mengeluarkan pendapat, ide, saran, tanggapan dan perasaan kepada orang banyak; belajar menghargai pendapat orang lain; bertanggung jawab atas pendapat yang dikemukakannya; mampu mengendalikan diri dan emosi; dapat bertenggang rasa; menjadi akrab satu sama lain serta membahas masalah atau topik-topik umum yang dirasakan atau menjadi kepentingan bersama.⁹ Tujuan bimbingan kelompok tersebut sesuai dengan ciri-ciri individu yang asertif. Hal ini semakin memperkuat relevansi bimbingan kelompok dalam meningkatkan asertivitas siswa.

Untuk lebih mengetahui keefektifan dari kegiatan bimbingan kelompok terhadap peningkatan asertivitas siswa, maka dapat menguji mengenai perbedaan kondisi akhir/ *post test* dari kelompok eksperimen yang telah diberikan layanan bimbingan kelompok dan kondisi akhir/ *post test* dari kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan analisis perbedaan kondisi akhir dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menggunakan uji *wilcoxon*. Analisis *wilcoxon* mengenai keefektifan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan asertivitas siswa kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat, didapatkan kesimpulan bahwa ada perbedaan tingkat asertivitas yang dimiliki siswa pada kelompok eksperimen yang telah melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok dan tingkat asertivitas pada kelompok kontrol yang tidak melaksanakan kegiatan bimbingan kelompok. Maka

hipotesis yang menyatakan bahwa “Asertivitas Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat dapat Ditingkatkan Melalui Layanan Bimbingan Kelompok” diterima.

⁹ Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Asertivitas, hasil yang diperoleh yaitu: siswa menjadi tahu tentang asertivitas itu apa, ciri-ciri dari asertivitas sendiri itu apa, serta bagaimana untuk bisa menjadi individu yang mempunyai asertivitas. Semula siswa tidak mengerti tentang asertivitas itu apa, namun setelah adanya kegiatan bimbingan kelompok yang membahas tentang asertivitas, siswa menjadi tahu tentang asertivitas, dan mereka belajar untuk menerapkan perilaku asertif tersebut di kehidupan sehari-hari. Hal ini terbukti setelah pertemuan pertama siswa tampak lebih percaya diri ketika berbicara dihadapan orang banyak. Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Pentingnya Berkomunikasi dalam Kehidupan, siswa menjadi lebih memahami bahwa komunikasi itu sangatlah penting untuk kelangsungan hidup. Tujuan diberikannya materi tentang pentingnya komunikasi dalam kehidupan yaitu melatih siswa dalam berkomunikasi, agar mereka lebih berani untuk berkomunikasi dengan orang tua, berkomunikasi dengan teman, berkomunikasi dengan guru, serta yang terpenting adalah berkomunikasi dengan Tuhan. Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Menerapkan Perilaku Asertif di dalam Kelas, siswa menjadi lebih memahami bagaimana cara agar mereka bisa untuk menerapkan perilaku asertif di dalam kelas seperti: berani bertanya ketika ada sesuatu yang kurang dimengerti dari penjelasan yang telah disampaikan oleh guru mata pelajaran, berani untuk menyampaikan pendapatnya, tidak cemas atau takut ketika ditunjuk untuk maju atau menjawab pertanyaan guru, serta bisa untuk lebih terbuka terhadap orang lain. Sehingga, secara perlahan mereka mampu untuk mengembangkan perilaku asertif tersebut.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Meningkatkan Kepercayaan Diri, siswa menjadi mengetahui dan memahami bagaimana cara untuk meningkatkan kepercayaan diri, bagaimana agar mereka bisa untuk lebih berani tanpa ada rasa malu ataupun takut ketika mereka berbicara didepan orang banyak, karena kepercayaan diri itu termasuk dari salah satu yang harus dimiliki orang asertif.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Cara Untuk Mengendalikan Emosi, siswa menjadi mengetahui dan memahami bagaimana cara agar mereka bisa untuk mengendalikan emosi mereka, agar mereka tidak gampang untuk marah-marah. Terkadang seseorang ada yang susah untuk mengendalikan emosi mereka, mudah sekali untuk marah-marah ketika ada sesuatu yang kurang

berkenan dihatinya. Terutama ketika sedang berdiskusi, kadang ada yang berbeda pendapat yang akhirnya menimbulkan konflik. Dengan diberikannya materi tentang cara untuk mengendalikan emosi, diharapkan siswa dapat lebih bisa untuk mengontrol emosi mereka.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Pentingnya Bersikap Tegas dalam Kehidupan sehari-hari, siswa menjadi mengetahui dan memahami bahwa sikap tegas itu harus dimiliki oleh semua orang, karena dengan mempunyai sikap tegas bisa menjadikan seseorang lebih bertanggung jawab terhadap sesuatu, orang yang tegas akan lebih dihormati oleh orang lain, orang yang tegas itu akan lebih cepat dalam mengambil keputusan, karena orang yang tidak tegas biasanya akan diremehkan oleh orang lain.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Bersikap Jujur dalam Kehidupan Sehari-hari, siswa dapat menerapkan kejujuran dalam kehidupan sehari-hari, seperti: selalu jujur terhadap kedua orang tua, bisa mengungkapkan perasaannya terhadap orang lain, mampu untuk menolak sesuatu yang dianggap tidak sesuai dengan dirinya, hal tersebut terlihat pada saat kegiatan bimbingan kelompok, mereka terlihat lebih terbuka dalam berpendapat.

Melalui layanan bimbingan kelompok dengan topik Keterbukaan Diri, siswa dapat mengetahui dan memahami bagaimana agar mereka lebih bisa untuk terbuka terhadap orang lain, mampu untuk berkata jujur tentang apa yang dirasakannya kepada orang lain, selalu mencurahkan isi hatinya (curhat) kepada orang lain apabila sedang mempunyai masalah, tidak marah ketika mendapat kritikan dari teman, tidak menjadi orang yang tertutup, dan mudah diajak berkomunikasi. Layanan bimbingan kelompok efektif sebagai upaya dalam meningkatkan asertivitas siswa, karena dalam layanan bimbingan kelompok siswa diajak untuk berlatih berinteraksi dengan siswa lain dalam kelompok yang di dalamnya membahas materi-materi yang telah ditentukan oleh pemimpin kelompok (topik tugas), dan materi-materi tersebut berkaitan dengan karakteristik asertivitas (terbuka, tidak cemas, berprinsip kuat dan tidak mudah dipengaruhi).

Dari hal tersebut siswa akan memperoleh berbagai pengalaman, pengetahuan dan gagasan, serta dari topik itu pula siswa dapat belajar mengembangkan nilai- nilai

dan menerapkan langkah- langkah bersama dalam menanggapi topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok tersebut.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian “Upaya Meningkatkan Asertivitas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat”, maka diperoleh simpulan:

1. Kondisi asertivitas siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen rata-rata siswa termasuk dalam kategori rendah (57%) dan pada kelompok kontrol rata-rata siswa juga termasuk dalam kategori sedang (61%).
2. Kondisi asertivitas siswa setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen rata-rata siswa mengalami peningkatan persentase sehingga termasuk dalam kategori tinggi (75%). Sedangkan kondisi asertivitas siswa pada kelompok kontrol yang tidak diberikan kegiatan layanan bimbingan kelompok, rata-rata siswa juga mengalami peningkatan persentase yang termasuk dalam kategori sedang (62%).
3. Berdasarkan uji wilcoxon dapat disimpulkan bahwa kondisi akhir/ *post test* kedua kelompok sampel berbeda secara signifikan sehingga layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan asertivitas siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syaifudin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, G. 1984. *Theory And Practice of Group Counseling*. California, Monterey: Books/Cole Publishing Company.
- French, Astrid. 1998. *Ketrampilan Berkomunikasi antar Pribadi*. Indonesia: Kentindo Soho.
- Gunarsa, Singgih. 1996. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia
- Hadi, Sutrisno. 2004. *Metodologi Research*. Yogyakarta: ANDI.
- *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta : Penerbit Andi

- Mugiarso, Heru. Dkk. 2007. *Bimbingan dan Konseling*. Semarang: UPT UNNES Press.
- Nazir, Moh. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Rini, Jacinta. 2001. *Asertivitas*. Sumber Internet : www.e-psikologi.com. (Diunduh 11 Februari 2018).
- Romlah, Tatiek. 2001. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: UNM
- Sugiyono. 2005. *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: UNNES Press.
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV ALFABETA.
- 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: ALFABETA.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2000. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: RIENKA CIPTA.
- Sunardi. 2010. Makalah: *Latihan Asertif*. Bandung: PLB FIP UPI
- Suwarni, Antonia. 2008. Hubungan Kemampuan Perilaku Asertif dan Komitmen Hidup Membiara Para Suster Medior Kongregasi X. *Jurnal Pendidikan, Psikologi dan Konseling FKIP Unika Atmajaya*. Jakarta.
- Stein, Steven J dan Howard E. Book. 2000. *Ledakan EQ : 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Alih bahasa : Trinanda Rainy. Bandung : Kaifa
- Wibowo, Mungin Eddy. 2002. *Materi Pelatihan Guru Pembimbing Jenis-Jenis Layanan Bimbingan dan Konseling*. Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Direktorat Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2006. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UNNES Press.
- Willis. Sofyan. 2007. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: ALFABETA.
- Winkel. 1997. *Bimbingan dan Konseling Di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.