

EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN ASERTIF SISWA

Sekar Ayu Larasati^{1*}, Yessy Elita², Rita Sinthia³

^{1,2,3} Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Bengkulu

*Korespondensi E-mail: sekarayularasati17@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan tingkat perbedaan kemampuan asertif kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok serta untuk mendeskripsikan pengaruh penggunaan teknik diskusi kelompok terhadap tingkat perilaku asertif siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Bengkulu. Metode penelitian ini menggunakan metode *pretest-posttest control group design*. Teknik pengambilan sampel pada siswa kelas X RPL 1 dan RPL 2 menggunakan *random sampling* diperoleh siswa berjumlah 9 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dengan skala *Likert*. Teknik analisis data penelitian menggunakan Uji T (*paired sample test*). Hasil yang diperoleh dalam penelitian menunjukkan adanya peningkatan perilaku asertif pada kelompok eksperimen setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok. Hal ini dapat terlihat dari hasil pengujian hipotesis dengan hasil $t_{\text{experiment}} = -10.845$ $p = 0,000$ $p < 0,05$. Sedangkan hasil $t_{\text{kontrol}} = -1.895$ $p = 0,095$ $p > 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat pengaruh signifikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dengan teknik diskusi kelompok meningkatkan perilaku asertif siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Bengkulu.

Kata Kunci: *kemampuan asertif, layanan bimbingan kelompok, diskusi kelompok*

THE EFFECTIVENESS OF GROUP GUIDANCE SERVICES USING GROUP DISCUSSION TECHNIQUES TO IMPROVE ASSERTIVE ABILITY OF STUDENTS

ABSTRACT

This study purposed to describe the level of differences in the assertive ability of the control group and the experimental group before and after participating in group guidance activities and to describe the effect of using group discussion techniques on the level of assertive behavior of class X students of SMK Negeri 4 Bengkulu City. This research method uses the pretest-posttest control group design method. The sampling technique for students in class X RPL 1 and RPL 2 used random sampling and obtained 9 students. Data collection techniques using a questionnaire with a Likert scale. Research data analysis techniques using the T test (paired sample test). The results obtained in the study showed an increase in assertive behavior in the experimental group after being given group guidance services using group discussion techniques. This can be seen from the results of testing the hypothesis with the results of $t_{\text{experiment}} = -10,845$ $p = 0.000$ $p < 0.05$. While the results of $t_{\text{kontrol}} = -1.895$ $p = 0.095$ $p > 0.05$ so that H_0 is rejected and H_a is accepted. This means that there is a significant effect of group guidance services on the experimental group with group discussion techniques increasing the assertive behavior of class X students of SMK Negeri 4 Bengkulu City.

Keywords: *assertive ability, group guidance service, group discussion.*

PENDAHULUAN

Komunikasi dan interaksi dengan orang lain menggambarkan sebagian besar perilaku

asertif. Asertif adalah bagian dari komunikasi interpersonal yang dapat dikembangkan dan ditingkatkan. Asertif adalah bagian dari karakter yang sangat mempengaruhi sifat kepribadian. Komunikasi adalah salah satu komponen yang berharga. Warna komunikasi akan banyak ditentukan oleh latar belakang orang yang berbicara, seperti kebiasaan dan karakter. Komunikasi berlangsung secara efektif apabila seseorang memiliki kemampuan asertif (Munir, 2019: 100).

Perilaku asertif merupakan perilaku yang mempertimbangkan persamaan hak dalam hubungan antar individu secara langsung, tegas dan jujur. Dalam mengekspresikan perasaan, hak, serta menilai orang lain sehingga tidak membuat orang lain merasa terancam ataupun tersinggung (Nursalim dalam Sudarmono, 2015: 221). Memiliki kemampuan asertif sangat penting bagi individu. Karena setiap orang dapat mengungkapkan pikiran dan perasaannya tanpa tekanan atau paksaan dari orang lain. Orang yang asertif akan mudah diterima di lingkungannya, karena orang tersebut dapat menyuarakan haknya tetapi tidak menyinggung orang lain. Sebaliknya, orang yang tidak asertif akan berdampak pada lingkungan yang cenderung menolaknya. Akibat dari emosi, sikap dan perilaku yang tidak tegas dapat berakibat sosial yaitu tidak adanya persetujuan dari orang lain dan akan dijauhi dari lingkungannya. Dengan kondisi yang demikian akan mengurangi rasa percaya diri karena tidak bersosialisasi dengan lingkungan yang baik (Sugiyono dalam Syahbana, 2011: 1).

Berdasarkan pengertian yang dikemukakan, perilaku asertif sebagaimana dipahami mengacu pada perilaku seseorang yang mampu terbuka, percaya diri dan tegas untuk secara bebas terlibat dalam kegiatan yang ekspresif dan mengarah langsung pada tujuan. Ketegasan adalah bentuk perilaku dan sikap seseorang di mana mereka menunjukkan sikap yang membuat orang lain berpartisipasi dengan caranya sendiri, untuk mengekspresikan hak-hak mereka tanpa menyinggung orang lain dan untuk bersikap percaya diri terhadap pikiran dan perasaan mereka secara langsung.

Berdasarkan hasil observasi pada kegiatan Pengenalan Lapangan Persekolahan (PLP) II di SMK Negeri 4 Kota Bengkulu, peneliti menemukan fenomena yang menunjukkan bahwa kemampuan asertif siswa masih rendah khususnya pada kelas X. Kemampuan asertif siswa di kelas X masih rendah dapat terlihat dalam kegiatan proses pembelajaran dan pembinaan. Dalam proses pembelajaran, ketika guru mata pelajaran menjelaskan di kelas, siswa biasanya menyampaikan pendapatnya secara pasif. Siswa tidak berani bertanya, cenderung malu untuk mengungkapkan pendapatnya, dan kurang percaya diri karena siswa kurang memiliki sikap tegas atau asertif. Dalam proses pembinaan, siswa tidak memperhatikan apa yang mereka katakan atau lakukan untuk menyinggung perasaan orang lain. Siswa tidak tahu bagaimana

mengatakan “tidak” ketika teman mereka meminta mereka untuk melakukan sesuatu yang buruk. Saat guru BK bertanya, siswa cenderung pemalu dan tertutup. Masih ada siswa yang merasa sulit mengungkapkan perasaannya kepada orang lain. Masih ada siswa yang tidak tegas dalam mengambil keputusan dan mempertahankan haknya.

Jika tingkat asertifitas yang rendah ini terus-menerus dibiarkan maka akan berpotensi buruk terhadap nilai akademik siswa di kelas. Sikap dan perilaku asertif yang tingkatnya rendah maka hal itu akan berdampak terhadap indeks prestasi dan hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Pada tingkat tertentu perilaku yang non-asertif akan merugikan diri sendiri serta orang lain (Allahyari & Jenaabadi, 2015). Selain berdampak pada hubungan sosial sekolah, akan mempengaruhi lingkungan yang menentanginya, dan menurunkan rasa percaya diri para siswa karena tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan yang baik.

Upaya pemecahan masalah yang berkaitan dengan perilaku asertif tidak harus diselesaikan sendiri, tetapi juga bentuk lainnya yaitu kelompok. Oleh karena itu, dalam bimbingan tidak hanya terdapat bimbingan individu, tetapi juga bimbingan dalam bentuk lain yaitu bimbingan kelompok. Dalam hal ini, kemampuan asertif dapat diperkuat dengan bantuan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing kelompok-kelompok siswa agar kelompok itu menjadi besar, kuat, mandiri dan memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling (Prayitno, 1995: 61).

Layanan bimbingan kelompok di sekolah merupakan bagian program bimbingan dan konseling yang tergolong ke dalam komponen layanan dasar. Layanan dasar diartikan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh siswa. Layanan bimbingan kelompok yang diberikan adalah berupa penyampaian informasi yang tepat mengenai masalah pengembangan keterampilan dan kemampuan dalam berbagai bidang yaitu bidang pendidikan pekerjaan, pemahaman diri, penyesuaian diri dan masalah antar pribadi (Nurnaningsih, 2011: 270).

Informasi yang diberikan dimaksudkan untuk meningkatkan dan mengembangkan pemahaman individu tentang dirinya dan orang lain. Perubahan sikap anggota kelompok merupakan tujuan tidak langsung dari layanan bimbingan kelompok.

Layanan bimbingan kelompok dalam penelitian ini menggunakan teknik diskusi kelompok yang melibatkan partisipasi anggotanya. Dengan memilih teknik diskusi kelompok, anggota kelompok dapat mendiskusikan topik secara bersama-sama dan juga mampu dan berani mengemukakan pendapat walaupun dalam ruang lingkup kecil, jadi penggunaan teknik diskusi kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan asertif siswa. Manfaat dan tujuan penggunaan teknik diskusi kelompok bagi siswa adalah siswa mampu memperoleh berbagai informasi penting, membangkitkan semangat dan motivasi serta mengetahui cara

menyelesaikan suatu tugas, mengembangkan keberanian dan keterampilan. Siswa mengungkapkan pendapatnya dengan jelas, lugas dan langsung, serta membiasakan siswa untuk saling bekerjasama.

Dengan menggunakan teknik ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan asertif siswa untuk membuka pikirannya lebih terbuka dan berani mengungkapkan apapun yang dia rasakan kepada orang lain, namun dengan bersikap santun, siswa menjadi siswa yang menggali potensi yang ada tanpa merasa bersalah atau terbebani

Tujuan penelitian penerapan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok dapat meningkatkan kemampuan asertif siswa. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan perilaku asertif setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok meliputi peningkatan dalam memberi dan menerima pujian, meminta pertolongan atau bantuan kepada orang lain, mengungkapkan perasaan dan terlibat dalam percakapan, mengungkapkan dan mempertahankan hak, menolak permintaan, serta mengungkap ketidaksenangan dan mengekspresikan kemarahan.

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *true experimental design* dengan desain penelitian *pretest-posttest control group design* (Arikunto, 2006: 86), yaitu dua kelompok tes (kelompok kontrol dan kelompok eksperimen) yang diberikan suatu perlakuan yang berbeda. Dalam desain ini, masing-masing kelompok diberikan *pre-test* untuk mengukur tingkat asertivitasnya, selanjutnya kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Kemudian masing-masing kelompok diberikan *post-test* untuk mengukur kembali tingkat asertivitas anggota kelompok. Instrument yang digunakan berupa angket perilaku asertif.

Angket yang disusun mengacu pada skala *Likert*. Terdapat 48 butir item soal yang diukur, aspek-aspek yang diukur diantaranya yaitu: mengungkapkan perasaan positif, mempunyai afirmasi diri dan mengungkapkan perasaan negatif. Teknik yang digunakan dalam mengambil subjek menggunakan teknik *random sampling*. Peneliti mengambil sampel 2 kelas dari 11 kelas secara acak, yang mana masing-masing kelas sampel diambil 9 siswa. Kemudian 2 kelas sampel dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kelompok eksperimen yang akan mendapatkan *treatment* dan kelompok kontrol yang tidak diberikan *treatment* sehingga dapat menjadi pembanding dari kelompok eksperimen.

Teknik dalam mengumpulkan data pada penelitian ini menggunakan angket/kuesioner

model skala *Likert* dengan lima alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Melalui pengujian validitas yang dilakukan, didapatkan 32 butir soal yang valid dari 48 butir soal dalam instrumen. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan statistik program aplikasi *SPSS* versi 24.0 dengan rumus *Cronbach's Alpha*. Melalui hasil pengujian reliabilitas didapatkan *Cronbach's Alpha* sejumlah $0,920 > 0,6$, hal ini menunjukkan bahwa angket perilaku asertif reliabel. Uji pendataan dilakukan dengan menggunakan bantuan perhitungan statistik program aplikasi *SPSS* versi 24.0 rumus *Paired Sample T-Test*.

Uji daya beda pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *SPSS* versi 24.0 *for windows*. Melalui hasil uji daya beda angket perilaku asertif, diketahui butir yang gugur berjumlah 16 butir. Dengan demikian diperoleh 32 butir angket yang valid dan lulus uji daya beda. Pada pengujian hipotesis yang terdapat pada penelitian ini, rumusan yang digunakan yaitu rumus uji-t. Cara penentuan hasil hipotesis diterima atau ditolak adalah dengan melihat taraf signifikansi (Sig-2 tailed). Seandainya nilai signifikan atau Sig. (2-tailed) $< 0,05$ maka H_0 ditolak, tapi seandainya nilai signifikan atau Sig. (2-tailed) $> 0,05$ maka H_0 diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan mulai tanggal 24 Januari 2022 sampai dengan 7 Maret 2022. Sebelumnya pada tanggal 25 Januari 2022 dilakukan tes di kelas X TO 5 yang diikuti oleh 45 siswa SMK Negeri 4 Kota Bengkulu sebagai sampel uji coba, dengan memberikan kuesioner pada sampel percobaan. Pada tanggal 27 Januari 2022 dilanjutkan dengan memberikan *pre-test* kepada kelompok sampel dengan kuesioner perilaku asertif. Terakhir pada tanggal 5 Maret 2022 dilaksanakan *post-test* untuk melihat apakah perilaku asertif meningkat setelah diberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik diskusi kelompok. Melalui penghitungan diperoleh jarak katagori pada interval dan hasil *pre-test*:

Tabel 1. Distribusi Skor Penilaian Kemampuan Asertif Siswa

Skor	Kategori
$>105,5$	Sangat Tinggi
81 – 105	Tinggi
56,5 – 80,5	Rendah
$56 <$	Sangat rendah

Tabel 1 mendefinisikan kisaran skor dalam menentukan sampel untuk diberikan layanan bimbingan kelompok pada penelitian ini. Siswa yang dikategorikan sangat tinggi memiliki skor

keseluruhan >105,5 pada kuesioner perilaku asertif yang telah diisi. Kategori tinggi dengan rentang 81-105, kategori rendah 56,5-80,5 dan untuk kategori sangat rendah ditentukan dengan skor dibawah 56. Skor yang telah diisi diperoleh dari jumlah keseluruhan mengisi angket perilaku asertif yang telah divalidasi dan realibel. Perlakuan hanya diberikan kepada kelompok eksperimen yang berjumlah 9 siswa dalam enam kali pertemuan. Setelah diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok, kuesioner kembali diberikan ke kelompok sampel sebagai *post-test*. Kuesioner yang digunakan sama dengan kuesioner yang diberikan pada saat *pre-test*. Di bawah ini merupakan perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau *treatment* dapat diperhatikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Perbedaan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol

Responden	<i>Pre-test</i>	Kategori	<i>Post-test</i>	Kategori	Selisih
AM	76	Rendah	73	Rendah	-3
GF	71	Rendah	69	Rendah	-2
RAP	74	Rendah	72	Rendah	-2
KMF	63	Rendah	77	Rendah	+18
RM	72	Rendah	72	Rendah	0
MZN	73	Rendah	71	Rendah	-2
WO	63	Rendah	83	Tinggi	+20
SWR	50	Sangat Rendah	68	Rendah	+18
SZS	52	Sangat Rendah	64	Rendah	+12
Rata-rata	66	Rendah	72	Rendah	+6
Jumlah	594		649		+55
Tertinggi	76		83		
Terendah	50		64		

Berdasarkan Tabel 2 dapat disimpulkan bahwa kondisi asertivitas siswa kelompok pembandingan atau kelompok kontrol secara keseluruhan tidak teratur. Terlihat bahwa ada siswa yang mengalami peningkatan skor dan karakteristik, namun ada juga yang skor dan kriteria kepercayaan dirinya menurun. Hal ini dikarenakan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan dengan teknik diskusi kelompok berupa layanan bimbingan kelompok dan siswa tidak menggambarkan kondisi yang sebenarnya.

Di bawah ini adalah perbedaan hasil kelompok eksperimen yang mengalami

peningkatan pada saat uji *pre-test* dan *post-test* setelah diberikan *treatment* seperti terlihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Perbedaan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen

Responden	<i>Pre-test</i>	Kategori	<i>Post-test</i>	Kategori	Peningkatan
RR	72	Rendah	92	Tinggi	20
SA	51	Sangat Rendah	104	Tinggi	53
WAJ	55	Sangat Rendah	98	Tinggi	43
MK	73	Rendah	105	Tinggi	32
MHA	68	Rendah	111	Sangat Tinggi	43
Z	53	Sangat Rendah	103	Tinggi	50
RAP	68	Rendah	102	Tinggi	34
Y	47	Sangat Rendah	99	Tinggi	52
PAL	63	Rendah	96	Tinggi	33
Rata-rata	61	Rendah	101	Tinggi	20
Jumlah	550		910		360
Tertinggi	73		111		
Terendah	47		92		

Berdasarkan Tabel 3, siswa dengan perilaku asertif yang telah diberi perlakuan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok, perilaku asertif mengalami peningkatan nilai pada hasil *post-test*. Terlihat bahwa subjek **Y** mengalami peningkatan yang sangat signifikan dengan nilai *pre-test* 47 dan kategori sangat rendah meningkat menjadi 99 dengan kategori tinggi. Hal ini dikarenakan subjek **Y** dengan semangat mengikuti bimbingan kelompok dan mengalami peningkatan komunikasi pada setiap pertemuan. Secara keseluruhan, skor rata-rata meningkat dari perilaku rendah ke tinggi. Hal ini menunjukkan bagaimana keseriusan, komitmen, tanggung jawab dan keterampilan setiap individu berkontribusi terhadap perubahan dalam meningkatkan skor perilaku asertif.

Perubahan tersebut terjadi karena adanya pemberian layanan bimbingan kelompok pendekatan perilaku asertif sehingga siswa dapat *sharing* dengan teman kelompok. Alberti & Emmons (dalam Nisak, 2017: 6) juga menjelaskan mengenai perilaku asertif, yang mana orang yang memiliki perilaku asertif dapat diketahui dengan : 1) Peningkatan diri, 2) Ekspresif, 3) Bisa meraih tujuan yang diinginkan, 4) Pilihan untuk diri sendiri, dan 5) Merasa nyaman dengan dirinya sendiri.

Seseorang dengan sikap asertif tentu akan merasakan manfaat karena dapat membantu seseorang memenuhi kebutuhannya akan aktualisasi diri dan kemampuan mempertimbangkan hak-hak orang lain. Manfaat lainnya adalah dapat meningkatkan kesejahteraan dan memungkinkan seseorang memperoleh penerimaan sosial dan merasa bahagia. Terakhir, perilaku asertif berguna untuk berkomunikasi secara lebih efektif dengan orang lain.

Hasil uji hipotesis yang didapatkan sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Paired Sampel t-test

	T	Sig. (2-tailed)
Eksperimen <i>Pre Test - Post Test</i>	-10.845	.000
Kontrol <i>Pre Test - Post Test</i>	-1.895	.095

Berdasarkan tabel 4 diperoleh hasil $t_{\text{eksperimen}} = -10.845$ $p = 0,000$ $p < 0,05$. Sedangkan hasil $t_{\text{kontrol}} = -1.895$ $p = 0,095$ $p > 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dengan teknik diskusi kelompok dalam meningkatkan perilaku asertif siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Bengkulu.

Hasil penelitian sebelumnya dari oleh Lianasara et al., (2018) mengenai efektifitas bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* untuk meningkatkan kemampuan perilaku asertif siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan asertif siswa. Temuan penelitian lainnya yang dilakukan oleh Munir (2019) mengenai kemampuan asertif melalui layanan penguasaan konten dengan metode diskusi kelompok dan bermain peran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asertif siswa meningkat sebelum dan sesudah diberikan perlakuan layanan penguasaan konten melalui metode diskusi kelompok dan bermain peran, sehingga hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian, kemampuan asertif dapat diperkuat melalui layanan penguasaan konten, metode diskusi kelompok, dan permainan peran. Penerapan layanan bimbingan kelompok dan teknik diskusi kelompok untuk meningkatkan kemampuan asertif siswa juga efektif digunakan oleh siswa kelas X SMK Negeri 4 Kota Bengkulu.

Bimbingan kelompok adalah suatu proses dimana konselor mendukung individu dalam kegiatan kelompok yang mendukung perkembangan pribadi dan perkembangan sosial setiap individu dalam kelompok untuk mencapai tujuan pengambilan keputusan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan bimbingan kelompok adalah untuk mencegah masalah dan mengembangkan potensi siswa. Bimbingan kelompok dipandang sebagai upaya untuk membangun rasa percaya diri siswa. Pemilihan teknik diskusi kelompok dimaksudkan untuk mampu mendiskusikan permasalahan secara bersama, mampu dan berani mengemukakan pendapat, membuka pola pikirnya menjadi lebih terbuka, berani untuk mengekspresikan segala sesuatu yang dirasakan terhadap orang lain namun masih tetap sopan, dan siswa menjadi peserta didik yang mampu untuk menggali potensi diri yang ada tanpa merasa bersalah maupun

merasa terbebani. Teknik diskusi kelompok diharapkan dapat meningkatkan kemampuan asertif siswa (Nisfa, 2020: 7).

Selama enam pertemuan yang diadakan, anggota kelompok memahami pentingnya ketegasan dan apa yang dapat dilakukan untuk mendorong perilaku asertif. Anggota kelompok merasa nyaman melakukan kegiatan ini dan memberikan kesan yang baik, setiap anggota belajar memahami dan menerapkan aspek perilaku percaya diri dalam kehidupan sehari-hari. Menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok yang diterapkan memungkinkan siswa untuk dengan percaya diri membuat keputusan dalam hidup mereka, mengungkapkan perasaan mereka yang sebenarnya, mengendalikan emosi mereka, efektif dalam interaksi, lebih menghormati orang lain dan lebih percaya diri. Dengan meningkatkan kemampuan asertif, diharapkan siswa dapat memperoleh manfaat dari layanan bimbingan kelompok yang juga akan meningkatkan perilaku asertif. Jika manfaat bimbingan kelompok dapat dikembangkan, maka layanan bimbingan kelompok akan sangat efektif tidak hanya bagi perkembangan pribadi siswa, tetapi juga bermanfaat bagi lingkungan dan masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari penerapan perlakuan layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dalam mereduksi perilaku asertif. Menurut Hasibuan dan Moedjiono (dalam Aidha, 2013: 218), salah satu manfaat teknik diskusi kelompok adalah pengembangan motivasi belajar. Alasan penggunaan teknik diskusi kelompok adalah untuk mendorong siswa berdiskusi dan bertukar pikiran, sehingga siswa dapat terdorong untuk berpartisipasi secara maksimal tanpa aturan yang terlalu ketat, namun tetap harus mengikuti prinsip yang ada dan disepakati bersama. Dalam kegiatan diskusi kelompok, semua panelis berupaya menciptakan situasi yang mendorong semua anggota untuk berpartisipasi dalam diskusi dan selalu terlibat aktif sehingga motivasi belajar siswa dapat meningkat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan tingkat perilaku asertif siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dengan kategori rata-rata rendah, dilihat dari hasil *pre-test* siswa dan dikarenakan masih rendahnya kemampuan siswa dalam mengungkapkan perasaan positif, afirmasi diri dan kemampuan mengungkapkan perasaan negatif. Tingkat perilaku asertif siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan dengan katagori rata-rata tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan perilaku asertif setelah diberikan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok berupa peningkatan dalam memberi dan menerima pujian, meminta pertolongan atau bantuan kepada orang lain, mengungkapkan perasaan dan terlibat dalam percakapan, mengungkapkan

dan mempertahankan hak, menolak permintaan, serta mengungkap ketidaksenangan dan mengekspresikan kemarahan. Pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok terhadap perilaku asertif siswa menunjukkan perubahan signifikan adanya peningkatan perilaku asertif siswa, dapat dilihat dari hasil skor *post-test* siswa yang meningkat, serta dilihat dari hipotesis yaitu H_a diterima. Terdapat perbedaan hasil *post-test* pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dapat dilihat dari hasil *post-test* kelompok kontrol dengan kategori rata-rata rendah, sedangkan kelompok eksperimen mengalami peningkatan dengan kategori rata-rata tinggi. Dari hasil tersebut terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok pada kelompok eksperimen dalam meningkatkan kemampuan asertif siswa.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna bagi siswa agar dapat melakukan kegiatan positif dalam mengungkapkan perasaan positif, mempunyai afirmasi diri, dan mengungkapkan perasaan negatif. Bagi guru BK dapat dilakukan sebagai acuan pemikiran dalam pemberian layanan dan penerapan teknik diskusi kelompok dalam membantu mengentaskan permasalahan siswa khususnya dalam mengontrol berperilaku asertif, dan bagi guru BK untuk memberikan layanan yang sama pada kelompok kontrol berupa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi kelompok. Bagi sekolah diharapkan mampu menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan pelayanan bimbingan dan konseling dan guru yang mengajar di kelas dapat membantu siswa dalam berperilaku asertif dengan penerapan teknik diskusi kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidha, N. H. P. (2013). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII D SMP Negeri 1 Ngariboyo. *Jurnal BK UNESA*, 03(01), 216–224.
- Allahyari, B., & Jenaabadi, H. (2015). The Role of Assertiveness and Self-Assertion in Female High School Students' Emotional Self-Regulation. *Creative Education*, 06(14), 1616–1622.
- Suharsimi, A. (2006). *Prosedur Penelitian; Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: Rineka Cipta
- Lianasari, D., Japar, M., & Purwati, P. (2018). Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Brainstorming Untuk Meningkatkan Kemampuan Perilaku Asertif Siswa. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 3(1), 6.
- Munir, L. Z. (2019). Kemampuan Asertif melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Metode Diskusi Kelompok dan Bermain Peran. *Jurnal As-Sabiqun*, 1(2), 99–117.
- Nisak, F. (2017). Konsep diri, kematangan emosi dan perilaku asertif remaja. *Skripsi*.
- Nisfa, F. Z. (2020). Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok terhadap Peningkatan Perilaku Asertif pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 1 Pencangaan. *Skripsi*.
- Nurnaningsih. (2011). Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa : Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas Vii Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Cicalengka-Bandung Tahun Ajaran 2010/2011. *Skripsi*.

- Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Ghalia Indonesia.
- Sudarmono. (2015). Meningkatkan Perilaku Asertif Melalui Layanan Penguasaan Konten Berbasis Permainan. *Jurnal Pendidikan*, VI(03), 220–231.
- Syahbana, B. A. (2011). Meningkatkan Kemampuan Asertif Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Metode Diskusi Kelompok dan Bermain Peran Pada Siswa Kelas XII Bahasa Sma N 1 Ungaran Tahun Ajaran 2010 / 2011. *Skripsi*.