

PENERAPAN STRATEGI LATIHAN ASERTIF DALAM BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA DALAM MENGUNGKAPKAN PENDAPAT SISWA KELAS X IBB SMA AL-ISLAM KRIAN SIDOARJO

Intan Dyah Permatasari⁽¹⁾, Tamsil Muis⁽²⁾

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: intandyah.permatasari@gmail.com⁽¹⁾, tamsilmuis@gmail.com⁽²⁾

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan penggunaan teknik Latihan Asertif dalam *setting* Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa mengemukakan pendapatnya. Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimen dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Partisipan penelitian ini adalah 8 orang siswa kelas X SMA Al-Islam Krian Sidoarjo yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dari populasi sebanyak 31 orang. Data tentang kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat digunakan kuesioner yang dikembangkan oleh peneliti. Data dianalisis dengan analisis statistik non-parametrik uji *wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan strategi latihan asertif dalam bimbingan kelompok tidak efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengungkapkan pendapat pada siswa kelas X IBB SMA Al-Islam Krian Sidoarjo.

Kata Kunci : *Latihan Asertif, Kepercayaan Diri, Mengungkapkan Pendapat*

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effectiveness of the use of Assertive Training techniques in the Group Guidance setting to increase students' confidence in expressing their opinions. This research is a pre-experimental research design with One Group Pretest-Posttest. The participants of this study were 8 students of class X of Al-Islam Krian Sidoarjo High School who were selected by purposive sampling technique from a population of 31 people. To collect data about students' confidence in expressing opinions used a questionnaire developed by researchers. To test the hypothesis, the data were analyzed by statistical analysis of non-parametric wilcoxon test. The results showed that the application of the assertive exercise strategy in group guidance was not effective in increasing students' self-confidence in expressing opinions in class X of high school students of IBB SMA Al-Islam Krian Sidoarjo.

Keywords: *Assertive Training, Confidence, Express Opinion*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi atau masa peralihan dari masa anak-anak mengarah pada masa dewasa. Masa remaja dimulai ketika manusia memasuki usia sekitar 10 sampai 12 tahun, lalu berakhir pada umur sekitar 18 sampai 22 tahunan. Remaja sudah bukan termasuk dalam kelompok anak-anak tetapi juga belum termasuk dalam kelompok orang yang dewasa. Remaja adalah merupakan suatu peristiwa yang selalu dialami oleh semua orang dan ini merupakan sebuah perkembangan dari masa anak-anak dan masa dewasa dan juga

merupakan sebuah perubahan biologis dan pikiran dan juga emosinya. Masa remaja merupakan masa datangnya pubertas dimana ini adalah merupakan masa perubahan anak-anak mengarah ke dewasa terhitung juga mulai dari umur 11-18 tahunan (Hurlock, 2002).

Santrock (2003) mengungkapkan masa remaja adalah sebuah masa-masa dimana sangat sulit untuk para remaja serta orang tua, karena akan banyak terjadi sebuah konflik dan sebuah perdebatan yang selalu muncul karena para remaja sudah merasa mampu dan bisa menyampaikan apapun yang sedang dirasakan dan itu merupakan sebuah suatu kebebasan dan haknya sebagai remaja.

Siswa SMA seharusnya sudah mampu untuk mengungkapkan pendapatnya serta mempunyai keberanian untuk bertanya dan juga menyanggah sebuah pernyataan. Karena sesuatu hal ada kira-kira 65% siswa tidak dapat melakukannya bahkan merasa sulit. Beberapa siswa merasa mempunyai opininya sendiri-sendiri tetapi mereka lebih memilih untuk diam dan tidak menyampaikan sesuatu apapun dengan alasan seperti meerasa takut salah, merasa pertanyaan atau pernyataan yang diberikan kurang berbobot, merasa takut jika ditertawakan oleh teman sekelasnya. Para siswa yang merasa takut untuk menyampaikan sesuatu hal didalam kelas ataupun didalam organisasi biasanya mayoritas merupakan siswa yang kurang aktif untuk berkomunikasi didalam kelas maupun diluar kelas. Sebaliknya, jika para siswa yang mempunyai keberanian untuk menyampaikan pertanyaan atau pernyataannya sering kali adalah siswa yang lebih dominan aktif dalam kelas maupun luar kelas mereka mungkin aktif berkomunikasi dengan berbagai macam orang yang ditemui untuk mengasah ilmu komunikasinya agar menjadi lebih baik, dan juga selalu berfikir positif.

Masalah siswa dalam mengungkapkan pendapat yang sulit jika tidak mendapatkan perhatian atau penanganan untuk membantu menyelesaikan hal tersebut akan berdampak tidak baik untuk masa depan siswa tersebut dan juga bisa saja siswa merasa bahwa dia tidak ada yang menganggap ada dengan keberadaanya, dan juga bisa mengganggu dalam pelajaran akademiknya. Demikian dengan adanya masalah seperti ini guru BK merupakan orang yang memiliki peran penting dalam menangani masalah ini agar siswa dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimen dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest* . Rancangan ini digunakan untuk menguji keefektifan startegi latihan asertif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa mengungkapkan pendapat dengan jalan membandingkan kepercayaan diri siswa mengemukakan pendapat sebelum dan sesudah

perlakuan. Perlakuan dalam penelitian ini adalah strategi latihan asertif yaitu suatu latihan untuk mengungkapkan apapun yang ada dalam pikiran, perasaan, keinginan, serta kebutuhannya dengan jujur. Partisipan penelitian ini adalah 8 orang siswa kelas X SMA Al-Islam Krian Sidoarjo yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dari populasi sebanyak 31 orang. Untuk mengumpulkan data tentang kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat digunakan kuesioner yang dikembangkan oleh peneliti. Menguji hipotesis, data dianalisis dengan analisis statistik non-parametrik uji *wilcoxon*

Waktu penelitian ini yaitu pada tanggal 30 September 2019 – 30 Oktober 2019. Tempat penelitian dilakukan di SMA Al-Islam Krian Sidoarjo.

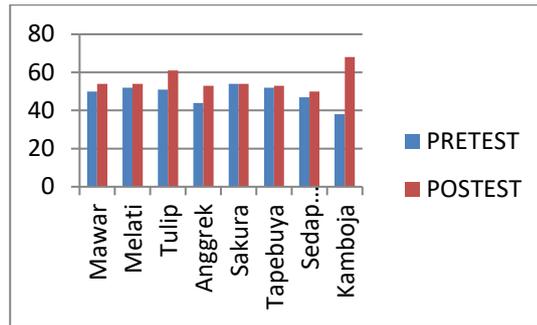
HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut hasil wawancara serta observasi yang telah dilaksanakan oleh peneliti, di dalam kelas X IBB memang terkenal bahwa para siswanya termasuk siswa yang pasif atau kurang aktif. Pada saat masuk ke dalam ruangan kelas untuk memberikan materi sekaligus observasi didalam kelas para siswa memang terlihat pasif jarang sekali menyampaikan pertanyaan, menyampaikan sanggahan ataupun bertanya untuk sebatas basa basi kepada saya, dan pada saat saya memberikan materi kelas memang terhening sepi dan mereka memephatikan apa yang saya katakan. Tetapi, untuk bertanya tidak semua siswa, hanya salah satu siswa saja yang berani mengungkapkan pendapat atau pertanyaanya.

Hari berganti, pada saat memberikan sebuah angket kepada para siswa kelas X IBB sejumlah 48 butir pernyataan untuk 32 siswa didalam kelas, setelah angket terkumpul peneliti menemukan sebanyak 8 siswa yang hasil dari hitungan angket mereka mempunyai kemampuan untuk mengungkapkan pendapatnya di kategori sedang.

Tabel 1
Perbandingan skor Kepercayaan Diri Mengungkapkan Pendapat
Pre-test dan Post-Test

No.	Responden	Pre-Test Skor	Post-Test Skor
1.	Mawar	50	54
2.	Melati	52	54
3.	Tulip	51	61
4.	Anggrek	44	53
5.	Sakura	54	54
6.	Tapebuya	52	53
7.	Sedap malam	47	50
8.	Kamboja	38	68



Grafik 1
Grafik Kepercayaan Diri Mengungkapkan Pendapat Pre-test dan Post-test

Grafik diatas adalah hasil peningkatan skor yang telah didapatkan oleh siswa terdapat nilai tetap dan kenaikan yang bervariasi, hal ini terjadi karena tingkat permasalahan yang dihadapi siswa juga berbeda. Peningkatan pada setiap responden dengan perubahan yaitu dari responden Mawar dia mengalami kenaikan hanya dengan point tapi tetap dalam kateori sedang, responden Melati mengalami kenaikan 2 *point* saja dan juga tetap dalam kategori sedang, responden Tulip mengalami kenaikan 10 *point* dan masih dalam kategori Anggrek mengalami kenaikan 9 *point* dan masih dalam kategori sedang, responden Sakuraidak mengalami kenaikan sama sekali, responden Tapebuya mengalami kenaikan hanya 1 *point* saja juga masih dalam kategori sedang, responden Sedap malam mengalami kenaikan 3 *point* saja dan masih dalam kategori sedang, responden Kamboja mengalami kenaikan 30 *point* dia masuk kedalam kategori tinggi.



Gambar 1. Pada saat melakukan proses bimbingan kelompok



Gambar 2. Pada saat melakukan proses bimbingan kelompok

Pembahasan disini berdasarkan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu bahwa dalam hasil analisis uji wilcoxon adalah

	POSTTEST – PRETEST
Z	-2,366 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Pada tabel diatas diperoleh dari tabel *Ranks* bahwa nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* adalah 0,018 jadi lebih kecil dari 0,05 bisa disebutkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, penelitian penggunaan teknik latihan asertif didalam bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa mengungkapkan pendapat.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang mendasari penelitian ini yang pada dasarnya mengungkapkan bahwa latihan asertif merupakan latihan mengungkapkan secara jujur apa yang ada di dalam pikiran dan di dalam perasaan. Latihan ini penting dilakukan bagi orang-orang yang memiliki masalah dalam mengungkapkan isi pikiran dan perasaan.

SIMPULAN

Berdasarkan dengan pengolahan data dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik latihan asertif efektif meningkatkan kepercayaan diri siswa untuk mengungkapkan pendapat.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmadi, A. (2003). *Ilmu Pendidikan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Anthony. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri (Translate Rita Wahyudo)*. Jakarta : Bina Rupa Aksara

- Nurihsan, A, J. (2011). *Strategi Layanan dan Konseling*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Mappiare, A. (2011). *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Corey, G. (2003). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Dahar, R, W. (2011). *Teori Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Dewa, K, S. (2002). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, hm 49
- Farid Mashudi. 2012. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: IRCiSoD.
- Hakim Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Hidayat, Zein. 2010. *Hipnoterapi untuk Anak yang Kurang Percaya Diri*. Jakarta: Tiga Kelana.
- Iswidharmanjaya dan Agung. 2010. *Suatu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Juntika, A. (2006). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama
- Jamaludin, A. (2000). *Outbound Manajemen Training*. Yogyakarta: UII Press.
- Latipun. (2013). *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press)
- Lauster, P. (2006). *Tes Kepribadian*. Jakarta : Gaya Media Pratama
- Mastuti & Aswi. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. Jakarta : PT.Buku Kita
- Nursalim, M. (2013). *Strategi Konseling & Intervensi Konseling*, Jakarta: Indeks
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Padang : Universitas Negeri Padang
- Perry, M. (2006). *Confidence Boosters : Pendongkrak Kepercayaan Diri. (Terjemahan Aditya Suharmoko)*. Jakarta: Erlangga
- Sharbinie, Uly M dan Agus Suryana. (2006). *Seni Berbicara didepan Publik Bebas Rasa Takut*. Jakarta : EDSA Mahkota
- Sukardi, Dewa Ketut. (2002). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling disekolah*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Seto, M. (2011). *Positive Thinking vs Positive Attitude*. Yogyakarta: Locus
- Suryabrata, S. (2013). *Metodelogi Penelitian*. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.