

Peningkatan Keberanian Siswa Berbicara Dalam Diskusi Kelas Menggunakan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training*

The Improvement Of Students' Courageousness To Speak In Class Discussion Using Group Conscients Using Assertive Training Techniques

Ferry Adi Rusmana^{1*}, Syarifuddin Dahlan², Redi Eka Andriyanto³

¹ Mahasiswa FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

² Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³ Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

Received: Februari, 2018

Accepted: Februari, 2018

Online Published: Februari, 2018

Abstract: The Improvement of Students Courageousness to Speak in Class Discussion Using Group Conscients Using Assertive Training Techniques. The problem of this research is the courageousness of students to speak in a class discussion. The purpose of this research is to find out the improvement of students' courage to speak in class discussion using assertive training technique. This research used quasi experimental method with pretest posttest design. The subjects of this research were 20 students. Observation technique was used to collect the data. The result of the research shows that there is an improvement of speaking courageousness using assertive training technique, it is shown from the improvement of speaking courage 27,35% and result of data analysis using paired sample t-test, obtained $t_{count} > t_{table}$ ($16.522 > 2.086$). The conclusion of the study is that there is an improvement in students' speaking courageousness after having a group counseling using assertive training techniques.

Keywords: *assertive training, courageousness to speak, group counseling*

Abstrak: Peningkatan Keberanian Siswa Berbicara dalam Diskusi Kelas Menggunakan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*. Masalah penelitian ini adalah keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui peningkatan keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dengan teknik *assertive training*. Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimen* dengan desain *pretest posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 20 siswa. Pengumpulan data menggunakan teknik observasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keberanian berbicara dengan teknik *assertive training*, hal ini ditunjukkan dari peningkatan sebesar 27,35% dan hasil analisis data dengan menggunakan *paired sample t-test*, diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($16.522 > 2,086$). Kesimpulan penelitian adalah terdapat peningkatan terhadap keberanian berbicara pada siswa setelah pemberian konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Kata kunci: *assertive training, keberanian berbicara, konseling kelompok*

PENDAHULUAN / INTRODUCTION

Masa remaja merupakan masa mencari jati diri sehingga ia memiliki sikap yang terlalu tinggi dalam menilai dirinya atau sebaliknya. Masa remaja adalah masa yang mempunyai karakteristik tersendiri. Kebiasaan, harapan, tuntutan, cita-cita, kebutuhan, minat dan segala pola hidupnya serta diwarnai oleh idealisme yang tinggi. Perubahan dalam banyak aspek terjadi, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial.

Sekolah dapat membawa berbagai persoalan dalam dirinya. Mereka menghadapi “persoalan identitas”, mereka kurang tahu siapa sebenarnya diri mereka, apa yang mampu dikerjakan, dimana keterbatasan dalam dirinya, kearah mana ia berjalan, dimana tempatnya dalam masyarakat, apa tuntutan masyarakat jika ia berdiri pada suatu tempat tertentu. Sehingga remaja memikul tugas dan tanggungjawab yang disebut sebagai tugas-tugas perkembangan, antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik dengan pria maupun wanita (Hurlock, 1999:209). Pada siswa yang tidak berhasil menguasai tugas perkembangannya, tidak dapat memenuhi harapan-harapan tersebut, maka dapat menimbulkan akibat yang kurang baik dalam perkembangan kepribadian siswa tersebut.

Peneliti mengambil bidang bimbingan sosial untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial mereka, berani mengemukakan

pendapatnya dan percaya diri, serta membantu siswa mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi budi pekerti luhur, tanggung jawab kemasyarakatan. Karena dalam agama semua siswa diajarkan bahwa kedudukan setiap orang adalah sama di mata Tuhan yang menciptakan setiap siswa dengan kelebihan dan kelemahan masing-masing.

Siswa memandang sekolah sebagai lembaga yang dapat mewujudkan cita-cita mereka. Sekolah didirikan untuk membantu keluarga dalam mengarahkan pertumbuhan dan perkembangan anak agar menjadi siswa seutuhnya. Dalam pelaksanaan pendidikan dan pengajaran di sekolah masih banyak siswa yang mengalami berbagai macam hambatan dalam belajar. Untuk mengatasi berbagai kesulitan atau hambatan belajar, siswa sering kali memerlukan bimbingan orang lain. Salah satu hambatan yang sering dihadapi siswa adalah kurangnya keberanian untuk berbicara.

Rasa percaya diri usia remaja merupakan hal yang penting, karena pada saat itu siswa harusnya sudah tidak mudah terpengaruh, yakin akan pendapatnya, tidak tergantung pada orang lain, benar akan semua tindakannya, yakin akan setiap pengambilan keputusan dan yakin akan kemampuannya. Kepercayaan diri sendiri adalah sumber potensi utama seseorang dalam hidupnya. Jika seseorang sudah tidak lagi percaya diri, misalnya tidak percaya akan cita-cita hidupnya dan keputusan-keputusan yang diambilnya serta tidak percaya akan

potensi dan segala kemungkinan dari dirinya, maka hilanglah seluruh sumber potensi diri mereka (Jannah: 2006:10).

Beberapa masalah yang sering muncul di beberapa sekolah khususnya di sekolah SMP Negeri 1 Natar, setelah peneliti melakukan wawancara terhadap guru BK di sekolah ternyata masalah yang sering muncul, salah satunya yaitu siswa cenderung pasif saat pembelajaran, khususnya untuk mengemukakan pendapatnya pada saat diskusi kelas, siswa cenderung tidak berani mengemukakan pendapatnya, siswa pendiam sehingga sulit untuk diajak berdiskusi atau tanya jawab dalam kegiatan pembelajaran, siswa lebih percaya kemampuan temannya dari pada kemampuan dirinya sendiri sehingga siswa tidak berani berpendapat atau berbicara dalam diskusi kelas.

Guru BK dapat memberikan layanan konseling kelompok dan menggunakan teknik-teknik dalam konseling, salah satunya yaitu teknik *assertive training*. Menurut Walter (Purwanta, 2012:165) latihan asertif (*assertive training*) adalah prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih dan mendorong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu. Menurut (Corey, 2013:214) latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif dirancang untuk membimbing

manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas. Seperti hasil penelitian dari Arzia Purita dan Sumedi Nugraha (2015) dan Oktavisa (2015) bahwa terdapat peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal setelah dilakukannya asertif training pada siswa SMP kelas VIII. Hal ini juga didukung oleh penelitian Marini (2008) dan Rian Pratama (2014) bahwa terdapat peningkatan rasa percaya diri dengan menggunakan teknik asertif training. Penelitian terbaru dari Muttakin dan Heryana (2016) juga mengungkapkan bahwa ada peningkatan keberanian berbicara setelah diberikan latihan asertif pada siswa SMA kelas X. Selanjutnya didukung oleh penelitian Novianti (2015) tentang perilaku asertif pada remaja awal. Penelitian dari Fitri Ramadhani (2014) juga mengungkapkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan mengungkapkan pendapat pada siswa SMA setelah diberikan latihan asertif.

Saat berbicara diperlukan sikap yang dapat mengomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain yang disebut sikap asertif. Sikap dan perilaku asertif sangat berpengaruh dalam membina hubungan baik dengan orang lain, sehingga dapat menambah pengetahuan yang mungkin belum diketahui yang dapat menunjang prestasi akademik khususnya maupun non akademik umumnya dan bermanfaat bagi hubungan sosial.

Berdasarkan uraian tersebut tujuan yang hendak dicapai peneliti dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keberanian berbicara dalam diskusi kelas menggunakan teknik *Assertive Training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan tahun pelajaran 2017/2018.

METODE PENELITIAN/ RESEARCH METHOD

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuasi eksperimen, dengan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian ini adalah tahun pelajaran 2017/2018. Tempat penelitian adalah di SMP Negeri 1 Natar yang beralamatkan di Jl. Negara Ratu No. 36 Kec. Natar, Lampung Selatan.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian ditetapkan dari hasil observasi dan wawancara kepada guru bimbingan dan konseling dan wali kelas di SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, peneliti mengambil 20 orang subjek.

Prosedur

Dalam desain ini subjek dikenakan perlakuan dengan dua kali pengukuran. Pengukuran yang pertama dilakukan sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi layanan bimbingan kelompok Untuk memperjelas eksperimen dalam penelitian ini disajikan tahap-tahap rancangan eksperimen.

Melakukan *pretest* yaitu dengan melakukan observasi terhadap 20 orang siswa yang akan diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Memberikan perlakuan (*treatment*) yaitu dengan memberi perlakuan pada siswa dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Melakukan *posttest* setelah pemberian perlakuan dengan tujuan untuk mengetahui hasil apakah keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dapat ditingkatkan dengan memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. *Posttest* ini juga dilakukan menggunakan observasi. Prosedur analisis data, yaitu dengan menggunakan *paired sample t test*.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data interval. Data dikumpulkan dengan menggunakan instrumen pedoman observasi.

Peneliti dalam penelitian ini, menggunakan 2 alternatif jawaban yaitu YA dan TIDAK. Dengan memiliki masing-masing skor yang berbeda, apabila pernyataan positif (*favorable*) maka jawaban YA skornya 1, TIDAK skornya 0, begitu juga sebaliknya

Table 1. Kriteria bobot nilai pada Observasi

Pernyataan Favorable (+)	Skor	Pernyataan Unfavorable (-)	Skor
YA	1	YA	0
TIDAK	0	TIDAK	1

Validitas Instrumen

Uji validitas dilakukan dengan *Judgment experts*, para ahli yang dimintai pendapatnya adalah Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila. Kemudian hasil *judgment expert* dianalisis dengan rumus *Aiken's V*. Dalam hal ini *judgment expert* dilakukan oleh para dosen bimbingan dan konseling Universitas Lampung yakni oleh Asri Mutiara Putri, Citra Abriani Maharani, Yohana Oktarina. Hasil uji ahli menyatakan bahwa pernyataan tepat dan dinyatakan valid sehingga dapat dipergunakan sebagai instrumen dalam penelitian. Hasil perhitungan uji validitas lembar observasi penelitian menunjukkan nilai rata rata 0,869 termasuk kategori tinggi.

Reliabilitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan metode observasi yang dilakukan oleh dua observer maka uji reabilitas dihitung dengan melihat nilai kesepakatan dengan menggunakan rumus :

$$KK = \frac{2S}{N_1 + N_2}$$

Keterangan :

KK : koefisien kesepakatan

2S : Sepakat, jumlah kode yang sama untuk objek yang sama

N₁ : Jumlah kode yang dibuat oleh pengamat I

N₂ : Jumlah kode yang dibuat oleh pengamat II.

Hasil perhitungan uji reliabilitas lembar observasi penelitian menunjukkan nilai rata rata 0,878 termasuk kategori sangat tinggi

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan Analisis

menggunakan *Paired sample t-test*. Skor yang dijadikan perhitungan adalah *gain score*. *Paired sample t-test* dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)¹⁷. Hasil analisis data dengan menggunakan *t-test* diperoleh harga $t_{hitung} = 16.522$.

HASIL DAN PEMBAHASAN / RESULT AND DISCUSSION

Pelaksanaan penelitian upaya meningkatkan keberanian siswa berbicara dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Tahun Pelajaran 2017/2018. Di awali dengan memasukkan surat izin penelitian kepada pihak sekolah yang langsung disetujui pada hari tersebut.

Sebelum pelaksanaan *assertive training*, peneliti melakukan wawancara dengan guru BK dan wali kelas untuk mendapatkan calon subjek yang memiliki kriteria keberanian siswa berbicara yang rendah, sedang dan tinggi. Hal ini peneliti lakukan dengan alasan guru BK mengetahui dan memahami tentang siswa yang diasuhnya, kemudian peneliti melakukan penjarangan subjek dengan melakukan observasi untuk mengamati perilaku yang tampak dari calon subjek. Berdasarkan rekomendasi dari guru BK, peneliti melakukan observasi (*pretest*) terhadap 20 siswa. Observasi dilakukan selama 1 hari. Dari 20 siswa terdapat 4 siswa yang memiliki keberanian berbicara yang tinggi, 7 orang yang memiliki keberanian berbicara sedang, dan 9 siswa memiliki keberanian berbicara

rendah. Peneliti membagi 20 siswa dalam 3 kelompok penelitian agar lebih efektif dalam memberi perlakuan. Sebelum pemberian *assertive training*, peneliti mengadakan pertemuan dengan siswa untuk menetapkan hari, waktu, dan tempat pelaksanaan *assertive training*.

Pelaksanaan inti penelitian yaitu *assertive training*, dilakukan sebanyak empat kali pertemuan. Penelitian di mulai sejak tanggal 31 Juli 2017 s.d 24 Agustus 2017. Adapun individu yang menjadi subjek penelitian berjumlah 20 siswa. Hasil pemberian *assertive training* dievaluasi dengan cara melakukan *posttest*.

Kegiatan dalam *assertive training* ini peneliti berusaha mengembangkan langkah-langkah konseling yang mana langkah-langkah konseling ini sangat berperan dalam meningkatkan keberanian siswa berbicara, karena dalam konseling yang aktif, siswa terlibat langsung dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi anggota yang lain maupun dirinya sendiri.

Hasil pelaksanaan bimbingan kelompok berdasarkan prosedur dan langkah-langkah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada pertemuan pertama adalah Pada pertemuan pertama, anggota kelompok masih terlihat pasif dan malu-malu. Kegiatan dimulai dengan perkenalan dengan permainan "Oper pena". Setelah perkenalan, ketegangan kelompok mulai berkurang yang ditandai dengan canda tawa mereka.

Satu per satu anggota kelompok memaparkan masalahnya dan menyepakati masalah siapa dulu yang akan di bahas dan di selesaikan dalam pertemuan kali ini. Setelah itu anggota kelompok yang lain memberikan pendapat, saran dan masukan terhadap masalah anggota kelompok yang sedang di bahas masalahnya. Pada pertemuan ini sudah mulai terbangunnya tekad yang ada pada diri siswa untuk berbicara, hal ini terbukti dari timbulnya kesadaran anggota kelompok untuk berpendapat dan memberikan saran tanpa ada paksaan. Setelah waktu sudah habis, maka pemimpin kelompok membuat kesepakatan kepada semua anggota kelompok tentang pertemuan selanjutnya.

Pada Pertemuan kedua, suasana kelompok terlihat lebih baik dari pertemuan pertama. Anggota kelompok mulai bercanda dengan anggota lainnya sebelum konseling kelompok ini dimulai. Seperti pada pertemuan pertama, pemimpin kelompok mengarahkan untuk membahas masalah anggota kelompok lain yang belum terselasaikan. Anggota kelompok yang lain mulai menanggapi masalah anggota kelompok yang sedang di bahas masalahnya tersebut. Target yang di capai pada pertemuan kedua ini adalah terbangunnya tekan untuk berbicara pada semua anggota kelompok, hal ini terbukti dari semua anggota kelompok mengemukakan saran dan pendapatnya tanpa ada paksaan.

Sedangkan pada pertemuan ketiga, melanjutkan pertemuan pertama dan kedua, yaitu melakukan

assertive training dengan simulasi presentasi. Target yang dicapai pada pertemuan ini adalah anggota kelompok sudah mulai percaya diri untuk menyakikan materi di depan anggota kelompok yang lain, optimis dengan jawaban mereka dan dapat mempertahankan jawaban mereka yang artinya anggota kelompok sudah bisa konsisten dengan apa yang mereka katakannya.

Tiba pada pertemuan keempat, tim penyaji mulai memaparkan materi yang ingin mereka sampaikan, setelah tim penyaji selesai memaparkan, dibuka sesi pertanyaan untuk tim penanya. Tim penanya mulai melontarkan pertanyaan kepada tim penyaji, disini semua anggota kelompok harus berbicara. tidak jarang terjadi debat antara tim penyaji dan tim penanya karena belum menemukan jawaban yang diinginkan oleh tim penanya. target yang dicapai pada pertemuan ini adalah tekad untuk berbicara para anggota kelompok sudah terbangun dengan baik, kepercayaan diri dalam berbicara juga sudah baik ditandai dengan lancarnya mereka menyajikan materi di depan anggota kelompok lain. Optimismenya juga sudah cukup untuk yakin dalam berbicara, sedangkan konsisten sudah baik sekali terlihat dari debat debat yang sering muncul untuk mempertahankan jawaban dari kelompok penyaji.

Proses konseling kelompok dengan teknik assertive training diatas sejalan dengan Masters (Gunarsah, 2007:217) meringkas beberapa jenis prosedur latihan asertif, yakni, mengidentifikasi terhadap keadaan

husus yang menimbulkan persoalan pada klien, memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan klien pada situasi tersebut, setelah itu dipilih sesuatu situasi khusus di mana klien melakukan praktek langsung sesuai dengan apa yang ia perlihatkan, setelah itu diantara waktu-waktu pertemuan, konselor menyuruh klien melatih dalam imajinasinya, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Kepada mereka juga diminta menyertakan pernyataan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi. Hasil apa yang dilakukan pasien atau klien, dibicarakan pada pertemuan berikutnya.

Konselor harus menentukan apakah klien sudah mampu memberikan respon yang sesuai dari dirinya sendiri secara efektif terhadap keadaan baru, baik dari laporan langsung yang diberikan maupun dari keterangan orang lain yang mengetahui keadaan pasien atau klien.

Beberapa masalah yang di hadapi klien adalah tidak berani mengungkapkan apa yang ingin ia kemukakan karena takut salah dan di tertawakan oleh teman-temannya, merasa bahwa dirinya tidak mempunyai hak berbicara atau berpendapat, takut ketika berada di depan orang banyak untuk menyampaikan pendapat. Masalah tersebut dapat dilihat dari observasi yang dilakukan peneliti dan dari proses konseling kelompok. Setelah di berikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, terdapat perubahan kearah yang lebih baik, klien berangsur-angsur lebih berani mengungkapkan pendapatnya,

klien sudah tidak malu lagi ketika berbicara di depan teman-temannya. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Alvonco, 2014:112) bahwa sikap asertif atau tegas berarti mampu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, atau keyakinan secara terbuka dan jujur dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain.

Peningkatan ini dapat dilihat pada setiap indikator keberanian berbicara, untuk indikator adanya tekad meningkat dari 29 ke 38,5 atau meningkat sebesar 32,7%. Untuk indikator percaya diri, meningkat dari 17,5 ke 24,5 atau meningkat sebesar 40%. Untuk indikator optimisme meningkat dari 36,5 ke 44 atau sebesar 20,5%. Sedangkan pada indikator konsistensi meningkat dari 28,5 ke 35 atau meningkat sebesar 22,8%. Peningkatan terbesar terjadi pada indikator percaya diri, yaitu sebesar 40%, hal ini terjadi karena anggota kelompok dilatih untuk langsung praktek berbicara di depan teman-temannya, hal ini yang membuat kepercayaan diri anggota kelompok meningkat cukup signifikan. Hal ini juga dapat dilihat dari hasil keseluruhan skor *posttest* klien yang menunjukkan adanya peningkatan dari skor *pretest* mereka, umumnya klien meningkat dari kategori keberanian berbicara “rendah” menjadi “sedang”, sedangkan yang memiliki keberanian berbicara “sedang” menjadi kategori keberanian berbicara “tinggi”, bukan berarti yang mempunyai keberanian berbicara tinggi tidak meningkat, mereka tetap meningkat pada skor *posttest* mereka lebih tinggi lagi.

Berikut ini adalah data hasil observasi keberanian siswa berbicara.

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang didapat dari observasi 20 orang subjek diperoleh data keberanian siswa berbicara seperti tersaji pada Tabel 2.

Tabel 2. Perbandingan Skor Hasil *Pretest* dan *Posttest* Keberanian Siswa Berbicara

No	Nama	Pretest	posttest	Peningkatan
1	AAF	8,5	10	17,6%
2	AP	3	5	66,6%
3	AF	8	9,5	18,75%
4	DAP	3	4,5	50 %
5	DY	9	10,5	16,6%
6	DK	7	8,5	21,4%
7	DSM	7	9	28,6%
8	DE	3	4,5	50%
9	EP	8	9,5	18,75%
10	FAY	2,5	4	60%
11	IM	6	8,5	41%
12	MFA	5,5	7	27,3%
13	NN	3	4,5	66,6%
14	NPS	3	4	33,4%
15	NAP	7	8	14,3%
16	ODS	3	5	66,6%
17	ORR	10	11	10%
18	PNK	3	5	66,6%
19	YLT	9	10	11,2%
20	ZAB	3	4	33,4%
Jumlah		111,5	142	
Jumlah Rata-rata		5,575	7,1	27,35%
Peningkat			1,525	

Berdasarkan tabel 2 dijelaskan hasil *pretest* terhadap 20 subyek sebelum pemberian *assertive training*

diperoleh nilai rata-rata skor keberanian siswa berbicara diperoleh nilai rata-rata 5,575. Setelah dilakukan *assertive training*, hasil *posttest* diperoleh nilai rata-rata 7,1. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan keberanian siswa berbicara setelah diberikan kegiatan *assertive training* sebesar 1,525 atau sebesar 27,35%.

Setelah diperoleh data yang diperlukan, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peningkatan keberanian siswa berbicara siswa melalui *assertive training*. Analisis yang digunakan untuk mengetahui perbedaan peningkatan keberanian siswa berbicara siswa sebelum dan setelah dilakukannya *assertive training* adalah dengan menggunakan *Paired sample t-test* dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)17.

Tabel 3. Analisis Data Hasil Penelitian Menggunakan t test

N	Df	T tabel	T hitung
24	22	2,086	16.522

Hasil analisis data dengan menggunakan Uji-t menunjukkan bahwa t hitung = 16.522 kemudian t hitung dibandingkan dengan t tabel 0,05 = 2,086, karena t hitung > t tabel (16.522 > 2,086) artinya Ha diterima yaitu keberanian siswa berbicara dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas

VII SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

H_a : Terdapat peningkatan yang signifikan terhadap keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas setelah diberikannya konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training*.

H₀ : Tidak terdapat terdapat peningkatan yang signifikan terhadap keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas setelah diberikannya konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training*.

Peneliti melakukan uji-t ditentukan $df = N - 2 = 20 - 2 = 18$ dengan taraf signifikansi 0,05 maka diperoleh t tabel = 2,086. Peneliti melakukan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji-t melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)17.

Data kelompok diperoleh t hitung = 16.522, sehingga dapat disimpulkan bahwa keberanian siswa berbicara dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training*. Hasil tersebut dapat diketahui bahwa keberanian siswa berbicara dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training* karena t hitung = 16.522 > t tabel 2,086, maka Ha diterima dan H₀ ditolak. Jadi dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa keberanian siswa berbicara dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Tahun Pelajaran 2017/2018.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat peningkatan keberanian berbicara siswa, hal ini dapat dilihat dari meningkatnya nilai pretest dan posttest siswa yang menjadi subjek penelitian. Dapat dilihat juga dari perilaku siswa yang sudah bisa terbuka dan berani berbicara untuk menyampaikan pendapatnya. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Alvonco, 2014:112) bahwa sikap asertif atau tegas berarti mampu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, atau keyakinan secara terbuka dan jujur dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain.

Pada penelitian ini yang mengalami peningkatan yang paling signifikan adalah AP, NN, ODS, dan PNK. Mereka mengalami peningkatan sebesar 66,6% karena mereka memang menunjukkan perubahan perilaku yang sangat bagus dan konsisten meningkat. Pada skor *pretest* mereka menunjukkan kategori rendah, tetapi pada setiap pertemuan mereka menunjukkan peningkatan yang konsisten sampai akhirnya mereka mendapat nilai *posttest* dengan kategori sedang.

Hasil akhir penelitian menunjukkan adanya peningkatan keberanian siswa berbicara. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan rata-rata skor *pretest* sebesar 5,575. Setelah dilakukan *assertive training*, hasil *posttest* diperoleh nilai rata-rata 7,1. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan keberanian siswa berbicara setelah diberikan kegiatan *assertive training* sebesar 1,525 atau sebesar 27,35%.

Penulis mengalami kesulitan pada penelitian ini yang dianggap menjadi kekurangan dalam praktek konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, diantaranya yaitu, Sulit memancing konseli untuk berani berbicara dengan asertif pada konseli yang terlalu pasif. Berkali kali peneliti membatasi konseli yang sangat dominan agar konseli yang pasif dapat berbicara. Peneliti juga terkendala dengan sarana dan prasarana di sekolah belum memadai, jadi peneliti memakai ruang kelas yang kosong. Dalam penelitian ini juga peneliti menemukan kekuatan dari teknik *assertive training* yang dilakukan peneliti yaitu 1) Langsung melakukan praktek latihan jadi lebih mudah di pahami oleh konseli. 2) Dapat memanfaatkan dinamika kelompok yang sudah terbangun. 3) Lebih menyenangkan dengan menggunakan alat peraga saat presentasi.

Kemampuan yang dikembangkan dengan teknik *assertive training* yaitu keberanian berbicara, pemahaman tentang diri sendiri yang mendorong penerimaan diri dan perasaan diri berharga, interaksi sosial, khususnya interaksi antarpribadi serta menjadi efektif untuk situasi-situasi sosial, pengambilan keputusan dan pengarahan diri, sensitivitas terhadap kebutuhan orang lain dan empati, serta perumusan komitmen dan upaya mewujudkannya. Selain itu, Dalam kegiatan *assertive training* seluruh siswa memiliki kesempatan untuk saling mengungkapkan atau menyampaikan sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan tanpa merasa takut orang lain akan melakukan penolakan. Hal ini sejalan

dengan pendapat (Gunarsah, 2007:217) yang memaparkan bahwa latihan asertif adalah prosedur latihan yang diberikan kepada klien untuk melatih perilaku penyesuaian sosial melalui ekspresi diri dari perasaan, sikap, harapan, pendapat, dan haknya.

SIMPULAN / CONCLUSION

Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan keberanian siswa berbicara pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan *t-test*, dimana diperoleh harga $t_{hitung} = 16.522$. Harga ini selanjutnya dibandingkan dengan $t_{tabel} = 2,086$. Ketentuan pengujian bila $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ternyata $t_{hitung} = 16.522 > t_{tabel} = 2,086$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan keberanian siswa berbicara setelah diberi layanan konseling kelompok, dengan teknik *assertive training* sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat digunakan untuk meningkatkan keberanian siswa berbicara pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Natar.

Kesimpulan penelitian ini adalah layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan keberanian berbicara siswa pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018. Hal ini ditunjukkan dari

sikap dan adanya peningkatan dari *score pretest* dan *score posstest*.

Ada dua saran yang ingin penulis ajukan setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, yaitu kepada guru bimbingan konseling jika ingin memanfaatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keberanian berbicara pada siswa, dan untuk peneliti selanjutnya, saran kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mempertimbangkan kelemahan dan kelebihan dari penelitian ini jika ingin mengadakan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keberanian berbicara siswa. Kelemahan dan kelebihan yang dialami peneliti pada penelitian ini adalah sulit memancing konseli untuk berani berbicara dengan asertif pada konseli yang terlalu pasif. Selain itu berkali kali penulis membatasi konseli yang sangat dominan agar konseli yang pasif dapat berbicara. Penulis juga terkendala dengan sarana dan prasarana di sekolah belum memadai, jadi peneliti memakai ruang kelas yang kosong untuk melakukan konseling kelompok.

Dalam penelitian ini juga peneliti menemukan kekuatan dari teknik *assertive training* yang dilakukan peneliti yaitu dalam layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* ini langsung melakukan praktek latihan yaitu simulasi presentasi, hal ini dapat mempermudah konseli untuk memahami dan langsung

mengaplikasikan pemahaman tersebut. Selain itu penelitian ini juga dapat memanfaatkan dinamika kelompok yang sudah terbangun. Dengan menggunakan alat peraga untuk mempresentasikan materi dapat membuat suasana presentasi lebih menarik dan tidak membosankan.

Masih terdapat banyak keterbatasan dalam penelitian ini, maka dari itu peneliti menyarankan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keberanian berbicara siswa hendaknya dapat mengkaji lebih lanjut penelitian ini serta mengatasi kelemahan dari penelitian ini dan mengoptimalkan kelebihan dari penelitian ini agar mendapatkan penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

- Arumsari, Cucu. 2017. *Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying*. (https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/download/23/7).
- Arzia Purita, Sumedi P. Nugraha 2015. *Peningkatan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) 'X' di Yogyakarta Melalui Pelatihan Asertivitas*. (<http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/intervensipsikologi/article/view/7750>).
- Alvonco, Johnson. 2014. *Practical Communication Skill*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Corey, G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Gunarsah, S.D. 2007. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hurlock, E.B. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Jannah, Izzatul. 2006. *Pengembangan Diri Remaja: Every Day is Pedo Day*. Solo: Era Eureka.
- Marini, 2008. *Penggunaan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 29 Bandar Lampung*. (digilib.unila.ac.id/10775/21/BAB%20II.pdf).
- Muttakin, I. & Heryana, N. 2016. *Peningkatan Keberanian Dalam Berbicara Menggunakan Metode Sosiodrama Pada Siswa Kelas XI Madrasah Aliyah*. (<http://portalgaruda.ilkom.unsrui.ac.id/index.php?ref=browse&mod=viewarticle&article=385166>).
- Novianti, M.C. 2015. *Perilaku Asertif Pada Remaja Awal*. (www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/Artikel_10503107.pdf).

Oktavisa, Mitra. 2015. *Pelatihan Assertive Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA Prodi Psikologi FIP UNESA*. (ejournal.unesa.ac.id/article/7146/17/article.pdf, diakses pada Juli 2017).

Pramesti, AD. 2016. *Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Pelatihan Asertif Pada Siswa Kelas Viii B Smp Negeri 1 Berbah*. (<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/fipbk/article/view/4986>).

Pratama, Rian. 2014. *Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui Pelatihan Asertif Pada Siswa Kelas VIII C SMP N 2 Bukateja Tahun Pelajaran 2013/2014*. (eprints.uny.ac.id/13250/1/SKRIPSI.pdf).

Purwanta, Edi. 2012. *Modifikasi Perilaku Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.