

Penggunaan Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* Untuk meningkatkan Keterampilan *Equity*

The Use Of Counseling Group Assertive Training Technique To Improve Students' Equality Skill

Rina Intan Sari^{1*}, Yusmansyah², Diah Utaminingsih²

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

* e-mail: rinaintan95@gmail.com, Telp: +6281379286842

² Dosen FKIP Universitas Lampung, Jl. Prof. Dr. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung

Received: Januari, 2018

Accepted: Januari, 2018

Online: Published: Februari, 2018

Abstrack: *The Use of Counseling Group Assertive Training Technique to Improve Students' Equality Skill.* The problem of this research was the skill of equality of interpersonal communication. The purpose of this research is to know the improvement of students' equality skill of interpersonal communication using counseling group of assertive training technique on grade X Senior High School 11 Bandar Lampung academic year of 2017/2018. This research was a pre-experimental research with One Group Pretest-Posttest Design. The subjects of this research consisted of 5 students. The data collection technique was done using interpersonal communication scale. The result of the research showed that counseling service of assertive training group could improve equality skill of interpersonal communication for ten graders students of Senior High School 11 Bandar Lampung, as proven by data analysis using Wilcoxon Signed-Rank test, it was obtained that $z\text{-calc} = -2.023 < z\text{-table} = 1.645$.

Keywords: *assertive training techniques, equality skills, interpersonal communication, group counseling*

Abstak: **Penggunaan Konseling Kelompok Teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan Keterampilan *Equity*.** Masalah penelitian ini adalah keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan *equality* komunikasi interpersonal siswa menggunakan konseling kelompok teknik *assertive training* pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung tahun pelajaran 2017/2018. Penelitian ini bersifat *pre-eksperimental* dengan *One Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian ini sebanyak 5 siswa, pengambilan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan menggunakan skala komunikasi interpersonal. Hasil penelitian menunjukkan layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dapat meningkatkan keterampilan *equality* komunikasi interpersonal pada siswa kelas X di SMA Negeri 11 Bandar Lampung, hal ini dibuktikan dengan analisis data menggunakan uji beda *Wilcoxon*, diperoleh $z_{hitung} = -2.023 < z_{tabel} = 1.645$.

Kata kunci: keterampilan *equality*, komunikasi interpersonal, konseling kelompok, teknik *assertive training*

PENDAHULUAN/INTRODUCTION

Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan manusia. Dengan pendidikan diharapkan manusia dapat memberdayakan lingkungan sosialnya dan potensi alam untuk kepentingan hidupnya, selain itu juga dapat meningkatkan status sosial.

Proses terlaksananya pendidikan di dalamnya manusia tidak dapat terlepas dari hubungan sosial. Manusia ingin bergabung dengan orang lain, ingin mengendalikan dan dikendalikan, dan ingin mencintai dan dicintai. Kehidupan manusia dalam prosesnya, dimulai sejak lahir hingga dewasa mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan. Pada setiap fase perkembangan, terdapat tugas-tugas perkembangan yang berbeda dari fase sebelumnya. Pada saat individu menginjak usia remaja, ada beberapa tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh seorang individu.

Memenuhi tugas perkembangan tersebut, penting bagi seorang remaja untuk berkomunikasi dan bergaul baik dengan teman sebaya, lawan jenis, orang tua, bahkan anak-anak. Terpenuhi dengan baik atau tidaknya tugas perkembangan remaja pada aspek perkembangan sosial tentu juga akan dipengaruhi oleh baik atau tidaknya keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal remaja. Sehingga untuk dapat memenuhi tugas perkembangan tersebut, penting bagi remaja untuk memiliki keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal yang baik dalam dirinya.

Keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari seorang remaja, terutama saat

menjadi siswa disekolah. Interaksi ini mendukung proses belajar mengajar, perkembangan sosial dan intelektual, pembentukan jadi diri melalui komunikasi dengan warga sekolah baik teman, guru, staff sekolah dan lain-lain. Di sekolah, siswa dituntut untuk menyampaikan ide ataupun gagasannya dalam kelompok diskusi atau ketika diberi kesempatan oleh guru mengenai materi yang telah disampaikan. Siswa pun harus menghargai adanya perbedaan suku, budaya maupun agama. Bagi siswa yang memiliki keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal maka hal tersebut akan mudah untuk dilakukan, akan tetapi hal tersebut akan sulit dilakukan bagi anak yang tidak memiliki keterampilan tersebut. Akan terjadi hal yang sama ketika bergaul dengan teman sebaya, siswa yang memiliki keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal baik akan mudah bergaul, berkomunikasi, dan menyampaikan apa yang ia rasakan dengan baik.

Tanpa adanya keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal yang baik, siswa akan kesulitan dalam proses berinteraksi. Hal tersebut akan memengaruhi proses pembelajaran sehingga perkembangan sosial, belajar, dan intelektual siswa akan terganggu.

Program bimbingan dan konseling di sekolah dimaksudkan untuk membantu siswa agar dapat berkembang secara optimal sesuai kemampuan, minat dan bakat. Dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonalnya, layanan bimbingan dan konseling dapat digunakan. Menurut Prayitno layanan bimbingan dan konseling dibagi menjadi beberapa layanan, yaitu layanan informasi, layanan orientasi, penempatan dan penyaluran, pembelajaran, kon-

seling individual, bimbingan kelompok dan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok adalah suatu layanan yang digunakan untuk membantu siswa menyelesaikan masalah yang mereka alami dalam suasana kelompok dan masalah yang diselesaikan adalah masalah-masalah yang bersifat khusus dan bukan bersifat umum. Jika dilihat dari masalah pada penelitian ini yaitu keterampilan *equality* komunikasi interpersonal yang, maka bisa terlihat bahwa masalah tersebut masuk kedalam masalah yang bersifat khusus. Hal ini karena pada ranah bidang bimbingan dan konseling, masalah komunikasi interpersonal masuk kedalam masalah pada bimbingan pribadi-sosial, dimana yang dibahas pada ranah ini adalah masalah yang bersifat khusus. Teknik yang dapat digunakan salah satunya adalah teknik *assertive training*. Latihan asertif adalah prosedur pengubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih dan mendotong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu, menurut (Corey, 2009:214) 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.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui penggunaan konseling kelompok teknik *assertive training* untuk meningkatkan keterampilan *equality* komunikasi interpersonal pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018.

METODE PENELITIAN/ RESEARCH METHOD

Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental*

designs. Dikatakan *pre-experimental designs* karena belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh, masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya *variable dependen*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 11 Bandar Lampung, waktu penelitian ini adalah tahun ajaran 2017/2018.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung yang kurang memiliki keterampilan *equality* komunikasi interpersonal. Untuk menjangkau subjek penelitian, diberikan skala komunikasi interpersonal pada siswa kelas X. Skala komunikasi interpersonal berfungsi sebagai penjangkauan siswa yang kurang memiliki keterampilan *equality* komunikasi interpersonal sekaligus sebagai *pretest* bagi siswa yang menjadi subjek penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan.

Prosedur

Penelitian ini peneliti menggunakan *One Group Pretest- Posttest Design*, yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Jenis desain yang digunakan adalah *pre-experimental design* dengan *one group pretest and post-test design*, yaitu suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan (Sugiyono, 2012:74). Dalam desain ini dilakukan dua kali pengukuran, pengukuran pertama dilakukan sebelum diberi perlakuan (*assertive training*) dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi perlakuan (*assertive training*). Pendekatan ini diberikan pada satu

kelompok saja tanpa kelompok pembandingan.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Jenis data Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan menggunakan skala komunikasi interpersonal. Instrumen penelitian menggunakan skala model *likert*. Menurut (Sugiyono, 2012:134), skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dimana dalam skala *likert*, responden akan diberikan pernyataan-pernyataan dengan alternatif, yaitu : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Ragu-ragu (RR), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala komunikasi interpersonal ini terdiri atas pernyataan *favourable* dan *unfavourable*, dengan 5 kategori jawaban dan skoring didasarkan pada alternatif pilihan jawaban.

Penelitian ini instrument digunakan ketika penelitian sebelum dan sesudah perlakuan adalah lembar skala yang berisi rincian dari aspek-aspek yang diteliti. Validitas yang digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Untuk menguji validitas isi, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgments experts*). Dalam hal ini, para ahli yang diminta pendapatnya adalah dosen-dosen bimbingan dan konseling di Universitas Lampung.

Menurut (Arikunto, 1997:241) reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen itu sudah baik. Rumus *Alpha Cronbach* digunakan peneliti untuk menghitung reliabilitas pada skala

tersebut. Skala yang di-gunakan oleh peneliti memiliki tingkat reliabilitas sebesar 0,877. Berdasarkan kriteria reliabilitas menurut Sugiyono, tingkat reliabilitas sebesar 0,877 merupakan kriteria reliabilitas sangat tinggi.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon* yaitu dengan mencari perbedaan mean *Pretest* dan *Posttest*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui keefektifan *assertif training* dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal.

Penelitian ini akan menguji *Prstest* dan *posttest*. Dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)17.

HASIL DAN PEMBAHASAN/ RESULT AND DISCUSSION

Pelaksanaan penelitian konseling kelompok teknik *assertive training* untuk meningkatkan keterampilan *equality* komunikasi interpersonal di SMA Negeri 11 Bandar Lampung. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 25 Juli 2017 sampai dengan 17 Agustus 2017.

Penentuan subjek penelitian dengan menyebarkan skala komunikasi interpersonal. Kriteria komunikasi interpersonal dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 1. Kriteria Komunikasi Interper-Sonal

Interval	Kriteria
118– 160	Tinggi
75 – 117	Sedang
32 – 74	Rendah

Setelah melakukan penyebaran skala percaya diri belajar kepada siswa kelas X IPA 1, X IPS 2, dan X IPS 3 sebanyak 20 siswa. Diperoleh 5 siswa yang kurang memiliki keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal.

Tabel 2. Hasil Penjaringan Subjek Penelitian

No	Nama	Kelas	Skor	Kategori
1.	AL	X MIA 2	70	Rendah
2.	HP	X MIA 1	71	Rendah
3.	MR	X MIA 2	63	Rendah
4.	PH	X MIA 3	76	Sedang
5.	ST	X MIA 3	57	Rendah

Berdasarkan hasil penyebaran skala tersebut, maka peneliti akan memberikan layanan konseling kelompok kepada lima orang siswa sebagai subjek penelitian. Tahapan dalam konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran.

Tahap pembentukan. Pada tahapan awal ini, peneliti sebagai pemimpin kelompok berupaya menumbuhkan sikap kebersamaan dan perasaan sekelompok diantara para anggota kelompok serta mengupayakan untuk menumbuhkan minat anggota kelompok dalam kegiatan kelompok ini. Tujuan tahap ini adalah agar anggota kelompok dapat memahami pengertian dari kegiatan konseling kelompok teknik *asertif training* dan tujuannya, tumbuhnya suasana kelompok, tumbuhnya minat

anggota dalam mengikuti kegiatan kelompok, tumbuhnya suasana bebas dan terbuka serta tumbuhnya rasa saling percaya terhadap sesama anggota kelompok dan pemimpin dalam kelompok. Pemimpin kelompok juga menjelaskan asas-asas dalam konseling kelompok.

Selanjutnya adalah tahap peralihan, merupakan jembatan menuju tahap kegiatan, dimana pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan selanjutnya dan memantapkan anggota kelompok untuk siap mengikuti kegiatan ini.

Setelah tahap peralihan yaitu tahap kegiatan, merupakan tahapan inti kegiatan untuk membahas dan mengentaskan masalah yang dialami individu (yang berkaitan dengan kemampuan *equality* dalam komunikasi interpersonal). Pemimpin kelompok dalam kegiatan ini hanya berperan sebagai pengatur lalu lintas dalam konseling kelompok yang sabar dan terbuka, aktif tetapi tidak banyak bicara, karena anggota kelompoklah yang seharusnya lebih aktif, kemudian masalah yang telah diungkapkan akan dibahas secara dinamis.

Tahap kegiatan merupakan tahapan inti kegiatan untuk membahas dan mengentaskan masalah yang dialami individu (yang berkaitan dengan kemampuan *equality* dalam komunikasi interpersonal). Pemimpin kelompok dalam kegiatan ini hanya berperan sebagai pengatur lalu lintas dalam konseling kelompok yang sabar dan terbuka, aktif tetapi tidak banyak bicara, karena anggota kelompoklah yang seharusnya lebih aktif, kemudian masalah yang telah diungkapkan akan dibahas secara dinamis. Proses kegiatan pada tahap ketiga pada pertemuan

pertama berjalan dengan cukup baik, kegiatan ini berlangsung selama 40 menit. Pemimpin kelompok memulai dengan menjelaskan tentang apa itu menempatkan diri setara dengan orang lain dalam komunikasi interpersonal, kemudian setelah semua anggota kelompok memahami apa yang dimaksud, pemimpin kelompok meminta semua anggota kelompok untuk menceritakan permasalahan mereka yang berkaitan dengan menempatkan diri setara dengan orang lain dalam komunikasi interpersonal.

Setelah semua anggota kelompok menyampaikan permasalahannya, pemimpin kelompok beserta anggota kelompok kemudian memilih masalah mana yang akan di diselesaikan terlebih dahulu. Berdasarkan kesepakatan antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok permasalahan yang dipilih untuk dibahas pada pertemuan pertama ini adalah berbaur dengan teman-teman.

Pemimpin kelompok kemudian memberikan kesempatan kepada ke anggota kelompok yang memiliki permasalahan yang sama untuk memamerkan dirinya memainkan peran sebagai siswa yang mampu berbaur dengan orang lain didepan teman-temannya. HP sebagai salah satu anggota kelompok yang memiliki masalah kemudian mengajukan diri untuk memainkan peran tersebut dan pemimpin kelompok kemudian menjelaskan bagaimana permainan peran yang akan HP dan anggota kelompok yang lain lakukan.

Tahap kegiatan pertemuan ke dua semua anggota kelompok menyampaikan masalah yang mereka miliki berkaitan dengan sikap mengakui pentingnya kehadiran orang lain dalam berkomunikasi interpersonal, dan ber-

dasarkan masalah yang disampaikan, diambil satu masalah yang sama dihadapi oleh dua anggota kelompok ST dan PT, dan masalah tersebut adalah sulit untuk bersikap ramah kepada orang lain yang baru dikenal. Tokoh yang akan diperankan oleh ST dan Putri pada permainan peran ini adalah sosok yang memiliki sikap yang berlawanan dengan mereka, yaitu sosok siswa yang ramah saat melihat ada anak baru dikelasnya, melalui permainan peran ini ST dan PT dilatih untuk mampu bersikap ramah kepada anak baru tersebut dengan menyapa dan mengajak berkenalan terlebih dahulu dan kemudian mengajak anak baru tersebut untuk bisa bergabung dengan menjadikan anak baru itu menjadi teman mereka. Anggota kelompok lain yang tidak ikut dalam permainan peran menjadi pengamat yang nantinya akan memberikan komentar terhadap permainan peran yang dilakukan oleh ST dan PT.

ST dan PT memainkan peran dengan cukup baik. ST terlihat lebih percaya diri dalam bermain peran dan mengajak lawan mainnya untuk berbicara, sedangkan PT pada awalnya masih terlihat sedikit gugup dan ragu-ragu dalam bermain peran, tetapi setelah sudah cukup lama ST semakin terlihat berani untuk berbicara. Setelah permainan peran selesai, pemimpin kelompok mengajak semua anggota kelompok untuk mendiskusikan permainan peran yang telah dilakukan. Anggota kelompok yang menjadi pengamat memberikan komentar dan masukkannya kepada anggota kelompok yang memainkan peran, sedangkan anggota kelompok yang memainkan peran memberikan tanggapan terhadap komentar dan masukan dari anggota kelompok lain serta memberikan

kesimpulan dari permainan peran yang telah mereka lakukan.

Tahap kegiatan pertemuan ke tiga, setelah semua anggota kelompok memahami seperti apa itu menyadari akan adanya kepentingan yang berbeda dalam komunikasi interpersonal, pemimpin kelompok kemudian meminta anggota kelompok untuk menceritakan permasalahan yang mereka rasakan berkaitan dengan kesadaran akan adanya kepentingan yang berbeda dalam komunikasi interpersonal. Semua anggota kelompok dengan antusias menceritakan permasalahan yang mereka alami. Setelah semua anggota kelompok menceritakan permasalahannya, sebagian besar masalah yang kelompok alami adalah sering merasa kesal berlarut-larut ketika ada teman yang membatalkan janji karena ada urusan yang mendadak. Dan berdasarkan kesepakatan kelompok, maka permasalahan tersebut yang dipilih dan akan dimainkan dalam permainan peran. Anggota kelompok yang terpilih untuk memainkan peran adalah MR dan AL.

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan adalah bermain peran. MR dan AL memerankan peran dengan cukup baik. Didalam permainan peran tersebut, MR dan AL belajar untuk menunjukkan bagaimana cara bersikap mengerti ketika ada teman yang membatalkan janji karena ada urusan yang mendadak. Bagaimana mereka menunjukkan pengertian dan tidak kesal sudah cukup baik walaupun mereka masih terlihat gugup tetapi mereka tetap berusaha memainkan peran dengan baik. Beberapa anggota kelompok yang menjadi tim pengamat mengamati dengan cermat bagaimana cara MR dan AL bersikap sadar akan adanya

kepentingan yang berbeda dalam berkomunikasi interpersonal.

Tahap kegiatan pada pertemuan yang ke empat, setelah semua anggota kelompok memahami seperti apa memaksakan kehendak didalam komunikasi interpersonal, pemimpin kelompok kemudian meminta semua anggota kelompok untuk menceritakan masalah yang mereka hadapi selama ini berkaitan dengan memaksakan kehendak dalam berkomunikasi interpersonal. Semua anggota kelompok kemudian secara bergantian menceritakan permasalahan mereka yang berkaitan dengan memaksakan kehendak.

Setelah semua anggota kelompok menceritakan masalahnya, terdapat dua anggota kelompok yang permasalahannya sama dan berdasarkan kesepakatan kelompok permasalahan tersebut yang akan dibahas dan dibuat permainan perannya pada pertemuan keempat ini.

Permasalahan yang terpilih dan dibahas pada pertemuan keempat ini adalah sulit untuk bersikap mengutamakan kepentingan bersama. Anggota kelompok yang terpilih untuk memainkan peran pada pertemuan ini didasarkan pada permasalahan yang mereka alami yaitu AL dan MR. Tokoh yang akan diperankan oleh AL dan MR pada permainan peran ini adalah sosok yang memiliki sikap yang berlawanan dengan mereka, yaitu sosok siswa yang mengutamakan kepentingan bersama dikelasnya, melalui permainan peran ini AL dan MR dilatih untuk mampu bersikap mengutamakan kepentingan bersama tersebut dengan ikut berdiskusi dan membersihkan kelas demi kenyamanan bersama. Anggota kelompok lain yang tidak ikut dalam permainan peran menjadi pengamat yang nantinya akan memberikan komentar terhadap

permainan peran yang dilakukan oleh AL dan MR.

Tahap kegiatan pada pertemuan ke lima, setelah semua anggota kelompok memahami tentang suasana komunikasi: akrab dan nyaman dalam komunikasi interpersonal, pemimpin kelompok meminta anggota kelompok untuk mengutarakan permasalahan yang sedang mereka hadapi saat ini yang berkaitan dengan suasana komunikasi: akrab dan nyaman. Anggota kelompok menceritakan permasalahan mereka secara bergantian, dan setelah semua anggota kelompok menceritakan masalahnya, dipilih satu masalah yang akan dibahas dan dibuat permainan perannya. Masalah yang dipilih dalam pertemuan ini adalah bersikap cuek ketika ada teman yg sedih dan anggota kelompok yang akan bermain peran adalah ST.

Permainan peran berjalan dengan baik, ST yang memerankan peran sebagai seorang siswa yang akan peduli kepada temannya yang sedang sedih. Peran yang dimainkan oleh ST, berbanding terbalik dengan sikap yang dimiliki ST. ST memiliki sikap yang cuek ketika ada temannya yang sedih. Sehingga dengan bermain peran pada pertemuan ini, ST belajar untuk berani bersikap peduli kepada teman yang terlihat sedih. Pada awalnya ST sangat sulit untuk memainkan peran tersebut, Siti sulit untuk menyusun kalimat yang menunjukkan kepeduliannya, tetapi setelah diberikan arahan dari pemimpin kelompok, ST mulai bisa untuk berbicara kepada temannya dan bersikap peduli.

Pemimpin kelompok menyimpulkan hasil dari pembahasan masalah dan mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Kemudian pemimpin

kelompok mempersilahkan setiap anggota kelompok untuk mengemukakan kesan-kesan dari pelaksanaan kegiatan konseling kelompok. Kesan-kesan yang siswa sampaikan positif dalam menilai pelaksanaan layanan konseling kelompok ini. Para siswa merasa mendapatkan manfaat dari pelaksanaan layanan konseling kelompok ini bagi diri mereka sehingga menjadi lebih baik.

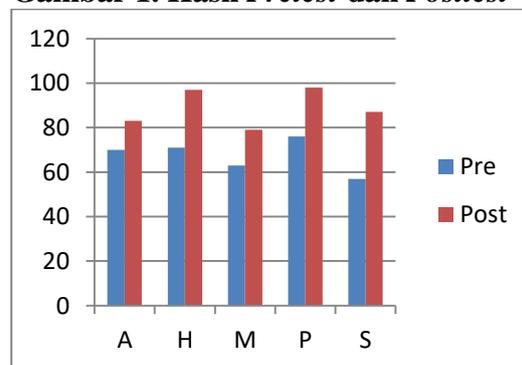
Berikut ini hasil *pretest* dan *posttest* 5 subjek penelitian sebelum dan sesudah diberi konseling kelompok :

Table 3. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No	Nama	<i>Pre test</i>		<i>Post test</i>	
		Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
1.	AL	70	Rendah	83	Sedang
2.	HP	71	Rendah	96	Sedang
3.	MR	63	Rendah	79	Sedang
4.	PH	76	Sedang	98	Sedang
5.	ST	57	Rendah	87	Sedang
Rata-rata		67.4		88.6	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa terdapat 5 siswa termasuk dalam kriteria sedang. Secara keseluruhan, berdasarkan hasil *post test* dapat diartikan bahwa persentase rata-rata keterampilan *equality* siswa mengalami peningkatan menjadi 88,6 setelah diberikan layanan konseling kelompok.

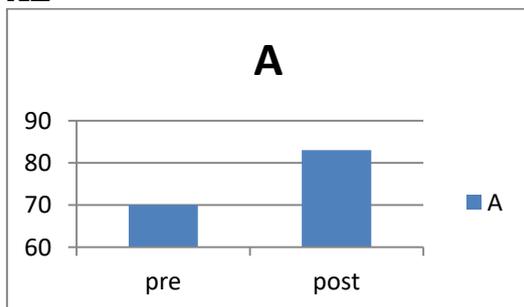
Gambar 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest*



Berdasarkan gambar di atas, maka dapat diketahui bahwa dari 5 siswa tersebut mengalami peningkatan keterampilan *equality*. Sebelum diberikan layanan konseling kelompok, 5 siswa berada pada kategori rendah dan sedang. Sedangkan setelah diberikan layanan konseling kelompok, 5 siswa berada pada kategori sedang. Berikut ini kemampuan *equality* komunikasi interpersonal pada siswa.

AL, skor kemampuan *equality* komunikasi interpersonal sebelum melakukan konseling kelompok adalah 70, setelah diberikan layanan konseling kelompok mengalami peningkatan sebesar 13, sehingga skornya menjadi 83. AL memiliki permasalahan kurang menyadari adanya kepentingan yang berbeda dan kurang mampu mengutamakan kepentingan bersama. Peningkatan yang terjadi pada AL dikarenakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok teknik *asertif training* AL berpartisipasi secara aktif pada setiap pertemuan, AL selalu terlihat antusias saat mengikuti permainan peran yang dilakukan pada pertemuan ke 3 dan ke 4.

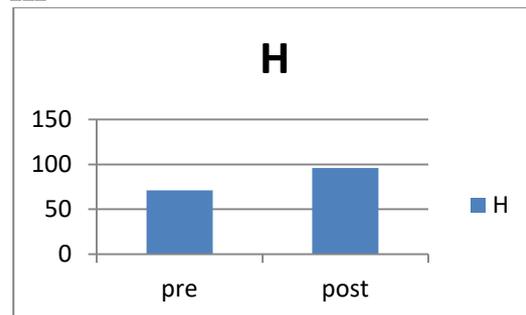
Gambar 2. Hasil Pretest dan Posttest AL



HP, skor kemampuan *equality* komunikasi interpersonal sebelum melakukan konseling kelompok adalah 71, setelah diberikan layanan konseling kelompok mengalami peningkatan sebesar 25, sehingga skornya menjadi 96.

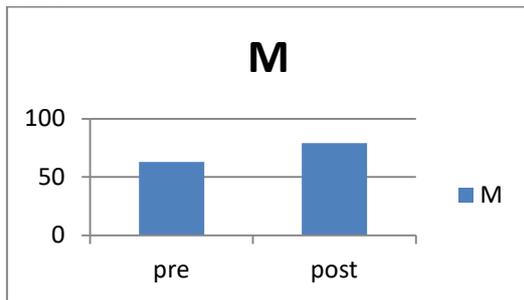
HP memiliki permasalahan sulit berbaur. Peningkatan yang terjadi dikarenakan didalam kegiatan layanan konseling kelompok teknik *asertif training*, seluruh anggota kelompok di latih untuk aktif, mengungkapkan pendapatnya maupun memberikan tanggapan atau saran kepada anggota kelompok yang lain, selain itu pemimpin kelompok juga mengajak semua anggota kelompok untuk bermain peran, dan melalui permainan peran tersebut HP bisa berlatih untuk belajar cara berkomunikasi interpersonal yang baik, melalui kegiatan dalam layanan konseling kelompok teknik *asertif training* inilah kemampuan komunikasi interpersonal HP dapat semakin meningkat.

Gambar 3. Hasil Pretest dan Posttest HP



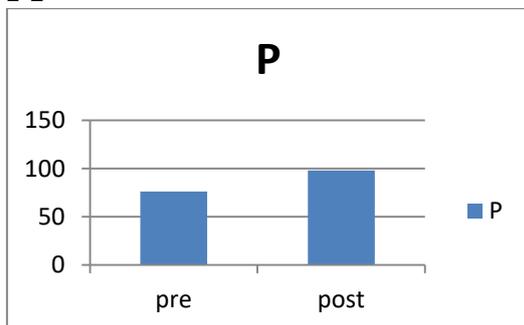
MR, skor kemampuan *equality* komunikasi interpersonal sebelum melakukan konseling kelompok adalah 63, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan sebesar 16, sehingga skornya menjadi 79. MR memiliki permasalahan kurang mengutamakan kepentingan bersama dan kurang mengakui adanya kepentingan yang berbeda. Peningkatan yang terjadi pada MR dikarenakan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok teknik *asertif training* MR berpartisipasi secara aktif pada setiap pertemuan, MR selalu terlihat antusias saat mengikuti permainan peran yang dilakukan pada pertemuan ke 3 dan ke 4

Gambar 4. Hasil *Pretest* dan *Posttest* MR



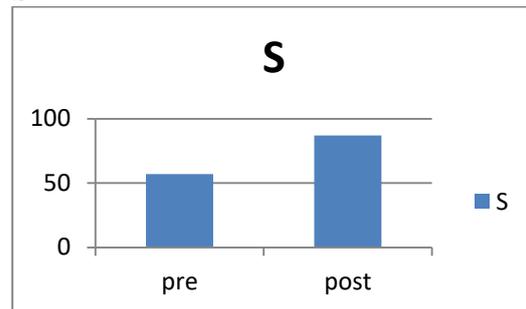
PT, skor kemampuan *equality* komunikasi interpersonal sebelum melakukan konseling kelompok adalah 76, setelah diberikan layanan konseling kelompok mengalami peningkatan sebesar 22, sehingga skornya menjadi 98. PT memiliki permasalahan sulit bersikap ramah kepada orang lain. PT melakukan permainan peran pada pertemuan ke 2.

Gambar 5. Hasil *Pretest* dan *Posttest* PT



ST, skor kemampuan *equality* komunikasi interpersonal sebelum melakukan konseling kelompok adalah 57, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok mengalami peningkatan sebesar 30, sehingga skornya menjadi 87. ST memiliki permasalahan sulit bersikap ramah dan kurang peduli, ST melakukan permainan peran pada pertemuan ke 2 dan 5.

Gambar 6. Hasil *Pretest* dan *Posttest* ST



SIMPULAN / CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 11 Bandar Lampung, Kemampuan *equality* dalam komunikasi interpersonal siswa dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok teknik *asertif training* pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018. Hal ini dibuktikan dari hasil analisis data dengan menggunakan Uji *Wilcoxon*, dimana diperoleh Z hitung sebesar -2.023, hal ini menunjukkan bahwa Z hitung -2.023 < Z tabel 1.645 sehingga H_{a1} diterima dan H_{o1} ditolak, Hal ini berarti bahwa terdapat peningkatan kemampuan *equality* komunikasi interpersonal yang signifikan pada subjek setelah diberi layanan konseling kelompok teknik *asertif training*, sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan *equality* dalam komunikasi interpersonal bisa ditingkatkan dengan layanan konseling kelompok teknik *asertif training* pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung.

Devito (Suranto, 2011:82-84) mengemukakan bahwa individu yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik dalam berkomunikasi dengan orang lain akan memiliki ciri-ciri lima sikap positif sebagai berikut, yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif

dan kesetaraan (*equality*). Sedangkan, indikator kesetaraan (*equality*) yakni; (1) Menempatkan diri setara dengan orang lain; (2) Menyadari akan adanya kepentingan yang berbeda; (3) Mengakui pentingnya kehadiran orang lain; (4) Tidak memaksakan kehendak; (5) Komunikasi dua arah; (6) Saling memerlukan; (7) Suasana komunikasi akrab dan nyaman.

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah diperoleh berkenaan dengan peningkatan keterampilan *equality* dalam komunikasi interpersonal dengan layanan konseling kelompok teknik *asertif training* pada siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung, maka dengan ini penulis mengajukan saran

Kepada siswa SMA Negeri 11 Bandarlampung, hendaknya mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok teknik *asertif training* untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, sebab dengan mengikuti layanan konseling kelompok teknik *asertif training* disekolah siswa akan dibantu untuk bisa mengentaskan masalah yang dihadapi berkaitan dengan komunikasi interpersonal serta membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa yang dirasa masih rendah.

Kepada guru bimbingan dan konseling, hendaknya mengadakan kegiatan layanan konseling kelompok teknik *asertif training* secara rutin untuk membantu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa.

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal siswa dengan layanan konseling kelompok teknik *asertif training*,

hendaknya dapat menggunakan subjek yang berbeda dan meneliti variabel lain.

DAFTAR RUJUKAN / REFERENCES

Arikunto, S. 1997. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Rineka Cipta.

Corey, Gerald. 2009. *Teori & Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Rafika Aditama.

Suranto.2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Prayitno dan Erman. 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitaitaif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.