

EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN NEGERI

Hety Purnamasari¹, Suhertina²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email. hetyurnamasari10@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri Pertanian Terpadu Provinsi Riau. Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain *the one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian ini adalah siswa SMK Negeri Pertanian Terpadu Provinsi Riau. Sedangkan Objek penelitian ini adalah efektivitas teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di SMK Negeri Pertanian Terpadu Provinsi Riau. Sampel dalam penelitian ini adalah 8 siswa yang memiliki penyesuaian diri yang diambil melalui teknik *Purposive Sampling*. Instrument penelitian ini dibuat dengan skala likert dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan *SPSS For Windows*. Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa sebelum diberikan perlakuan dalam konseling kelompok dengan teknik sosiodrama pada kategori rendah dengan rata-rata 52 dan setelah diberikan perlakuan dengan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama mengalami peningkatan menjadi kategori tinggi dengan rata-rata 88.12. Maka, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pre-test dan post-test, artinya teknik *assertive training* dalam konseling kelompok efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dilihat dari hasil analisis data bahwa Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.012 jika dibandingkan dengan signifikansi 5% maka $0.012 < 0.05$ sehingga hipotesis alternatif diterima., maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Kata Kunci: Efektivitas, Konseling Kelompok, Penyesuaian Diri, Teknik *Assertive Training*

The Effectiveness of Assertive Training Technique on Group Counseling in Increasing Student Self-Adjustment at State Agriculture Integrated Vocational High School

Hety Purnamasari¹, Suhertina²

^{1,2} Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email. hetyurnamasari10@gmail.com

Abstract

This research aimed at knowing the effectiveness of Assertive Training technique on Group Counseling in increasing student self-adjustment at State Agriculture Integrated Vocational High School Riau Province. It was an experimental research with the one group pretest-posttest design. The subjects of this research were the students, and the object was the effectiveness of Assertive Training technique on Group Counseling in increasing student self-adjustment at State Agriculture Integrated Vocational High School Riau Province. The samples were 8 students in an experimental group, and Purposive sampling technique was used in this research. The instrument of this research was made by using Likert scale.

Validity and reliability tests were done by using SPSS for Windows. Hypothesis test was done by using Wilcoxon test. The research findings showed that student self-adjustment before being treated on Group Counseling with Assertive Training technique was on low category and its mean was 52. After being treated, student self-adjustment increased to high category and its mean was 88.12. So, it could be concluded that there was a difference between pretest and posttest. It meant that Assertive Training technique on Group Counseling was effective in increasing student self-adjustment. It could be seen from the data analysis result that Asymp. Sig (2-tailed) 0.012 was higher than 5% significance, $0.012 < 0.05$, so Alternative hypothesis (H_a) was accepted and Null hypothesis (H_0) was rejected.

Keywords: Effectiveness, Assertive Training Technique, Group Counseling, Self-Adjustment

Pendahuluan

Penyesuaian diri menjadi isu yang penting dalam kehidupan manusia baik dipandang dari sisi pendidikan, masyarakat, maupun kehidupan pribadi di dalam rumah. Umumnya, individu yang memiliki penyesuaian diri baik maka akan baik pula dalam menerima lingkungan dan menerima dirinya sendiri, hal tersebut akan memudahkan individu tersebut dalam mengaktualisasikan dirinya (Lestari, 2016; Mahardhani & KP, 2020; Tanis, 2013; Tanjung, 2021). Sebaliknya, apabila seorang individu memiliki tingkat penyesuaian diri yang rendah hal tersebut akan menghambat dalam proses penerimaan lingkungan, proses penerimaan diri sendiri, serta akan memicu banyak hal negatif seperti sulitnya berkomunikasi dengan orang lain, rendahnya kepercayaan diri, harga diri yang rendah hingga akan kesulitan dalam mengasah potensi yang dimilikinya (Choirudin, 2015; Lestari, 2016; Piran et al., 2017; Rahayu, 2018). Penyesuaian diri itu sendiri merupakan usaha manusia untuk memahami lingkungan sekitarnya dan mencoba menempatkan dirinya pada lingkungan tersebut.

Berbagai cara dapat dilakukan udalam usaha meningkatkan penyesuaian diri siswa, salah satunya yaitu dapat dilaksanakan melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* (Purnamasari, 2020). Hal itu dipertegas melalui pendapat Perysai Richard yang menyebutkan bahwa layanan konseling kelompok teknik *assertive training* adalah suatu bantuan yang diberikan kepada klien melalui kegiatan kelompok untuk menyelesaikan masalah-masalah mengenai hambatan mengungkapkan perasaan dan emosi maupun ketegasan secara tepat (Purnamasari, 2020). Dalam upaya menyikapi permasalahan penyesuaian diri yang terjadi di lingkungan sekolah, peran bimbingan konseling menjadi sangat penting dengan harapan bahwa guru bimbingan konseling dapat membantu siswa dalam mengembangkan potensi yang ada pada dirinya termasuk potensi dalam mengentaskan masalah yang sedang di alaminya (Putri, 2017). Sehingga masalah penyesuaian diri yang terjadi di lingkungan sekolah dapat teratasi dengan baik.

Senada dengan itu Oemarjoedi (dalam Edi Kurnanto) mengemukakan bahwa teknik *Assertive training*, yaitu teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan konseli untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku tertentu yang diinginkan (Yunus, 2017). Masih ada siswa yang sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, tidak percaya diri dalam menyampaikan pendapat saat di dalam kelas, dan masih ada siswa yang sulit berinteraksi antar teman sebayanya.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan cara memberikan suatu perlakuan dalam layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah the one group pretest-posttest design, yaitu penelitian yang dilaksanakan pada kelompok tanpa kelompok pembanding (Riyanto & Hatmawan, 2020).

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil observasi, angket dan dokumentasi. Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data, mentabulasi data, menyajikan data, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis (Savitri & Setiawan, 2018).

Hasil dan Pembahasan

1. *Pre-Test* Siswa sebelum diberikan layanan konseling konseling dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Tabel I
Skor Kuesioner Penyesuaian Diri Siswa Sebelum (*pre-test*) diberikan Teknik *Assertive Training* dalam Layanan Konseling Kelompok

No	Kode Responden	Skor	Kategori
1	01.DSS	52	Rendah
2	02.BNH	43	Rendah
3	03.RIR	56	Rendah
4	04.RT	54	Rendah
5	05.RER	53	Rendah
6	06.ACN	55	Rendah
7	07.DAA	49	Rendah
8	08.FDK	54	Rendah

Sumber : Data Olahan 2020

Dari tabel di atas dapat dilihat gambaran awal bagaimana motivasi siswa sebelum di berikan *treatment*, dalam gambaran ini siswa berada di kategori rendah.

2. Hasil Observasi Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa

Adapun hasil observasi yang dilakukan penelitian di SMK Negeri Pertanian Terpadu Provinsi Riau sebagai berikut:

Tabel II
Hasil Observasi Teknik *Assertive Training* dalam Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa

No	Rekap Observasi ke 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Persentase
1	7	87.5
2	5	62.5
3	8	100
4	7	87.5
5	7	87.5
6	5	62.5
7	6	75
8	8	100
9	7	87.5
10	5	62.5
11	6	75
12	7	87.5
13	8	100
Jumlah	86	1.075
	Rata-rata	82.69

Sumber: Data Olahan 2020

Berdasarkan tabel di atas, hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti sebanyak 8 kali termasuk dalam pemberian *post-test* dan setelah dijumlahkan memiliki jumlah keseluruhan sebanyak 1.075 dengan rata-rata 82.69 maka pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan penyesuaian diri yang dilakukan peneliti sesuai dengan pelaksanaan dan tindakan.

3. Hasil *post-test* sesudah diberi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Hasil perlakuan dari pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dapat dilihat pada hasil *post-test* yang dilakukan setelah pemberian perlakuan. *Post-test* ini dilaksanakan setelah melakukan perlakuan sebanyak 8 kali layanan konseling kelompok dengan membahas masalah dari masing-masing anggota kelompok dalam layanan. Berikut merupakan hasil dari kuisisioner *post-test* siswa setelah dilaksanakannya perlakuan :

Tabel III
Skor Kuesioner Penyesuaian Diri Siswa Sesudah (*post-test*) diberikan Teknik *Assertive Training* dalam Layanan Konseling Kelompok

No	Kode Responden	Skor	Kategori
1	01.DSS	87	Tinggi
2	02.BNH	89	Tinggi
3	03.RIR	86	Tinggi
4	04.RT	90	Tinggi
5	05.RER	88	Tinggi

6	06.ACN	85	Tinggi
7	07.DAA	89	Tinggi
8	08.FDK	91	Tinggi

Sumber: Data Olahan 2020

Berdasarkan tabel III di atas dapat dilihat bagaimana penyesuaian diri siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, jumlah rata-rata berada pada kategori tinggi yang dilihat dari hasil *post-test* siswa.

4. Perbedaan Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa

Berikut ini peneliti sajikan perbedaan hasil *pre-test* dan *post-test* layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan penyesuaian diri. Adapun perbedaan *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel IV
Perbedaan Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* dalam Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa

No	Kode Responden	Pre-Test		Post-Test		Peningkatan
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1	01.DSS	52	Rendah	87	Tinggi	34
2	02.BNH	43	Rendah	89	Tinggi	46
3	03.RIR	56	Rendah	86	Tinggi	30
4	04.RT	54	Rendah	90	Tinggi	36
5	05.RER	53	Rendah	88	Tinggi	35
6	06.ACN	55	Rendah	85	Tinggi	30
7	07.DAA	49	Rendah	89	Tinggi	40
8	08.FDK	54	Rendah	91	Tinggi	37
Jumlah		416	Rendah	705	Tinggi	288
Rata-rata		52	Rendah	88,12	Tinggi	36,12

Sumber: Data Olahan 2020

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa semua subjek penelitian mengalami peningkatan penyesuaian diri setelah diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Perbedaan tingkat penyesuaian diri siswa dapat pula dilihat dari hasil analisis pengolahan data *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan menggunakan *SPSS 21 for windows* yaitu sebagai berikut:

Tabel V
Arah Perbedaan *Pre-Test* dan *Post-Test* Penyesuaian Diri Siswa

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest – Pretest	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	8 ^b	4.50	36.00
	Ties	0 ^c		
	Total	8		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Sumber Data: Hasil Analisis SPSS 21 for windows.

Berdasarkan tabel di atas diperoleh skor *Negative Rank* atau selisih negatif sebanyak 0^a, skor ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan skor *post-test* siswa lebih kecil dari skor *pre-test*. Sedangkan *Positive Ranks* atau selisih positif 8^b, menunjukkan bahwa seluruh skor *post-test* siswa mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan *pre-test*.

Hipotesis yang diuji dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Jika probabilitas (*Asymp. Sig*) < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima artinya terdapat perbedaan
- Jika probabilitas (*Asymp. Sig*) > 0,05 maka Ho diterima dan Ha ditolak artinya tidak terdapat perbedaan.

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menganalisis hasil uji *Wilcoxon* terhadap data *pre-test* dan *pos-test* hasil uji tersebut dapat dilihat sebagai berikut ini:

Tabel VI
Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test Pos-Test* dan *Pre-Test* Penyesuaian Diri Siswa

Test Statistics ^a	
	Posttest – Pretest
Z	-2.527 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Sumber Data: Hasil Analisis Uji *Wilcoxon* melalui SPSS 21 for windows.

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,012 jika dibandingkan dengan signifikansi 5% maka $0,012 < 0,05$ sehingga hipotesis alternatif diterima. Hal ini berarti bahwa teknik *assertive training* dalam konseling kelompok dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang telah diuraikan pada bab sebelumnya mengenai efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri Pertanian Terpadu Provinsi Riau, disimpulkan bahwa, tingkat penyesuaian diri siswa sebelum diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berada pada kategori rendah dengan nilai rata-rata 52. Tingkat penyesuaian diri siswa sesudah diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata 88,12. Uji Hipotesis layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa dapat di lihat Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0.005 jika dibandingkan dengan signifikansi 5% maka $0.005 < 0.05$ sehingga hipotesis alternative diterima. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik sosiodrama efektif untuk meningkatkan penyesuaian diri siswa

Daftar Kepustakaan

- Choirudin, M. (2015). Penyesuaian Diri: Sebagai Upaya Mencapai Kesejahteraan Jiwa. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 12(1), 1–20.
- Lestari, D. S. (2016). Penyesuaian sosial pada mahasiswa tuli. *Inklusi: Journal of Disability Studies*, 3(1), 103–134.
- Mahardhani, A. J., & KP, M. (2020). Menjadi Warga Negara yang Baik pada Masa Pandemi Covid-19: Perspektif Kenormalan Baru. *JPK (Jurnal Pancasila Dan Kewarganegaraan)*, 5(2), 65–76.
- Piran, A. Y. A., Yuliwar, R., & Ka'arayeno, A. J. (2017). Hubungan antara penerimaan diri dengan kepercayaan diri dalam interaksi sosial pada remaja penyandang cacat fisik di Panti Asuhan Bhakti Luhur Kecamatan Sukun Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1).
- Purnamasari, H. (2020). *Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri Pertanian Terpadu Provinsi Riau*. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU.
- Putri, E. I. E. (2017). Bimbingan Konseling Gugus dan Pendidikan Ke-Orangtua-an. *JUPI (Jurnal Pendidikan Islam Pendekatan Interdisipliner)*, 1(1), 113–123.
- Rahayu, A. (2018). Hubungan dukungan sosial dan konsep diri dengan penyesuaian diri remaja kelas X SMA Angkasa I Jakarta. *IKRA-ITH HUMANIORA: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(2), 75–81.
- Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020). *Metode riset penelitian kuantitatif penelitian di bidang manajemen, teknik, pendidikan dan eksperimen*. Deepublish.
- Savitri, F. A., & Setiawan, D. (2018). Pengembangan Buku Menggambar Ilustrasi. *Jurnal Kreatif: Jurnal Kependidikan Dasar*, 9(1).
- Tanis, H. (2013). Pentingnya pendidikan character building dalam membentuk kepribadian mahasiswa. *Humaniora*, 4(2), 1212–1219.
- Tanjung, A. J. (2021). *IMPLEMENTASI LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS 10 DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 12 PEKANBARU*. UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU.
- Yunus, M. S. (2017). *PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN*

PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL TEHRAPY UNTUK MENGURANGI PERILAKU HEDONISME (Penelitian pada Mahasiswa akuntansi angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah Magelang Kota Magelang). Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang.