

# ***THE EFFECT OF ASSERTIVE TRAINING TECHNIQUES TO IMPROVE STUDENTS SELF CONFIDENCE THROUGH GROUP GUIDANCE AT SMP NEGERI 13 PEKANBARU***

**Regina Claudy Wardhani<sup>1)</sup> Syahrilfuddin<sup>2)</sup> Rosmawati,<sup>3)</sup>**

Email: reginaclaudyw22@gmail.com, syahrilfuddinkarim@yahoo.com, rosandi5658@gmail.

Phone Number : 081365009802

*Guidance and Counseling Study Program  
Faculty of Teacher Training and Education  
Riau University*

**Abstrack:** *This study aims to knowing the differences in self confidence of students before and after assertive training technique was applied through group guidance and knowing the effect of assertive training technique to improve student self confidence through group guidance. The study was conducted in pekanbaru state SMP 13 towards 7 subjects with purposive sampling technique. One group pre-test post-test model. The data collection instrument used was a self confidence measurement. The results showed that there were differences in self confidence before and after being given assertive training technique with a significance value of  $0,018 < 0,05$ . In addition, based on the spearman rank test, it is known that there is a significant effect between improve student's self confidence significance  $0,012 < 0,05$ . The influence of assertive training technique to improve student self confidence is 75% and 25% effect by other factors that come from the student's environment. From the results obtained, it is recommended that educational institutions should continue to carry out activities that are able to improve student's self confidence in the teaching and learning process to encourage more personal communication in the teaching and learning process to encourage more positive thoughts, perceptions, insight and student attitudes.*

**Key Words:** *Assertive training technique, self confidence, group guidance*

# **PENGARUH TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA MELALUI BIMBINGAN KELOMPOK DI SMP NEGERI 13 PEKANBARU**

**Regina Claudy Wardhani<sup>1)</sup> Syahrilfuddin<sup>2)</sup> Rosmawati,<sup>3)</sup>**  
Email: reginaclaudyw22@gmail.com, syahrilfuddinkarim@yahoo.com,  
Phone Number : 081365009802

Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Riau

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diterapkan teknik *assertive training* melalui bimbingan kelompok dan mengetahui pengaruh teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 13 Pekanbaru terhadap 7 subjek dengan teknik *purposive sampling*. Desain penelitian adalah *pre-eksperimen* dengan model *one group pre-test post-test*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah skala pengukuran kepercayaan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *assertive training* dengan nilai signifikansi  $0,018 < 0,05$ . Selain itu, berdasarkan uji *rank spearman* diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa nilai signifikansi  $0,012 < 0,05$ . Pengaruh teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah 75% sedangkan 25% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang berasal dari dalam maupun dari lingkungan siswa tersebut. Dari hasil yang didapatkan maka direkomendasikan kepada institusi pendidikan hendaknya dapat terus melaksanakan kegiatan yang mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa pada proses belajar mengajar untuk mendorong pengembangan pikiran, persepsi, wawasan dan sikap siswa yang lebih positif.

**Kata Kunci:** Teknik *Assertive Training*, Kepercayaan Diri, Bimbingan Kelompok

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah segala daya upaya dan semua usaha untuk membuat manusia dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya. Di samping itu pendidikan merupakan usaha untuk membentuk manusia yang utuh lahir dan batin cerdas, sehat, dan berbudi pekerti luhur. Manusia dipandang sebagai makhluk yang rasional dan juga tidak rasional. Pada hakikatnya manusia itu memiliki kecenderungan untuk berpikir yang rasional atau logis, disamping itu juga ia memiliki kecenderungan untuk berpikir tidak rasional atau tidak logis.

Pikiran-pikiran irrasional ini tidak berdasarkan fikiran yang logis dan sehat yang mana nantinya akan menyebabkan timbulnya suatu perbuatan atau perasaan yang salah. Suatu perbuatan atau perasaan yang salah tersebut salah satunya adalah kurangnya kepercayaan diri siswa di sekolah.

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.

Bimo Walgito (1993) menyatakan bahwa” banyak faktor yang harus diperhatikan dalam belajar, di antaranya yaitu faktor fisik dan psikis yang meliputi motif, minat, konsentrasi perhatian, *natural coriosity*, *balance personality*, percaya diri (*self confidence*), intelegensi, dan ingatan”. Dari pendapat di atas salah satu faktor yang menunjang kesuksesan setiap individu dalam proses belajarnya adalah rasa percaya diri.

Siswa yang kurang percaya diri ini akan mengalami kesulitan dalam proses belajarnya sehingga dampak yang ditimbul seperti, cemas, ragu-ragu, dan sebagainya. Hal ini sejalan dengan pendapat Hendra Surya (2007) bahwa gejala siswa tidak percaya diri adalah cemas, khawatir, tak yakin, tubuh gemetar ketika siswa hendak memulai menunjukkan roman tak berdaya dan ketakutan, padahal siswa tersebut belum melakukan apa-apa. Jika siswa melakukan sesuatu, sering berhenti di tengah jalan karena rasa tak berdaya siswa sedemikian besar sehingga siswa mengurungkan niatnya melakukan sesuatu.

Siswa yang mengalami rasa kurang percaya diri, bermula pada pola pikir yang salah, keragu-raguan yang muncul karena sesuatu hal yang ada pada pikiran siswa tersebut. Pola pikir yang salah disini adalah pola pikir negatif atau pikiran irasional yang muncul pada diri individu, yang memunculkan persepsi yang akan merubah sikap atau tingkah laku seseorang, sebagai contoh seseorang selalu merasa tidak yakin akan kemampuannya sendiri padahal belum pernah mencoba untuk menyalurkan kemampuannya tersebut, sehingga hal tersebut yang nantinya akan membentuk seseorang tersebut menjadi orang yang kurang percaya diri karena selalu ragu akan kemampuannya. Kurang percaya diri ini akan mempengaruhi berbagai aspek pada siswa, seperti beberapa penelitian berikut ini :

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa menunjukkan bahwa ada hubungan antara kepercayaan diri terhadap perencanaan karir dan prestasi belajar sebesar 52,8% (Indra, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kepercayaan diri dengan konformitas pada remaja di SMP Negeri 1 Banjarmasin menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan konformitas yaitu sebesar 11,8% (Bismy, dkk. 2016).

Sehingga berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri itu akan mempengaruhi beberapa aspek seperti prestasi belajar, perencanaan karir, dan konformitas pada remaja.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh penulis ketika PLP di SMP 13 Pekanbaru, penulis menemukan bahwa masih banyak sekali anak yang mempunyai kepercayaan diri rendah. Hal ini terlihat ketika peneliti memberikan layanan bimbingan klasikal dikelas VIII banyak siswa yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah ketika diminta mengemukakan pendapat didepan kelas seperti kebanyakan diam ketika ditanya, hanya berdiri sambil tertunduk.

Terdapat beberapa tehnik yang dapat digunakan dalam upaya peningkatan rasa percaya diri siswa. Asertivitas akan mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan diri dalam menilai, berpendapat dan menghormati orang lain. Maka dalam hal ini peneliti menggunakan tehnik *assertive training* yang digunakan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa masih rendah. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini adalah (1) untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan tehnik *assertive training* melalui bimbingan kelompok di SMP 13 Pekanbaru. (2) Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan tehnik *assertive training* melalui di SMP 13 Pekanbaru. (3) Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh tehnik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok di SMP Negeri 13 Pekanbaru.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 13 Pekanbaru yang berlokasi di Jl. Ronggo Warsito No. 43, Kel. Wonorejo, Kec. sail, Kota Pekanbaru. Waktu penelitian dimulai pada bulan Februari 2019 sampai dengan selesai. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimen *one group pre-test post-test*. Subjek dalam penelitian ini adalah 7 orang yang ditarik dengan tehnik *purposive sampling* dari 31 orang populasi. Dalam penelitian ini menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik pengambilan data menggunakan tehnik observasi dan skala pengukuran. Data diperoleh dari instrumen kepercayaan diri yang disebar oleh peneliti dan di isi oleh responden. Data di analisis secara deskriptif dan statistik menggunakan uji *wilcoxon* dan *rank spearman* untuk menguji hipotesis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diterapkan teknik assertive training melalui bimbingan kelompok dapat dilihat pada tabel ini.

Tabel 1. Gambaran kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diterapkan teknik assertive training melalui bimbingan kelompok

No	Kategori	Rentang Skor	Sebelum		Sesudah	
			F	%	F	%
1	Sangat Tinggi	<176	-	-	3	42%
2	Tinggi	164-175	-	-	3	42%
3	Sedang	152-163	-	-	1	14%
4	Rendah	140-151	1	14%	-	-
5	Sangat Rendah	<139	6	86%	-	-

Sumber: Olahan Data Peneliti

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan teknik assertive training siswa tergolong pada kategori sangat rendah yakni 6 orang siswa, pada kategori rendah yakni menunjukkan 1 orang siswa. sesudah diberikan teknik assertive training terdapat perubahan di kategori sedang sebanyak 1 orang siswa, tinggi 3 orang siswa, dan sangat tinggi 3 orang siswa.

Proses pelaksanaan treatment dan dinamika yang terjadi dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dapat di lihat melalui tahapan demi tahapan treatment, berdasarkan kemampuan Pemimpin kelompok untuk membantu anggota kelompok dapat memainkan peran mereka didalam assertive training sehingga meningkatkan kemampuan kepercayaan diri siswa.

Pelaksanaan treatment tahap pertama, kedua, ketiga, keempat dan kelima, dilakukan melalui tahap tahap bimbingan kelompok, serta melalui tahapan yang ada didalam prosedur pelaksanaan assertive training. Pelaksanaan treatment bimbingan kelompok ini dilakukan 5 kali pertemuan, yang pertemuan pertamanya dimulai dari tanggal 6 Februari 2019. Pada pertemuan pertama ini membahas sub variabel pertama yaitu keyakinan akan kemampuan diri, yang mana pertemuan ini berjalan dengan lancar, hanya saja karena anggota kelompok belum pernah melaksanakan bimbingan kelompok ini pertemuan pertama ini masih terkesan kaku dan monoton dikarenakan anggota kelompok masih banyak yang diam.

Pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 8 Februari 2019. Pada pertemuan kedua ini membahas sub variabel kedua yaitu optimis, yang mana pertemuan ini masih sama dengan pertemuan pertama yang mana suasana kelompoknya masih monoton dan kaku, anggota kelompok baru sekali melaksanakan bimbingan kelompok sebelumnya.

Pertemuan ketiga dilaksanakan pada tanggal 10 Februari 2019, pada pertemuan ini membahas sub variabel ketiga yaitu obyektif, yang mana pertemuan ini sudah ada kemajuan sedikit dari 2 pertemuan sebelumnya, beberapa anggota kelompok sudah mulai aktif dan terbiasa dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Hingga pertemuan keempat dilakukan pada tanggal 15 dan pertemuan kelima dilakukan tanggal 16 Februari 2019. Pada pertemuan keempat membahas sub variabel

tentang bertanggung jawab dan kelima membahas sub variabel tentang rasional ini beberapa anggota kelompok sudah mulai menunjukkan kepercayaan diri dengan menunjuk tangan tanpa di tunjuk, mulai berdiskusi dengan anggota kelompok yang lain. Dan setelah pertemuan kelima berakhir, peneliti memberikan kembali angket *posttest* kepada anggota kelompok.

Untuk mengetahui perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan teknik *assertive training* melalui bimbingan kelompok maka terlebih dahulu dilakukan perhitungan menggunakan *uji wilcoxon* dengan menggunakan SPSS versi 23 pada tabel 2

Tabel 2 Hasil Uji *Wilcoxon*  
**Test Statistics<sup>a</sup>**

	posttest – pretest
Z	-2,366 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,018

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Sumber: Olahan Data Peneliti

Berdasarkan *uji wilcoxon* menunjukkan nilai signifikansi  $(0,018) < \alpha (0,05)$  yang berarti  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Sehingga menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok maka terlebih dahulu melakukan perhitungan menggunakan *rank spearman* dengan SPSS versi 23 tabel 3.

Tabel 3 Hasil Uji *rank spearman*  
**Correlations**

			pretest	Posttest
Spearman's rho	Pretest	Correlation Coefficient	1,000	,864*
		Sig. (2-tailed)	.	,012
		N	7	7
	Posttest	Correlation Coefficient	,864*	1,000
		Sig. (2-tailed)	,012	.
		N	7	7

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Sumber: Olahan Data Peneliti

Berdasarkan uji *rank spearman* menunjukkan nilai signifikansi  $(0,012) < \alpha$   $(0,05)$  yang berarti  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok.

Dari hasil olahan tersebut diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,864. Selanjutnya untuk mengetahui koefisien derminan digunakan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned} (rs)^2 &= (0,864)^2 \times 100 \% \\ &= 0,746 \times 100\% \\ &= 75 \% \end{aligned}$$

Artinya pengaruh teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa adalah 75% sedangkan 25% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang berasal dari dalam maupun dari lingkungan siswa tersebut.

## **Pembahasan**

Kepercayaan diri atau *self confidence* adalah aspek kepribadian yang penting pada diri seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri maka akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, karena dengan adanya kepercayaan diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi yang ada di dalam dirinya. Sifat percaya diri ini juga dapat dipengaruhi oleh kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Siswa yang memiliki sifat percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan siswa lainnya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir positif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi siswa yang lain.

Kepercayaan diri merupakan salah satu syarat yang esensial bagi individu untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas sebagai upaya dalam mencapai prestasi. Namun demikian kepercayaan diri tidak tumbuh dengan sendirinya. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri (Hakim, 2002).

Berdasarkan dengan teori kognitif sosial dari Bandura (dalam Santrock, 2007) yang mengatakan bahwa faktor perilaku, lingkungan, dan pribadi/kognitif, seperti keyakinan, perencanaan, dan berfikir dapat berinteraksi secara timbal balik. Individu yang memiliki pemikiran yang baik akan mengubah perilaku yang dapat diterima di lingkungannya sehingga membuat individu tersebut memiliki rasa percaya diri karena dapat berinteraksi dan diterima oleh lingkungan dan masyarakat sekitar.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 13 Pekanbaru, semester II tahun pelajaran 2018/2019. Dimulai pada tanggal 6 februari-16 februari 2019. Subjek dari penelitian ini sebanyak 7 orang siswa, yang terdiri dari 4 orang perempuan dan 3 orang laki-laki. Pembahasan hasil penelitian ini dilakukan melalui analisis perbandingan pada

penelitian dengan jenis penelitian pre-eksperimental terhadap variabel bebas yaitu teknik *assertive training* (X) dan variabel terikat O (kepercayaan diri). Untuk melihat perbedaan dan perubahan sebelum dan sesudah dilakukannya perlakuan (*treatment*) terhadap sampel. Setelah menentukan hasil perbedaan nilai sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*pos-test*) dari perlakuan, langkah selanjutnya yaitu melihat kepercayaan diri siswa dengan perlakuan (teknik *assertive training*) yang diberikan kepada anak.

Berdasarkan hasil pengelolaan data dan hasil persentase di atas dapat dilihat hasil *pre-test* kepercayaan diri siswa kelas VII.2 di SMP Negeri 13 Pekanbaru diperoleh persentase 86% pada kategori sangat rendah dengan jumlah siswa 6 orang dan persentase 14% pada kategori rendah yakni dengan jumlah 1 orang siswa, dan pada kategori tinggi dan sangat tinggi tidak ada. Artinya kepercayaan diri siswa pada saat *pretest* masih sangat rendah. terbukti pada saat proses pembelajaran peneliti masuk kekelas karena ada jam BK peneliti melihat masih banyak anak yang tidak mampu untuk mengungkapkan pendapat dengan baik dan masih banyak juga anak yang selalu menilai negatif dirinya sehingga menjauhi diri dari teman-teman disekelilingnya.

Penelitian pre-eksperimental ini dilakukan untuk mengetahui adanya pengaruh signifikan kepercayaan diri sebelum dan sesudah diberi perlakuan menggunakan teknik *assertive training* melalui bimbingan kelompok. Berdasarkan dari hasil analisis data menggunakan uji *wilcoxon*, didapatkan hasil bahwa *Asymp.sig (2-tailed)* adalah 0,018. Maka pada dasar pengambilan keputusan *Asymp.sig (2-tailed) < 0,05* bermakna bahwa hipotesis diterima. Pada penelitian kali ini *Asymp.sig (2-tailed) = 0,018* maka hal ini membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan tentang terdapat perbedaan kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan *assertive training*.

Uji terakhir yang dilakukan oleh penulis adalah uji *rank spearman* yang mana uji ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh signifikan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Dari Uji *rank spearman* ini didapatkan bahwa nilai hitung *Sig. (2-tailed)* adalah 0,012. Atas dasar pengambilan keputusan yang menyatakan bahwa hipotesis bisa diterima jika nilai *Sig. (2-tailed) < 0,05*. Pada penelitian kali ini nilai *Sig. (2-tailed) = 0,012* ( $0,012 < 0,05$ ) bermakna bahwa hipotesis diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan *assertive training*. Selanjutnya, dari hasil olahan tersebut diperoleh hasil koefisien korelasi sebesar 0,864. Maka untuk mengetahui koefisien determinan digunakan perhitungan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}(r_s)^2 &= (0,864)^2 \times 100\% \\ &= 0,746 \times 100\% \\ &= 75\%\end{aligned}$$

Setelah diolah, dapat disimpulkan pengaruh kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok dengan *assertive training* adalah 75% sedangkan 25% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam maupun dari lingkungan siswa tersebut ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian berikut.

Berdasarkan penelitian Selfi (2017) “penerapan teknik *assertive training* dalam mereduksi konformitas negatif terhadap kelompok sebaya di SMP”. Hasil penelitian penerapan teknik *assertive training* dalam mereduksi konformitas negatif terhadap kelompok sebaya di SMP. Artinya siswa yang diberikan penerapan *assertive training* menunjukkan penurunan tingkat konformitas negatif terhadap kelompok sebaya.

Berdasarkan penelitian Zun Azizul Hakim (2014) “pengaruh pelatihan asertif terhadap asertifitas siswa baru dan keberanian serta kepercayaan diri siswa untuk memutuskan kehendak baiknya”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan skor asertifitas siswa setelah diberikan pelatihan asertifitas,  $\{z=-2,201, (p>0,05)\}$ . Dengan kata lain, pelatihan asertifitas yang diberikan kepada siswa baru semester pertama pada sekolah menengah atas yang menjadi subjek penelitian ini, telah berhasil meningkatkan skor asertifitas siswa.

Berdasarkan penelitian Rizki Mutia Faradita, Yessy Elita, Rita Sinthia (2018) “Pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kemampuan assertivitas siswa kelas VIII 8 SMP N 18 kota Bengkulu”. Hasil uji menunjukkan kemampuan assertivitas meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, hal ini ditunjukkan dengan nilai  $z = -2,803$  dengan taraf signifikansi (*2-tailed*) sebesar 0.005 yang berarti  $0.005 < 0.05$ , sehingga dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan kemampuan assertivitas siswa diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Pemberian *assertive training* ini bertujuan agar siswa mampu menjadi individu yang percaya diri baik secara aspek pribadi dan sosialnya. Adapun dapat disimpulkan bahwa pemberian *assertive training* dapat melatih keterampilan dalam mengemukakan pendapat, melatih keberanian untuk tampil didepan orang banyak, ketrampilan komunikasi efektif dalam bergaul, cara untuk menolak dengan baik dalam berkomunikasi, adalah tampilan dari orang percaya diri.

## **SIMPULAN DAN REKOMENDASI**

### **Simpulan**

1. Kepercayaan diri siswa sebelum diberikan teknik *assertive training* melalui bimbingan kelompok sebagian besar berada pada kategori sangat rendah dan rendah dan sesudah diberikan teknik *assertive training* kepercayaan diri siswa mengalami peningkatan sebagian besar berada pada kategori sangat tinggi, tinggi dan sedang.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok, yang didapat melalui uji wilcoxon.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui bimbingan kelompok, yang didapar melalui uji rank spearman

### **Rekomendasi**

1. Kepada kepala sekolah memberikan arahan kepada guru-guru khususnya guru bimbingan konseling untuk memperhatikan atau mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

2. Kepada Guru BK untuk dapat mengidentifikasi faktor-faktor penghambat perkembangan komunikasi interpersonal siswa.
3. Kepada peneliti untuk dapat meneliti teknik-teknik lain dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bimo Walgito. 1993. *Bimbingan dan Penyuluhan di sekolah*. Andi offset. Yogyakarta
- Bismy Hafizha Mayara, Emma Yuniarramah, dan Marina Dwi Mayangsari. 2016. *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Konformitas pada Remaja*.
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Puspa Swara. Jakarta
- Hendra Surya. 2007. *Kiat Mengajak Anak Belajar dan Berprestasi*. Gramedia. Jakarta.
- Indra Bangkit Komara. 2016. *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Dan Perencanaan Karir Siswa SMP*.
- John W Santrock. 2007. *Perkembangan Anak Jilid 1 Edisi kesebelas*. PT Erlangga. Jakarta.
- Rizki Mutia Faradita, Yessy Elita, Rita Sinthia. 2018. *Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kemampuan Assertivitas Siswa Kelas VIII 8 SMP N 18 kota Bengkulu*.
- Selfi. 2017. *Penerapan Teknik Assertive Training Dalam Mereduksi Konformitas Negatif Terhadap Kelompok Sebaya Di SMP*.
- Zun Azizul Hakim. 2014. *Pengaruh Pelatihan Assertif Terhadap Asertifitas Siswa Baru Dan Keberanian Serta Kepercayaan Diri Siswa Untuk Memutuskan Kehendak Baiknya*.