



## Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Brainstorming* Terhadap Perilaku Asertif Siswa Kelas Viii Smp Negeri 34 Semarang

Abror Ikhtiyar Zaemurhuda<sup>1</sup>, Siti Fitriana<sup>2</sup>, Venty<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Prodi Bimbingan dan Konsling, FIP Universitas PGRI Semarang

Email : [andika24las1@gmail.com](mailto:andika24las1@gmail.com)

### Abstrak

Berdasarkan latar belakang masalah masih adanya perilaku siswa yang kurang percaya diri, kurang berani mengungkapkan pendapat dan kurangnya kemampuan menolak secara tegas ajakan teman yang tidak sesuai dengan apa yang diinginkan. Metode penelitian yang digunakan adalah Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif *true experimental design*, karena bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* terhadap perilaku asertif siswa. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang yang berjumlah 168 siswa yang terdiri dari 5 kelas. *Try out* akan dilaksanakan di kelas VIII B dengan jumlah siswa 33 siswa. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *cluster random sampling*. Analisis yang digunakan untuk menguji validitas adalah korelasi *product moment* dan reliabilitas menggunakan rumus *alpha*. Hasil analisis Berdasarkan hasil analisis data bahwa hasil *pretest* diperoleh skor pada kelompok eksperimen berjumlah 580 dengan rata-rata 58 sedangkan pada kelompok kontrol berjumlah 675 dengan rata-rata 67,5 yang dapat diartikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol tidak ada sebuah perbedaan. Sedangkan hasil *posttest*nya pada kelompok eksperimen diperoleh skor berjumlah 757 dengan rata-rata 75,7 sedangkan kelompok kontrol diperoleh skor yang berjumlah 711 dengan rata-rata 71,1, sehingga dapat diartikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terjadi perbedaan. Selain itu, dari hasil analisis *uji t* perbedaan bahwa *posttest* diantara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terhadap perilaku asertif dengan menggunakan rumus *uji t* didapatkan sebesar  $t_{hitung}$  sebesar 10,3 sedangkan  $t_{tabel}$  sebesar 2,021 dengan  $db = (n_1+n_2)-2 = (10+10)-2=18$  dan taraf signifikan 5% maka  $t_{hitung}$  lebih besar dari berarti  $t_{tabel}$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan dengan melalui hipotesis yang berbunyi “ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* terhadap perilaku asertif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang. Saran yang dapat peneliti sampaikan hendaknya menumbuhkan pemahaman dan pengetahuannya mengenai pentingnya perilaku asertif.

**Kata kunci :** *Bimbingan Kelompok, Teknik Brainstorming, Perilaku Asertif*

### Abstract

Based on the background of the problem, there is still the behavior of students who lack confidence, lack the courage to express opinions and lack the ability to firmly refuse friends' invitations that do not match what is desired. The research method used is the method used in this study is a quantitative true experimental design, because it aims to determine the effect of group guidance services using brainstorming techniques on students' assertive behavior. The population in this study were students of class VIII SMP Negeri 34 Semarang, totaling 168 students consisting of 5 classes. The try out will be held in class VIII B with a total of 33 students. The sampling

technique used is cluster random sampling technique. The analysis used to test the validity is product moment correlation and reliability using the alpha formula. Results of analysis Based on the results of data analysis, the pretest results obtained in the experimental group were 580 with an average of 58, while in the control group there were 675 with an average of 67.5, which means that there was no difference between the experimental group and the control group. While the results of the posttest in the experimental group obtained a score of 757 with an average of 75.7 while the control group obtained a score of 711 with an average of 71.1, so it can be interpreted that there is a difference between the experimental group and the control group. In addition, from the results of the t-test analysis, the difference between the posttest between the experimental group and the control group on assertive behavior using the t-test formula was obtained at tcount of 10.3 while ttable was 2.021 with  $db = (n_1+n_2)-2 = (10+ 10)-2 = 18$  and a significant level of 5%, then tcount is greater than ttable means that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, so that it can be concluded through the hypothesis that reads "there is an effect of group guidance services using brainstorming techniques on assertive behavior in Class VIII Students of Public Junior High Schools 34 Semarang. Suggestions that can be conveyed by researchers should foster understanding and knowledge about the importance of assertive behavior.

**Keywords:** *Group Guidance, Brainstorming Techniques, Assertive Behavior*

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang Masalah**

Proses perkembangan individu atau siswa, terdapat beberapa fase yang harus dilewati secara bertahap, sistematis dan memiliki jangka waktu tertentu. Tidak terkecuali siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang digolongkan sebagai remaja, menurut Desmita (2014: 36) masa remaja awal: 10-14 tahun merupakan masa pengembangan daya pikir dibawah pendidikan menengah. Tugas perkembangan remaja, Leulla (dalam Jahja, 2011: 238) yaitu, (1) kematangan sosial, (2) pemantapan minat-minat hetero seksual, (3) emansipasi dari kontrol keluarga, (4) kematangan intelektual, (5) memilih pekerjaan, (6) menggunakan waktu senggang secara tepat, 7) memiliki filsafat hidup, (8) identifikasi diri. Remaja yang sering kali mengalami masalah dalam perkembangannya yaitu siswa-siswa yang sedang duduk dibangku sekolah menengah pertama (SMP). Permasalahan yang sering muncul oleh siswa SMP yaitu ucapan yang kurang sesuai dengan tindakan atau sering juga disebut perilaku asertif.

Aktivitas keseharian yang dilakukan siswa SMP di era digital terutama komunikasi, melekat dengan teknologi dan menjadi bagian dari kehidupan keseharian. Menurut Ruben (2019), komunikasi merupakan sebagai kegiatan penyampaian dan penerimaan pesan atau ide dari satu pihak ke pihak yang lain dengan tujuan untuk mencapai kesamaan pandangan atas ide yang dipertukarkan. Komunikasi yang baik akan tercapai maksud dan tujuan dari adanya komunikasi. Salah satu keterampilan yang merupakan bagian dari komunikasi adalah perilaku asertif.

Kemampuan asertif merupakan suatu kemampuan seseorang agar tegas dalam mengambil keputusan dalam hidupnya dan mempertahankan haknya. Menurut Gunarsa (2017: 215), perilaku asertif adalah suatu perilaku yang didalamnya melibatkan beberapa aspek yaitu: aspek perasaan, aspek kejujuran dan aspek keterbukaan pikiran. Orang yang berperilaku asertif memiliki ciri-ciri yaitu: (a) merasa bebas untuk mengemukakan emosi yang dirasakan melalui kata dan tindakan, (b) dapat berkomunikasi dengan orang lain, baik dengan orang yang tidak dikenal, sahabat, dan keluarga, (c) mempunyai pandangan yang aktif tentang hidup, karena orang asertif cenderung mengejar apa yang diinginkan dan berusaha agar sesuatu itu terjadi serta sadar akan dirinya bahwa tidak dapat selalu menang, maka bisa menerima keterbatasannya, akan tetapi selalu berusaha untuk mencapai sesuatu dengan usaha yang sebaik-baiknya, (d) bertindak dengan cara yang dihormatinya sendiri.

Berdasarkan pengertian di atas, bahwa perilaku asertif adalah keterampilan dan kemampuan yang dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan dengan baik secara terbuka, jujur, serta dapat menegakkan hak-hak individu dengan cara yang baik tanpa harus melanggar hak-hak orang lain. Perilaku asertif ini menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan dan dimiliki, bagi setiap individu dan khususnya bagi individu yang masih menempuh pendidikan. Dengan perilaku asertif, siswa dapat menunjukkan perilaku berani di dalam menyatakan suatu pendapat, berani dalam hal mengambil keputusan, menghargai dan menghormati orang lain serta tidak memaksa kehendak diri sendiri. Khan (2012: 144) mengemukakan bahwa perilaku asertif adalah suatu kemampuan yang dimiliki untuk menyampaikan apa yang diinginkan, difikirkan dan dirasakannya terhadap orang lain serta mampu menjaga haknya dan hak orang lain.

Hal ini juga didukung penelitian yang dilakukan Sulistyaningsih (2019), dengan hasil rata-rata *pretest* sebelum diberikan treatment dan *posttest* setelah diberikan treatment terdapat peningkatan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara *pretest-posttest*, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa terdapat pengaruh penggunaan metode teknik *brainstorming* dalam bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif pada siswa. Peningkatan perilaku asertif siswa tidak lepas dari proses yang dialami oleh siswa berupa dinamika kelompok yang terjadi dari setiap pertemuan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*. Selain itu, kesediaan siswa untuk mengaplikasikan hal-hal baru serta manfaat yang diperoleh melalui kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dalam kehidupan sehari-hari memiliki kontribusi dalam peningkatan perilaku asertif.

Dengan perilaku asertif tersebut akan menunjang perkembangan yang dimiliki siswa. Hal itu sejalan dengan pendapat Alberti (2013: 38) bahwa individu yang asertif dapat mengalami peningkatan atau perbaikan diri, ekspresif, bisa meraih tujuan-tujuan yang diinginkannya, dapat menentukan pilihan untuk diri sendiri serta merasa nyaman dengan dirinya. Berdasarkan pendapat tersebut, siswa dengan perilaku asertif yang baik akan dapat belajar dengan baik tanpa adanya gangguan ketidakmampuan menyampaikan maksud dan tujuan. Oleh karenanya perilaku asertif menjadi penting untuk dimiliki setiap individu.

Hal itu didukung penelitian Syahbana (2011) tentang meningkatkan kemampuan asertif melalui layanan penguasaan konten dengan metode diskusi kelompok dan bermain peran yang menunjukkan bahwa sebelum mendapat perlakuan kemampuan asertif siswa termasuk dalam kategori rendah. Selain itu juga penelitian Asokan (2013) tentang hubungan antara kontrol diri dan perilaku asertif siswa yang menghasilkan data bahwa dari hasil analisis deskriptif menunjukkan perilaku siswa yang berada pada klasifikasi non asertif, apabila terus dibiarkan akan menimbulkan akibat-akibat yang akan berakhir pada suatu masalah.

Menurut Sugiyo (2015: 109-110) akibat dari perilaku tidak tegas (tidak asertif) akan berdampak pada emosi seperti misalnya merasa tidak enak terhadap dirinya sendiri dan bahkan sering membenci pada dirinya sendiri mengapa tidak dapat mengatakan tidak bisa bila diajak oleh orang lain. Perilaku yang tidak asertif ini biasanya bersifat emosional, tidak jujur dan tidak langsung, terhambat dan menolak diri sendiri. Di samping itu akan muncul kejangkelan dan kecemasan. Sikap dan perilaku tidak tegas dapat berakibat terhalangnya keakraban hubungan baik antara dua orang yang membangun persahabatan karena adanya ketidakjujuran dalam mengungkapkan kebutuhannya. Dapat dinyatakan bahwa akibat dari sikap dan perilaku tidak tegas akan berakibat munculnya kerugian yang ada pada orang yang tidak tegas tersebut.

Berdasarkan hasil analisis yang peneliti lakukan terhadap siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang melalui analisis Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang terdapat butir item yang

memiliki tingkat pemilihan yang tinggi oleh siswa yaitu “kadang-kadang perbuatan saya tidak sesuai dengan yang diucapkan”.

Selanjutnya untuk memperkuat data yang didapatkan dari Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) dan observasi di kelas mengenai perilaku siswa, peneliti juga melakukan wawancara langsung dengan guru BK. Wawancara dilakukan di ruang BK pada tanggal 10 Januari 2022 yaitu dengan guru BK, dimana hasil yang didapatkan ternyata sesuai dengan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) yaitu perilaku siswa yang kurang percaya diri, kurang berani mengungkapkan pendapat dan tidak dapat memperjuangkan hak-haknya secara pribadi dengan cara yang baik, bahkan ada pula yang mencapai hak dengan cara yang dapat merugikan orang lain. Contohnya sulit menolak ajakan teman, melanggar aturan sekolah, tidak menghargai, tidak jujur, kurang menghormati guru, serta berbicara tidak sepatutnya. Selanjutnya peneliti juga melakukan wawancara kepada siswa untuk mengetahui permasalahan yang terjadi berkaitan dengan perilaku asertif.

Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa siswa kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang pada tanggal 10 sampai 15 Januari 2022. Dari wawancara tersebut siswa memberikan alasan mengapa siswa belum bisa mengungkapkan apa yang dirasakannya secara jujur dan terbuka, belum bisa menolak secara tegas atas ajakan dari teman yang tidak sesuai dengan keinginannya, dikarenakan siswa merasa takut apabila menolak ajakan yang tidak sesuai dengan apa yang diinginkan akan mendapatkan bullyan dari teman-temannya secara kata-kata maupun secara tindakan.

Dari hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa Kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang, kurang keberanian dalam mengungkapkan pendapat, penolakan ajakan dari temanya yang tidak sesuai dengan keinginannya, dan tidak dapat memperjuangkan hak-haknya secara pribadi dengan cara yang baik. Dari butir butir tersebut menunjukkan perilaku asertif siswa masih cukup rendah dan perlu ditingkatkan lagi agar siswa dapat berkembang secara optimal.

Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan solusi yang dapat digunakan sebagai penyelesaian. Karena perilaku asertif sangat penting dalam perkembangan remaja, apabila seorang remaja tidak dapat berperilaku asertif, disadari ataupun tidak, remaja akan kehilangan hak-hak pribadi sebagai individu dan cenderung tidak dapat menjadi individu yang bebas dan akan selalu berada dibawah kekuasaan orang lain.

Melatih siswa agar berperilaku asertif tidak cukup melalui kegiatan diskusi disetiap proses pembelajaran. Dalam strategi dan layanan pelaksanaan Bimbingan dan Konseling terdapat beberapa layanan yang dapat membantu siswa meningkatkan perilaku asertif, layanan tersebut yaitu layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan suatu layanan yang dapat diberikan kepada sejumlah siswa untuk membahas suatu permasalahan yang diberikan oleh konselor atau permasalahan bebas yang dilaksanakan dalam suasana kelompok dengan melibatkan dinamika kelompok.

Salah satu teknik berpikir kreatif sehingga memberikan jalan untuk berinisiatif kreatif dengan mendorong siswa untuk mencurahkan semua ide yang timbul dari pikirannya dalam jangka waktu tertentu berkenaan dengan beberapa masalah, dan tidak diminta untuk menilainya selama curah pendapat berlangsung adalah metode *brainstorming*. Metode ini memberikan penilaian khusus yang dilakukan pada periode berikutnya dimana semua ide dipilih, dievaluasi dan mungkin diterapkan Howard (2012: 43). Menurut Freeman (2011: 32) *bainstorming* adalah suatu teknik yang digunakan untuk menghasilkan suatu daftar panjang yang berisi berbagai respon berbeda tanpa membuat penilaian terhadap ide-ide individu.

Bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa hal ini sesuai hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfiah (2014) model bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dapat

meningkatkan rasa percaya diri siswa di SMA Negeri 1 Bumiayu Jawa Tengah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Cullen (2018) tentang *brainstorming* dilakukan di kelas komunikasi lisan di SMA Jepang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen, dilakukan pada enam kelas, setiap kelas yang berjumlah 40 siswa dibagi dua menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Penelitian tersebut menyatakan bahwa *brainstorming* memiliki efek positif yang kuat pada suasana kelas dan perilaku siswa. Layanan bimbingan kelompok yang akan diberikan kepada siswa berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*, aturan dalam *brainstorming* menjadi dasar dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Penjelasan di atas menjadi acuan peneliti untuk menggunakan bimbingan kelompok sebagai teknik dalam meningkatkan perilaku asertif siswa. Oleh karenanya, dalam penelitian ini peneliti mengambil judul berupa "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Brainstorming* terhadap Perilaku Asertif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang"

## **KAJIAN TEORI**

### **Perilaku Asertif**

Perilaku asertif ditandai oleh kesesuaian sosial dan seseorang yang berperilaku asertif mempertimbangkan perasaan dan kesejahteraan orang lain. Menurut Purnamasari (2012: 51) asertif merupakan ketrampilan menegakkan hak individu yang rasional dalam cara-cara membantu memastikan bahwa orang lain tidak dapat mengabaikan hak individu tersebut. Gunarsa (2014: 215) menjelaskan bahwa perilaku asertif adalah perilaku antar-perorangan (interpersonal) yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan.

Sedangkan menurut Alberti (2012: 34), menambahkan perilaku asertif adalah perilaku yang membuat seseorang dapat bertindak demi kebaikan dirinya, mempertahankan haknya tanpa cemas, mengekspresikan perasaan secara nyaman, dan menjalankan haknya tanpa melanggar oranglain. Menurut Corey dalam Ratna (2013: 35), perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan. Khan (2012: 144) juga mengemukakan bahwa perilaku asertif adalah suatu kemampuan untuk menyampaikan apa yang diinginkan, dipikirkan dan dirasakannya kepada orang lain serta mampu menjaga haknya dan hak orang lain. Individu yang memiliki perilaku asertif maka individu tersebut merasa percaya diri, terbuka, jujur dan merasa dihormati.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif adalah kemampuan untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan dengan baik secara jujur dan terbuka serta dapat menegakkan hak individu tanpa melanggar hak-hak orang lain.

### **Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Brainstorming***

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* adalah suatu layanan bimbingan yang dilakukan secara berkelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas topik tertentu secara bersama-sama. Dalam proses bimbingan siswa diwajibkan memberikan pendapat, menyampaikan ide gagasan yang dimiliki dan diakhir bimbingan pemimpin kelompok tidak merumuskan kesimpulan.

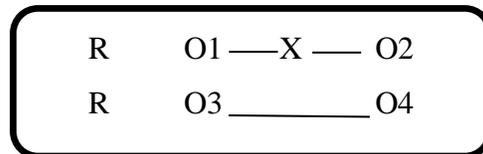
## **METODE**

Metode penelitian yang akan digunakan adalah eksperimen. Penelitian metode eksperimen digunakan karena untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali. Arikunto (2013: 207), menyatakan penelitian eksperimen merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada

tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek selidik. Dengan kata lain penelitian eksperimen mencoba meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat.

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan true eksperimental. Sugiyono (2013: 112), menyatakan true eksperimental (eksperimen yang betul-betul) karena dalam desain ini dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen.

Penelitian ini akan menggunakan *pretest-posttest control group design*, selanjutnya dapat digambarkan rancangan penelitian sebagai berikut:



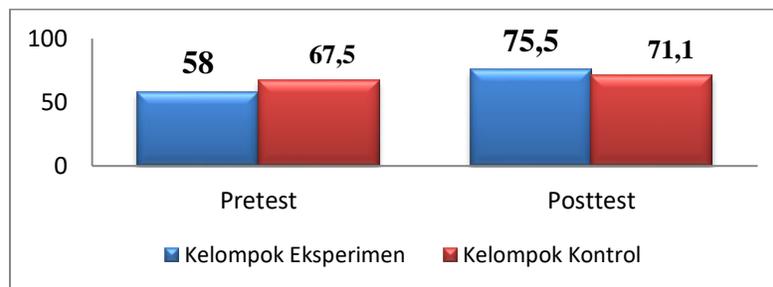
Keterangan:

- R       : Randomisasi
- O1     : *Pretest* kelompok eksperimen
- O2     : *Posttes* kelompok eksperimen
- O3     : *Pretest* kelompok kontrol
- O4     : *Posttest* kelompok kontrol
- X       : Perlakuan

### Teknik Analisis Data

Sugiyono (2016:137) mengatakan teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, angket, dan observasi. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan angket berupa skala psikologis. Peneliti menggunakan angket berupa skala psikologis karena yang akan diungkap berupa atribut psikologis, maka atribut psikologis secara tidak langsung diungkap melalui indikator-indikator skala perilaku asertif siswa, kemudian menyusun pernyataan psikologis dengan format stimulusnya berbentuk pernyataan objektif tentang perilaku asertif siswa, dengan *skoring* menggunakan skala *Likert* empat alternatif jawaban yaitu: sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai.

### HASIL DAN PEMBAHASAN



Grafik Rata-rata Hasil Pretest dan Posttest

Berdasarkan grafik rata-rata hasil pretest dan posttest di atas diperoleh perbedaan hasil pretest pada kelompok eksperimen dengan rata-rata 58 dan kelompok kontrol dengan rata-rata 67,5, sedangkan pada hasil posttest pada kelompok eksperimen dengan rata-rata 75,5 dan kelompok kontrol dengan rata-rata 71,1.

Berdasarkan hasil perhitungan uji Lilliefors yang sudah diuji, diperoleh hasil  $L_0 < L_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima, artinya sampel berasal dari data yang berdistribusi normal. Uji normalitas sampel terdapat pada tabel sebagai berikut:

#### Uji Normalitas

Kelompok	$L_0$	$L_{tabel}$	Kesimpulan
Eksperimen	0,108	0,200	Berdistribusi normal
Kontrol	0,155	0,200	Berdistribusi normal

Untuk menguji Homogenitas sampel digunakan uji F. Berdasarkan hasil perhitungan uji F, diperoleh hasil sebagai berikut:

#### Uji Homogenitas

$X^2_{hitung}$	$X^2_{tabel}$	Kesimpulan
0,27	28,9	Homogen

Karena  $F_{hitung} < F_{tabel}$  yaitu  $1,18 < 4,03$  maka  $H_0$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang sama atau homogen. Dan jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak.

Berdasarkan hasil analisis *uji t* perbedaan bahwa *posttest* diantara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terhadap perilaku asertif dengan menggunakan rumus *uji t* didapatkan sebesar  $t_{hitung}$  sebesar 10,3 sedangkan  $t_{tabel}$  sebesar 2,021 dengan  $db = (n_1+n_2)-2 = (10+10)-2=18$  dan taraf signifikan 5% maka  $t_{hitung}$  lebih besar dari  $t_{tabel}$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan dengan melalui hipotesis yang berbunyi “layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* berpengaruh untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 34 Semarang.

### Pembahasan

Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dilakukan sebanyak lima kali dengan tema mampu mengatakan tidak dengan sopan dan tegas, mampu mengepresikan perasaan jujur, berbicara sesuai realita dan jujur, dan mampu mengepresikan kesukaan dan prioritas. Keefektifan pemberian layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* diharapkan siswa terus mengembangkan kemampuannya dalam beradaptasi atau perilaku asertif dengan lingkungan-lingkungan baru yang pada masa depan akan dihadapi. Perilaku asertif ditandai oleh kesesuaian sosial dan seseorang yang berperilaku asertif mempertimbangkan perasaan dan kesejahteraan orang lain. Menurut Purnamasari (2012: 51) asertif merupakan ketrampilan menegakkan hak individu yang rasional dalam cara-cara membantu memastikan bahwa orang lain tidak dapat mengabaikan hak individu tersebut. Gunarsa (2014: 215) menjelaskan bahwa perilaku asertif adalah perilaku antar-perorangan (interpersonal) yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan.

Sedangkan menurut Alberti (2012: 34), menambahkan perilaku asertif adalah perilaku yang membuat seseorang dapat bertindak demi kebaikan dirinya, mempertahankan haknya tanpa cemas, mengekspresikan perasaan secara nyaman, dan menjalankan haknya tanpa melanggar oranglain. Menurut Corey dalam Ratna (2013: 35), perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan.

Perilaku asertif sangat penting untuk dimiliki oleh setiap siswa agar dapat menyesuaikan diri dengan baik, mampu bergaul dengan teman satu kelas, mampu memusatkan perhatian di kelas, serta merasa nyaman dengan suasana kelas. Sehubungan dengan hal ini bahwa siswa dikatakan dapat menyesuaikan diri dengan baik apabila kemajuan terjadi melalui fase perkembangan aspek perkembangan kesadaran tanggung jawab sosial. Dengan demikian siswa yang memiliki kemampuan menyesuaikan diri mampu mencapai kondisi yang normal dan seimbang dalam lingkungan sosialnya. Ciri-ciri dalam perilaku asertif ini meliputi: (1) Mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan secara baik, (2) Mampu menolak permintaan atau ajakan yang tidak sesuai dengan dirinya, (3) Mampu mempertahankan hak-hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain, (4) Mempunyai pandangan yang aktif tentang hidup serta bertanggung jawab.

Menurut Winkel (2017 : 565), “ mengatakan bahwa manfaat bimbingan kelompok bagi siswa adalah menjadi lebih sadar akan tantangan yang sedang dihadapi, lebih rela menerima dirinya sendiri, menyadari bahwa teman-temannya juga sering menghadapi persoalan, kesulitan, tantangan yang kerap kali sama, lebih berani mengungkapkan pandangannya sendiri, memiliki kesempatan untuk berdiskusi bersama, bersedia menerima pandangan yang dikemukakan oleh teman dibanding dikemukakan oleh konselor, dapat mengatasi masalah yang dirasa sulit. “Dengan fokus masalah yang telah ditentukan oleh konselor yaitu peningkatan kemampuan perilaku asertif di sekolah, maka anggota kelompok berusaha menyelesaikan masalahnya yaitu peningkatan kemampuan perilaku asertif di sekolah”. Dari pernyataan ini dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan perilaku asertif. Hasil yang diperoleh dari pemberian bimbingan kelompok adalah terdapat perubahan yang positif yang terjadi di dalam diri siswa yaitu, meningkatnya kemampuan perilaku asertif siswa.

Menurut Romlah (2016: 3), bimbingan kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat dilakukan dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang jumlah anggotanya dibatasi antara 10-15 orang. Dengan demikian memungkinkan pemimpin kelompok dapat melakukan pendekatan secara personal. Hal ini juga dilakukan secara berkesinambungan yang memberikan informasi dengan membahas topik tentang tindakan yang mengarah pada perilaku asertif siswa, dampak dari kurangnya perilaku asertif, serta upaya untuk meningkatkan perilaku asertif.

Layanan bimbingan dan konseling terdapat beberapa macam tehnik, salah satu diantaranya yaitu teknik *brainstorming*. Menurut Hamdani (2011: 286) menjelaskan *brainstorming* sebagai metode yang merangsang berfikir dan menggunakan wawasan tanpa melihat kualitas pendapat yang disampaikan oleh siswa. Guru menampung ide gagasan siswa tanpa menyimpulkan ide-ide yang disampaikan oleh siswa. Dalam melaksanakan pembelajaran dengan metode *brainstorming*, seluruh siswa berpartisipasi aktif dalam kegiatan diskusi untuk menyatakan atau mengungkapkan gagasan mengenai masalah yang diberikan kepada siswa, sehingga timbul interaksi antar siswa dengan siswa maupun siswa dengan guru.

Berdasarkan hasil analisis data pretest dan posttest diperoleh perbedaan hasil pretest pada kelompok eksperimen dengan rata-rata 58 dan kelompok kontrol dengan rata-rata 67,5, sedangkan pada hasil posttest pada kelompok eksperimen dengan rata-rata 75,5 dan kelompok kontrol dengan rata-rata 71,1. Dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif siswa setelah diberikan *treatment* berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* tergolong dalam kategori tinggi. Rata-rata hasil *posttest* perilaku asertif menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan rata-rata hasil *pretest* pada skala perilaku asertif. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa ada peningkatan perilaku asertif siswa sebesar 17,5 setelah mendapatkan *treatment*.

Dari hasil akhir proses yang peneliti lakukan selama pemberian *treatment*, siswa sangat senang, antusias dan aktif dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*. Berdasarkan hasil *laissez* yang sudah dikerjakan, siswa dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari khususnya di lingkungan sekolah, hal tersebut mendukung adanya perubahan kebiasaan siswa dalam perilaku asertif dengan baik, menghargai diri sendiri dan orang lain, dan perubahan tingkah laku dengan baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa anggota kelompok dapat menanamkan perilaku asertif setelah diberikannya layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*.

Dalam proses *treatment* siswa sangat antusias dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* karena sebelumnya siswa masih terlihat bingung dan ramai melaksanakan teknik *brainstorming* atau terlihat kacau. Pada awal pertemuan siswa terlihat bingung dengan konsep menggunakan teknik *brainstorming* namun siswa juga tertarik karena menurut mereka teknik *brainstorming* sangatlah menyenangkan dan membuat kegiatan jadi tidak membosankan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* terhadap perilaku asertif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data bahwa hasil *pretest* diperoleh skor pada kelompok eksperimen berjumlah 580 dengan rata-rata 58 sedangkan pada kelompok kontrol berjumlah 675 dengan rata-rata 67,5 yang dapat diartikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol tidak ada sebuah perbedaan. Sedangkan hasil *posttest*nya pada kelompok eksperimen diperoleh skor berjumlah 757 dengan rata-rata 75,7 sedangkan kelompok kontrol diperoleh skor yang berjumlah 711 dengan rata-rata 71,1, sehingga dapat diartikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terjadi perbedaan.

Selain itu, dari hasil analisis *uji t* perbedaan bahwa *posttest* diantara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol terhadap perilaku asertif dengan menggunakan rumus *uji t* didapatkan sebesar  $t_{hitung}$  sebesar 10,3 sedangkan  $t_{tabel}$  sebesar 2,021 dengan  $db = (n_1+n_2)-2 = (10+10)-2=18$  dan taraf signifikan 5% maka  $t_{hitung}$  lebih besar dari berarti  $t_{tabel}$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan dengan melalui hipotesis yang berbunyi "ada pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* terhadap perilaku asertif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 34 Semarang.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aini, Nur, Sugiharto DYP & Sutoyo Anwar. 2014. *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Perilaku asertif Siswa*. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang. ISSN 2252-6889.
- Ali, Muhammad & Asrori, Muhammad. 2016. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Arikunto, Suharsimi. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2010. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gibson, Mitchell. 2011. *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Ghufron, M.Nur & S. Risnawita, Rini. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: AR-Ruzz Media.
- Hafidz, Addahri. 2013. *Teknik Bermain Peran pada Layanan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan Self-Estem*. Padang: Volume 2, Nomor 1.
- Hurlock, Elizabeth B. 2015. *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.

- Irwan, Edy, Rosidah Ainur & Adiputra Sofwan. 2015. *Pengembangan Teknik Permainan Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku asertif Siswa*. Jurnal Fokus Konseling Volume 1 No. 1, Januari 2015 Hlm. 13-22
- Maghfur, Sya'ban. 2018. *Bimbingan Kelompok Berbasis Islam untuk Meningkatkan Perilaku asertif Santri Pondok Pesantren Al Ishlah Darussalam Semarang*. KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi Vol. 12, No. 1, Januari - Juni 2018 ISSN: 1978 - 1261 (print), 2548 - 9496 (online)
- Nurihsan. 2012. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Prayitno. 2014. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Ramadhan, Ibnu. 2015. *Hubungan Perilaku asertif di Sekolah dengan Kepercayaan Diri Siswa*. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Romlah, Tatiek. 2011. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Syahrul, Muhamad. 2015. *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Peningkatan Perilaku asertif Siswa*. Journal of EST, Volume 1, Nomor 1, Juni 2015 hal 46 –60 46. ISSN:2460-1497
- Soegeng, A.Y. 2016. *Dasar-dasar Penelitian*. Semarang: IKIP PGRI Semarang Press.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto & Hartono. 2018. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sundari, Siti. 2015. *Kesehatan Mental dalam Kehidupan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2018. *Proses Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sys Maf'qhul Umi, Siti Fitriana, Suhendri. 2018. Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik self management terhadap kontrol diri dalam penggunaan handphone pada siswa kelas XI SMA Mardisiswa. SSN 2406-8691 [VOLUME 5 NOMOR 1, April 2018
- Trianisa, Siti Fitriana, G. Rahastono Ajie. 2022. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Terhadap Efikasi Diri Siswa Kelas X IPA Di SMA N 2 Cepu. Jurnal Pendidikan dan Konseling Volume 4 Nomor 5 Tahun 2022. E-ISSN: 2685-936X dan P-ISSN: 2685-9351
- Winkel, W.S & Sri Hastuti. 2015. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grasindo.