



Pengaruh Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Dengan Teknik *Assertive Training* Pada Siswa SMPN Di Pekanbaru

Fanri Daniel Pakpahan^{1*}, Elni Yakub², Daviq Chairilisyah³

^{1, 2,3,4} Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau

Email: fanridaniel99@gmail.com^{1*}

Abstrak

Manusia merupakan makhluk sosial yang berarti tidak terlepas dari individu lainnya, setiap individu saling membutuhkan dan berinteraksi dan salah satunya hal yang menunjang dalam kehidupan sosial ialah komunikasi. Tujuan kajian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok melalui teknik *assertive training* dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa di SMPN Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan model *one group pretest-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini ialah 7 orang siswa dipilih secara *purposive sampling*. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat keterampilan komunikasi siswa rendah dengan persentase 100% pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan perlunya konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keterampilan komunikasi pada siswa SMPN di Pekanbaru.

Kata Kunci: *Assertive Training, Konseling Kelompok, Keterampilan Komunikasi.*

Abstract

Humans are social creatures which means they cannot be separated from other individuals, each individual needs each other and goes hand in hand and one of the things that sustains social life is communication. The purpose of this study was to determine the effect of group counseling through *assertive training* techniques in improving the communication skills of at SMPN Pekanbaru. This study used a quasi-experimental method with a *one-group pre-test-post-test design*. The subjects of this study were 7 students selected by *purposive sampling*. The results of this study indicate the low level of communication skills of students with a percentage of 100% in the low category. This shows the need for group counseling with *assertive training* techniques to improve the communication skills of students at SMPN Pekanbaru.

Keywords: *Assertive Training, Group Counseling, Communication Skills.*

PENDAHULUAN

Manusia merupakan salah satu makhluk sosial, Salah satu indikasinya manusia adalah makhluk sosial ialah dilihat dari perilaku komunikasi antar manusia. Melalui kegiatan interaksi sosial dalam sistem sosial manusia dapat memenuhi berbicara satu sama lain, bertukar gagasan, berbagi pengalaman dan juga saling bekerjasama antar satu sama lainnya untuk memenuhi kebutuhan dan sebagainya. Menurut Pasaribu dan Mayasari, (2015) tujuan komunikasi adalah untuk membuat persamaan antara sender atau pengirim pesan dan receiver atau penerima pesan. Komunikasi sangat penting bagi seluruh lapisan di kehidupan manusia tak terkecuali bagi siswa SMP yang sudah menginjak usia remaja awal, masa remaja merupakan masa yang akan dilalui manusia dalam rentang kehidupan. Masa ini merupakan masa yang penting bagi perkembangan individu dan merupakan masa

transisi menuju perkembangan masa dewasa yang sehat. Dilingkungan sekolah siswa dituntut untuk pandai dalam hal akademik, dan juga pandai dalam hal berinteraksi dengan guru – guru disekolah dan juga dengan teman – temannya di sekolah agar siswa dapat merasa nyaman dilingkungan sekolah itu sendiri. Sekolah merupakan lingkungan kedua setelah keluarga karena, anak akan belajar bersosialisasi dengan teman-teman barunya disekolah, peserta didik akan berkomunikasi dengan satu sama lainnya baik didalam, maupun diluar kelas, tetapi tidak semua anak memang dapat berkomunikasi dengan baik, di lingkungan sekolah yang mana dapat diambil kesimpulan kemampuan berinteraksi siswa dapat dibagi menjadi dua yaitu, pertama, siswa yang memiliki kemampuan berinteraksi atau komunikasi yang baik sehingga memiliki pergaulan yang baik dan sebaliknya, yang kedua, siswa yang memiliki kemampuan berinteraksi atau komunikasi yang buruk sehingga sulit untuk bergaul dengan teman yang lainnya.

Menurut Ratnasari dan Arifin, (2021) adapun dampak dari kemampuan berinteraksi siswa tersebut ialah, siswa yang memiliki kemampuan komunikasi yang baik maka akan tidak akan kesulitan dalam berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal, berkomunikasi secara efektif dan terlibat dalam pembicaraan yang menyenangkan dan dapat mengakhiri pembicaraan tanpa menyakiti ataupun mengecewakan orang lain dan adapun siswa yang memiliki komunikasi yang buruk ialah akan merasa kesulitan ketika memulai pembicaraan dengan orang yang tidak dikenal, canggung dan tidak terlibat dalam pembicaraan yang menyenangkan. Dalam hubungan formal mereka tidak berani untuk mengemukakan pendapat, pujian, keluhan dan sebagainya. Berdasarkan studi pendahuluan dan wawancara yang dilakukan dengan guru bimbingan dan konseling SMPN di Pekanbaru, diketahui bahwa ketika guru bimbingan dan konseling memberikan layanan bimbingan klasikal di kelas dan juga ketika melakukan kegiatan konseling di ruang BK kepada anak asuh mereka masing-masing terlihat masih ada beberapa siswa yang malu-malu, merasa ragu-ragu dan takut dalam menyampaikan pendapatnya. Bahkan beberapa siswa hanya berdiam diri tanpa menjawab pertanyaan yang diajukan. Selain itu ada juga beberapa siswa yang gemeteran ketika maju di depan kelas untuk menjelaskan materi sehingga membuatnya tidak dapat menyampaikan materi dengan benar. Siswa yang memiliki keterampilan komunikasi yang rendah juga mengalami kesulitan bergaul dengan teman-temannya. Hal ini tentu akan mempengaruhi perkembangan anak didalam hubungan sosialnya. Hasil AKPD (Angket Kebutuhan Peserta Didik) yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling di SMPN Pekanbaru. memperoleh gambaran permasalahan siswa sebesar 55,00% memiliki masalah terbesar dalam bidang pribadi, termasuk juga didalamnya mengenai keterampilan komunikasi.

Menurut Dharmayanti, (2013) komunikasi sangat penting bagi siswa yang mana memberikan dampak yang positif bagi kehidupan sosialnya, yang mana dapat diartikan bahwasannya dengan memiliki komunikasi yang baik maka kehidupan sosial akan mejadi lebih baik dan juga dapat mengaktualisasikan diri sehingga dapat memenuhi tugas-tugas perkembangan siswa. Menurut Rahmat, (2018) salah satu tugas perkembangan pada masa remaja yang harus dipenuhi ialah mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dan juga mencapai peran sosial sebagai pria dan wanita, adapun tugas perkembangan tersebut sekolah sangat bereperan penting karena, anak usia sekolah menghabiskan 1/3 hari mereka disekolah. Maka dari itu komunikasi sangat penting atau berperan dalam mewujudkannya. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Ratnasari dan Arifin 2021) yaitu kemampuan keterampilan komunikasi sangat rendah yaitu didapatkan siswa kelas XI SMA Negeri 3 Morotai sebanyak 165 siswa dan yang teridentifikasi mengalami interaksi sosial rendah ini menandakan bahwasannya keterampilan komunikasi di XI SMA Negeri 3 Morotai perlu ditingkatkan kepada peserta didiknya. Menurut Royan, (2015) komunikasi memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran yaitu hubungan antar guru dan siswa, penyampaian materi pelajaran termasuk didalamnya keaktifan atau keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran, serta pemberian feedback bagi peserta didik. dan permasalahan lainnya juga dilihat apabila pembagian kelompok minimnya komunikasi dalam kelompok.

Menurut Aqib, (2013) menyatakan bahwasannya konseling kelompok (*group counseling*) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*). Konseling kelompok merupakan suatu layanan yang dapat digunakan oleh peserta didik untuk mengemukakan pendapat mereka, yang mana dapat meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Dengan melakukan *teknik assertive training* maka diharapkan mampu meningkatkan keterampilan komunikasi siswa, Maharani dan Ningsih, (2015) karena *assertive training* dirancang untuk membimbing manusia menyatakan,

merasa dan bertindak pada asumsi bahwasannya meteka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan mengekspresikan perasaanya secara bebas.

Berdasarkan argumentasi teoritik di atas, mendorong peneliti unrtuk melakukan penelitian yang mengenai “pengaruh konseling kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi dengan teknik *assertive training* pada siswa di smpn pekanbaru “.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif dengan metode *quasi* eksperimen, dengan bentuk *one group* pretest-postttest design, dengan rancangan satu kelompok subjek. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMPN di Pekanbaru. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik purpossive sampling dan didapatkan sampel sebanyak 7 orang siswa dengan keterampilan komunikasi rendah. Instrument pada penelitian ini menggunakan angket keterampilan komunikasi dengan menggunakan skala likert dengan 5 kategori. Pada penelitian ini jumlah item sebanyak 22 butir pernyataan. Angket ini disebarkan kepada siswa pada bulan juli 2022. Teknik ananlisis data mrnggunakan uji validitas, uji reliabilitas dan uji hipotesis. Pada pengujian reliabilitas diperoleh *cronbach's alpha* 0,831.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian diuraikan berdasarkan tujuan penelitian, yaitu untuk mengetahui tingkat keterampilan komunikasi siswa sebelum dan sesudah dilaksanakannya layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap keterampilan komunikasi siswa

Tingkat keterampilan Komunikasi Siswa sebelum dan sesudah Diberikannya Teknik *Assertive Training* Melalui Konseling Kelompok

Tabel.1 Tingkat keterampilan komunikasi Siswa Sebelum diberikan teknik *assertive training*.

Skor	Frekuensi	Kategori
75-100	-	Tinggi
48-74	-	Sedang
20-47	7	Rendah

Hasil pengambilan data awal (*pre-test*) disimpulkan bahwasannya keterampilan komunikasi siswa sebelum pelaksanaan teknik *assertive training* melalui konseling kelompok semuanya berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 7 orang, persentasenya 100% dengan interval (20-47).

Tabel.2 Tingkat keterampilan komunikasi Siswa Sesudah diberikan teknik *assertive training*.

Skor	Frekuensi	Kategori
75-100	7	Tinggi
48-74	-	Sedang
20-47	-	Rendah

Berdasarkan hasil *post-test* yang meggambarkan adanya peningkatan keterampilan komunikasi siswa yang semula berada pada kategori rendah , secara keseluruhan atau 7 siwa mengalami peningkatan setelah diberikan

teknik *assertive training* melalui konseling kelompok, persentasenya 100% dengan interval (75-100).

Uji Hipotesis
Tabel.3 uji Wilcoxon

	posttest – pretest
Z	-2.366 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,018

Berdasarkan pada hasil analisis tabel 3 diatas dapat disimpulkan bahwa probability $0,018 < \alpha 0,05$. Dan ini menyatakan bahwasannya adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok melalui teknik *assertive training*. Dan dengan hasil tersebut membuktikan bahwasannya H_0 ditolak dan H_a diterima. Yang berarti adanya peningkatan rata-rata keterampilan komunikasi siswa sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan, maka dengan itu hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu konseling kelompok melalui teknik *assertive training* berpengaruh untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan keterampilan komunikasi siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan konseling kelompok melalui teknik *assertive training*.

Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan keterampilan komunikasi siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Hal itu dapat dilihat keterampilan komunikasi siswa sebelum diberikan konseling kelompok semuanya pada kategori rendah, sedangkan setelah diberikan konseling kelompok, sebagian besar keterampilan komunikasi siswa mengalami peningkatan yakni berada pada kategori tinggi, yang mana sebelum diberikan konseling kelompok keterampilan komunikasi siswa berada pada kategori rendah sebanyak 7 orang siswa. Dan setelah diberikan konseling kelompok keterampilan komunikasi siswa mengalami peningkatan sebanyak 7 orang siswa pada kategori tinggi.

Adapun konseling kelompok dinyatakan berpengaruh terhadap keterampilan komunikasi siswa yaitu setelah diberikan konseling kelompok semuanya pada kategori tinggi ini dikarenakan oleh faktor antuasisme siswa yang sangat tinggi pada saat mengikuti konseling kelompok disetiap sesinya salah satu contohnya siswa yang selalu tepat waktu saat datang keruang konseling dan juga terlihat sangat gembira pada saat mengikuti *ice breaking* pada tiap sesinya, dan setiap siswa mampu mengekspresikan dirinya sehingga sangat berpengaruh pada hasil konseling kelompok, dan kegiatan konseling kelompok dari sesi pertama hingga sesi terakhir berjalan dengan baik dan memuaskan, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari dan Arifin, (2021) bahwa adanya peningkatan yang signifikan interaksi sosial siswa setelah diberikan *assertive training* melalui konseling kelompok.

Penelitian lainnya menurut Sari dkk, (2018) menunjukkan hasil, Kemampuan *equality* dalam komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA Negeri 11 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018 mengalami peningkatan secara signifikan melalui teknik *assertive training*. Selanjutnya menurut Maharani dan Ningsih, (2015) menyatakan bahwasannya teknik *assertive training* melalui konseling kelompok dapat mengentaskan permasalahan peserta didik kelas IX di Sekolah Menengah Pertama Negeri 12 Bandar Lampung.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dapat disimpulkan bahwasannya terdapat pengaruh *assertive training* dalam meningkatkan keterampilan komunikasi dengan konseling kelompok pada siswa SMPN Pekanbaru. Hal ini didukung oleh penelitian Muthohharoh, (2015) layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh untuk meningkatkan komunikasi.

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keterampilan komunikasi agar berjalan dengan optimal maka, diperlukannya prosedur pelaksanaan *assertive training*. Adapun prosedur *assertive training* ialah:

1. Latihan keterampilan, dimana perilaku verbal maupun nonverbal diajarkan, dilatih dan diintegrasikan kedalam rangkaian perilakunya. Adapun teknik untuk melakukan hal ini ialah, latihan- latihan khusus antara lain melalui permainan peran.
2. Mengurangi kecemasan, yang diperoleh secara langsung (misalnya, pengebalan) atau tidak langsung, sebagai hasil tambahan dari latihan keterampilan. Teknik untuk melakukan hal ini antara lain dengan pendekatan tradisional untuk pengebalan, baik melalui imajinasi maupun keadaan aktual.
3. Menstruktur kembali aspek kognitif, dimana nilai-nilai kepercayaan, sikap yang membatasi ekspresi diri pada klien, diubah oleh pemahaman dan hal-hal yang dicapai dari perilakunya. Sebagaimana diketahui, bahwa hambatan untuk mengekspresikan diri pada seseorang, yaitu masyarakat, kebudayaan, umur, jenis kelamin, status sosial-ekonomi, keluarga, perlu diperhatikan karena kaitannya dengan hak-hak pribadi seseorang. Adapun prosedur *assertive training* bertujuan untuk mempermudah kegiatan konseling kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan tujuan yang ingin dicapai, maka dapat diambil kesimpulan tingkat keterampilan komunikasi siswa sebelum diberikan teknik *assertive training* berada pada kategori rendah dan setelah diberikan teknik *assertive training* keterampilan komunikasi siswa mengalami peningkatan dengan seluruhnya berada pada kategori tinggi, terdapat pengaruh yang signifikan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* meningkatkan keterampilan komunikasi siswa dibuktikan dengan terdapat perbedaan yang signifikan hasil uji analisis dan nilai pretest dan posttest keterampilan komunikasi siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqib, Zainal. 2013. *Konseling Kesehatan Mental*. ke-1. Bandung: CV Yrama Widya. Bimbingan, Muthohharoh Prodi et al. "KETERAMPILAN KOMUNIKASI." : 90–103.
- Dharmayanti, Putu Ari. 2013. "Teknik Role Playing Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Smk." *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran* 46(3): 256–65. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JPP/article/view/4228/3299>.
- Maharani, Laila, and Tika Ningsih. 2015. "Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training Dalam Menangani Konsep Diri Negatif Pada Peserta Didik." *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 2(1): 23–28.
- Pasaribu, Wika Christian, and Shinta Mayasari. "Wika Christian Pasaribu 1 *, Yusmansyah 2 , Shinta Mayasari 3 1."
- Rahmat, Pupu Saeful. 2018. *Perkembangan Peserta Didik*. ke-1. Jakarta Timur: PT Bumi Aksara.
- Ratnasari, Sri, and Andi Agustan Arifin. 2021. "Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa." *Konseling: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling* 2(2): 49–55.
- Royan, Nishata. 2015. "Bab 1: Pendahuluan." *Profil kesehatan kab.semarang* 41(2005): 1–9.
- Sari, Rina Intan, Yusmansyah, and Diah Utaminingsih. 2018. "Penggunaan Konseling Kelompok Teknik Asertive Training Untuk Meningkatkan Keterampilan Equality." : 1–11.