

Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Kemampuan Mengungkapkan Pendapat Siswa dalam Layanan Konseling Kelompok pada Kelas XI di SMA Negeri 3 Kota Jambi

Desti Sarimadana¹, Akmal Sutja², Rully Andi Yaksa³

^{1,2,3} Bimbingan dan Konseling, Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi

Email: destisariwadana@gmail.com¹, akmalsutjaptl@gmail.com², rullyandi@unja.ac.id³

Abstrak

Kemampuan mengungkapkan pendapat merupakan adanya kesanggupan untuk menyatakan pikiran atau perasaannya, kemampuan mengekspresikan ide, mempertahankan hak individu dan tidak melanggar dan menghargai hak orang lain. Saat pemberian layanan BK terkhusus layanan konseling kelompok yang pernah dilakukan masih ada siswa yang tidak memberikan pendapat dan tanggapannya sehingga tidak terlihatnya dinamika kelompok. Maka diterapkan teknik *assertive training* di mana sangat efektif dalam membantu siswa memberikan pendapat, tanggapan, ataupun contoh dengan metode *role playing* yang di mana membangun hubungan dan interaksi satu sama lain, selain itu bagaimana dapat berbicara atau berinteraksi dengan orang lain dengan tetap menghargai orang lain tersebut, serta membantu menghadapi atau mengentaskan permasalahan yang dialami. Jenis penelitian ini adalah PTL (Penelitian Tindakan Layanan). Subjek dalam penelitian ini adalah beberapa siswa kelas XI yakni terdiri dari 2 Laki-laki dan 4 Perempuan dengan inisial A1P, C2H, I3P, H4S, C5A dan R6S. Penelitian ini terdiri dari 3 siklus, di mana setiap siklus terdiri dari Perencanaan, Pelaksanaan, Evaluasi dan Refleksi. Berdasarkan hasil yang didapat setelah satu (I) maka peningkatan mengungkapkan pendapat siswa terjadi sebanyak 46%, kemudian pada pelaksanaan siklus dua (II) peningkatan mengungkapkan pendapat siswa terjadi sebanyak 62% sedangkan pada siklus ketiga (III) peningkatan mengungkapkan pendapat siswa terjadi sebanyak 88%.

Kata Kunci: *Mengungkapkan Pendapat, Teknik Assertive Training, Konseling Kelompok*

Abstract

The ability to express opinions is the ability to express thoughts or feelings, the ability to express ideas, defend individual rights and not oppose and respect the rights of others. When providing counseling services, especially group counseling services, there were still students who did not give their opinions and responses so that the group dynamics were not visible. Then an assertive training technique is applied which is very effective in helping students provide opinions, responses, or examples with the role playing method which builds relationships and interactions with each other, besides how to talk or interact with other people while respecting these other people, as well as help deal with or overcome the problems experienced. This type of research is PTL (Service Action Research). The subjects in this study were several students of class XI consisting of 2 boys and 4 girls with the initials A1P, C2H, I3P, H4S, C5A and R6S. This research consists of 3 cycles, where each cycle consists of Planning, Implementation, Evaluation and Reflection. Based on the results obtained after one (I), the increase in students' expressing opinions occurred as much as 46%, then in the second cycle (II) the increase in students' expressing opinions occurred as much as 62% while in the third cycle (III) the increase in students' expressing opinions occurred as much as 88%.

Keywords: *Express Opinions, Assertive Training Techniques, Group Counseling*

PENDAHULUAN

Dalam suatu proses belajar mengajar, perasaan siswa sangat berpengaruh pada keberanian mengeluarkan pendapat. Apabila siswa merasa senang, aman, maka proses penyampaian pendapat akan berlangsung dengan baik. Sebaliknya apabila siswa merasa cemas, tidak senang, maka siswa akan takut pula mengeluarkan pendapat. Mengeluarkan pendapat pada dasarnya adalah suatu proses penyampaian pikiran atau perasaan oleh seseorang kepada orang lain. Pendapat yang didapat merupakan sebuah gagasan, informasi, opini dan lain-lain yang muncul dari benaknya.

Permasalahan mengungkapkan pendapat siswa, ketika tidak memperoleh penanganan dan upaya untuk membantu mengentaskan permasalahan secara tepat akan menjadikan siswa merasa tidak dianggap oleh orang lain, tidak dapat berkembang dan sulit untuk memperoleh prestasi belajar dengan baik. Dengan demikian, guru bimbingan dan konseling memiliki peranan yang sangat besar untuk membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan mengungkapkan pendapat siswa tersebut. Berdasarkan penyebaran AUM yang sudah peneliti lakukan saat pra penelitian pada tanggal 28 November 2021 dengan poin tentang diri pribadi mendapatkan hasil dimana masih ada beberapa siswa yang memiliki kemampuan mengungkapkan pendapat yang rendah. Selain itu peneliti juga melakukan pengamatan pada pra penelitian terdapat beberapa siswa di kelas XI di SMA Negeri 3 Kota Jambi yang memiliki sikap dan perilaku diam ketika diberikan pertanyaan oleh guru, sulit berbicara atau berbicaranya terbata-bata (groggi) dengan guru dan tidak mampu bertanya dan menyatakan pendapat ketika diberikan kesempatan untuk berbicara, serta pasif di dalam kelompok saat berdiskusi.

Teknik *assertive training* dilakukan guna mengatasi permasalahan siswa dalam kemampuan mengungkapkan pendapat yang rendah. Teknik *assertive training* bertujuan untuk melatih seseorang yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Teknik ini terutama berguna di antaranya untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan konselor. Diskusi-diskusi kelompok juga dapat diterapkan dalam *assertive training* ini. Tujuan utama *assertive training* sendiri adalah untuk mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya, meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif. Sehingga kemampuan mengungkapkan pendapat yang rendah diharapkan dapat ditingkatkan dengan memberikan teknik *assertive training* ini.

Sesuai pengalaman peneliti saat menerapkan teknik *assertive training* pada layanan konseling kelompok saat pra penelitian di SMA Negeri 3 Kota Jambi sebelumnya, peneliti mengalami kesulitan pada kegiatan inti yaitu dalam melatih konseli tentang cara melakukan keterampilan teknik *assertive training* yang dibutuhkan, memberikan *role playing* yang tidak sesuai, tidak membantu konseli dalam membedakan perilaku yang asertif dengan tidak asertif dan tidak mengulang latihan tersebut secara berulang hanya sekali saja sehingga tidak mendapat perubahan perilaku yang diharapkan. Jadi peneliti berharap melakukan penelitian ini nantinya dapat memperbaiki dan meningkatkan pemberian layanan agar dapat lebih optimal dan efektif lagi. Sehingga siswa atau anggota kelompok juga dapat terentaskan segala permasalahannya, terkhusus dalam hal meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapat siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap seberapa efektif kemampuan mengungkapkan pendapat siswa melalui teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok pada siklus 1, siklus 2, dan siklus 3, dan mengungkap seberapa besar peningkatan kemampuan mengungkapkan pendapat siswa dapat dicapai dalam penerapan teknik *assertive training* pada siklus 1, siklus 2, dan siklus 3. Hipotesis tindakan yang dimiliki peneliti dalam penelitian ini yaitu apabila diterapkan teknik

assertive training dalam layanan konseling kelompok maka diprediksikan kemampuan mengungkapkan pendapat siswa dapat meningkat. Manfaat teoritis dari penelitian ini yaitu, berguna sebagai penambah wawasan dan literatur dalam bimbingan dan konseling mengenai keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam membantu meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapat siswa dan menjadi literatur bagi peneliti dan guru bimbingan dan konseling di sekolah untuk memberikan bantuan atau layanan dalam membantu siswa meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapat.

Mengungkapkan Pendapat

Berdasarkan teori Bloom (Karnadi, 2009:109), kemampuan mengungkapkan pendapat adalah usaha individu untuk mengkomunikasikan secara langsung dan jujur, menentukan pilihan tanpa merugikan atau dirugikan orang lain. Manfaat kemampuan mengungkapkan pendapat adalah sebagai bentuk penghargaan diri, meningkatkan rasa percaya diri, empati dan memperkaya hubungan dan kerjasama dengan orang lain. Fensterheim dan Baer (Karnadi, 2009:110-111), secara terperinci mengemukakan ciri dari kemampuan mengungkapkan pendapat antara lain: bebas mengemukakan pikiran dan pendapat melalui kata-kata maupun tindakan, dapat berkomunikasi secara langsung dan terbuka, mampu memulai, melanjutkan dan mengakhiri pembicaraan dengan baik, mampu menolak dan menyatakan ketidaksetujuannya terhadap pendapat orang lain, mampu mengajukan permintaan dan bantuan kepada orang lain ketika membutuhkan, mampu menyatakan perasaan, baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan dengan cara yang tepat. Faktor yang mempengaruhi kemampuan mengungkapkan pendapat terdapat dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Dalam faktor internal terdapat faktor bawaan dan jenis kelamin. Turunan dari orang tua dan anak yang cenderung agresif akan lebih berani dalam mengekspresikan ide atau gagasannya. Dan faktor eksternal terdapat pola asuh orang tua seperti kebebasan anak untuk memiliki apa yang terbaik baginya dan mendengarkan pendapatnya, peniruan perilaku orang-orang yang di sekitarnya, hiburan seperti radio dan televisi untuk mempercepat penguasaan kosa kata pada anak, teman sebaya agar anak banyak berinteraksi dengan teman sebayanya agar memperkaya kosa kata dari proses interaksi, pendidikan dalam metode pembelajaran harus lebih inovatif yang dapat mengarahkan peran serta siswa di sekolah.

Teknik Assertive Training

Redd dkk, (Nursalim, 2013:142) menyatakan bahwa *assertive training* direkomendasikan untuk orang dengan kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain, dan mengalami kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. Tujuan dari teknik *assertive training* itu sendiri menurut Rusmana, N (Rasimin & Hamdi, 2018:108) digunakan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan konseli untuk secara terus-menerus menyesuaikan dirinya dengan perilaku tertentu yang diinginkan. Latihan-latihan yang diberikan lebih bersifat pendisiplinan diri konseli. Beberapa ahli (Tosi, 1974; Wolpe, 1968; Lazarus, 1971; Eisler, 1973 dalam Osipow, 1983) mengemukakan beberapa prosedur dasar *assertive training* yang dapat dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut: a. Menegaskan kondisi khusus di mana perilaku tidak asertif terjadi, b. Mengidentifikasi target perilaku dan tujuan, c. Menetapkan perilaku yang tepat dan tidak tepat, d. Membantu klien membedakan perilaku tepat dan tidak tepat, e. Mengeksplorasi ide, sikap dan konsepirasional, f. Mendemonstrasikan respon yang tepat, g. Melaksanakan latihan (*behaviour rehearsal*), h. Mempraktikkan perilaku asertif, i. Memberikan tugas rumah (*homework assignment*), j. Memberikan penguat (Nursalim, 2013:143-144).

Layanan Konseling Kelompok

Menurut Gazda (Nursalim, 2015:113) konseling kelompok sebagai proses interpersonal yang dinamis berpusat pada kesadaran pikiran dan perilaku dan didasarkan pada kebebasan,

berorientasi pada realitas, emosional, saling percaya, pendidikan, pemahaman dan mendukung fungsi terapeutik. Menurut Gibson & Mitchell, (Nursalim, 2015:113) tujuan konseling kelompok adalah adanya pencapaian suatu tujuan, pemenuhan kebutuhan, pemberian suatu pengalaman nilai bagi setiap anggota kelompok. Menurut Monro, Manthei, Small (Prayitno, 2012:162) ada beberapa asas-asas dalam konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan dan asas kenormatifan. Prayitno (Rasimin & Hamdi, 2018:171) membagi tahap konseling kelompok menjadi empat tahap, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap pelaksanaan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Layanan (PTL). Menurut Sutja (2021:15) PTL adalah usaha penemuan perbaikandan pemantapan praktik pada layanan Bimbingan Konseling yang dilakukan secara sistematis, berdaur ulang (siklus) dan bersifat reflektif yang dilakukan oleh praktisi BK secara kolaboratif dalam settingkelas, kelompok atau individual. Jadi PTL adalah penelitian yang sesuai dengan kebutuhan konselor karena berkaitan langsung dengan keinginannya meningkatkan layanan Bimbingan Konseling di lapangan, Sutja dkk (2017:141). Dalam penelitian ini peneliti akan menerapkan teknik assertive training untuk meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapat siswa dalam layanan konseling kelompok. Adapun subjek penelitian ini beranggotakan siswa kelas XI SMA Negeri 3 Kota Jambi, dengan beralamat yakni Jln. Guru Mukhtar No. 1 Jelutung, Kota Jambi, Provinsi Jambi.

Sampel

Konseli yang menjadi subjek penelitian adalah beberapa siswa kelas XI yakni terdiri dari 2 Laki-laki dan 4 Perempuan dengan inisial (A1P, C2H, I3P, H4S, C5A dan R6S) yang berada dalam satu lingkungan sekolah. Dilihat dari hasil wawancara dan observasi secara langsung di mana beberapa siswa ini menunjukkan perilaku yang berbeda dengan yang lain, seperti kurang bertanya atau memberikan tanggapan sewaktu pelajaran dalam kelas, lebih memilih diam, tidak dapat mengekspresikan diri secara terbuka dan tegas serta terkadang cemas ketika mengungkapkan suatu hal.

Alat Pengumpulan

a. Observasi

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan obserasi dan wawancara Dalam penelitian ini menggunakan observasi partisipasif. Observasi partisipasif (participant observation) di mana peneliti masuk menjadi bagian dari layanan itu, tidak memperlihatkan diri sebagai pengamat tetapi melaksanakan layanan sekaligus juga mengamati proses layanan itu layaknya spionase (Sutja, dkk 2017:151). Di dalam observasi partisipatif peneliti tidak menggunakan alat apapun, instrumen pengumpulan datanya adalah peneliti sendiri (human instrument). Meskipun peneliti sebagai instrumen namun ia tetap mengumpulkan data, dari sudut pandang subjek (orang yang ditelitinya), bukan menurut pandangan atau pendapatnya. Pada penelitian ini peneliti melakukan saat pra penelitian dan saat proses penelitian atau pemberian tindakan yang dilakukan. Yang di mana menjadi observer adalah kolaborator secara langsung.Pada penelitian ini, peneliti bekerja sama dengan kolaborator (yang menjadi observer) yaitu guru BK di sekolah tersebut, untuk lebih mendapatkan data yang sesuai. Lalu kolaborator juga bertugas untuk dapat melakukan evaluasi yang dinilai melalui lembar pedoman observasi, di mana dalam proses konseling kolaborator melihat secara langsung proses konseling yang dilakukan oleh konselor kemudian menilai dari hasil tersebut lalu dilakukan evaluasi untuk memperbaiki proses konseling yang dilakukan untuk perbaikan teknik yang akan diberikan selanjutnya.

b. Wawancara

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur yang di mana bentuk wawancara yang pertanyaan yang diajukan disiapkan sedemikian rupa tetapi juga memberi ruang kepada sumber untuk menambah penjelasan (Sutja, dkk 2017:161). Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini adalah saat melakukan pra penelitian, yang di mana menjadi narasumber adalah guru BK, wali kelas dan beberapa siswa kelas XI SMA Negeri 3 Kota Jambi.

Prosedur Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti merencanakan 3 siklus, namun bukan berarti cukup, karena siklus dalam PTL sendiri jumlah pengulangannya unlimited (tidak terbatas). Batasan siklus pada PTL sangat dinamis, pertama jika peneliti sudah mencapai hasil maksimal yang diinginkan, kedua jika peneliti sudah menemukan tindakan efektif dari siklus yang dilakukannya, apabila kedua hal ini sudah ditemukan maka penelitian dapat dihentikan. Dalam pelaksanaan siklus terdapat prosedur perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, dan refleksi. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 30 Mei 2022 siklus 1, kemudian 22 Juni 2022 siklus 2, dan 07 Juli 2022 siklus 3.

Teknik Analisis Data

Berdasarkan kriteria keberhasilan dengan menggunakan rumus persentase. Kriteria penafsiran persentase (A. Sutja et al., 2017) aspek penilaian 60-88 dinilai baik/berhasil, berdasarkan pendapat tersebut maka dalam penelitian ini dapat dikatakan berhasil apabila anggota kelompok telah mencapai skor minimal 80% dengan melihat indikator keberhasilan menunjukkan peningkatan kemampuan mengungkapkan pendapat, dengan beberapa item sebagai berikut: Siswa mengangkat tangan, Siswa memberikan pertanyaan, Siswa menceritakan masalahnya, Siswa dapat menjawab pertanyaan secara langsung, Siswa memberikan tambahan pendapat/tanggapan, Siswa dapat berbicara dengan jelas dan lancar, Siswa dapat menghargai ketika ada yang berbicara, Siswa menggunakan bahasa yang baik dan benar, Siswa fokus mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok dan Siswa mengikuti kegiatan dengan antusias dari awal hingga akhir kegiatan.

Adapun analisis data dilakukan dengan menganalisis perhitungan yang ditabulasi dalam bentuk persentase sederhana yaitu: untuk menganalisis hasil observasi menggunakan rumus:

$$\text{Presentase nilai rata-rata(NR)} = \frac{\text{Jumlah Skor}}{\text{Jumlah Maksimal}} \times 100\%$$

Agar data yang dihimpun dari penjarangan Teknik pengumpulan data berupa lembar observasi dan kriteria keberhasilan dapat dimaknai dan diinterpretasikan maka, semua hasil yang diperoleh selanjutnya dikonversikan kedalam kategori seperti berikut ini:

Tabel

Konversi Interpretasi Skor

| Kategori(%) | Interpretasi |
|-------------|---------------|
| 90–100 | Sangat Tinggi |
| 75–89,99 | Tinggi |
| 55–74,99 | Cukup |
| 30–54,00 | Rendah |
| 0 | Sangat Rendah |

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan bersama kolaborator, terlihat adanya peningkatan mengungkapkan pendapat siswa dengan menggunakan teknik *assertive training* yang dilakukan sebanyak 3 kali, hasil terbaik ada pada siklus ketiga. Siklus pertama (I) dilaksanakan pada tanggal 30 Mei 2022 kemampuan mengungkapkan pendapat siswa hanya 46% dengan kekurangan yang telah dijelaskan pada sebelumnya. Untuk memperbaiki kekurangan pada siklus pertama (I) peneliti mengadakan siklus kedua (II) pada tanggal 22 Juni 2022, hasil pada siklus kedua sedikit lebih memuaskan dibandingkan siklus pertama di mana tingkat kemampuan mengungkapkan pendapat siswa sudah lebih meningkat menjadi 62%, namun masih ada sedikit kekurangan yang perlu diperbaiki seperti yang telah dijelaskan pada sebelumnya.

Siklus ketiga (III) dilakukan untuk memperbaiki siklus pertama dan kedua. Siklus ketiga dilaksanakan pada tanggal 07 Juli 2022, di mana peneliti hanya perlu memperbaiki sedikit saja dari siklus dua, pada siklus tiga dalam kemampuan mengungkapkan pendapat siswa mengalami peningkatan menjadi 88%. Siklus ketiga direncanakan akan dilaksanakan sewaktu siswa libur, namun hal tersebut tidak memungkinkan dilakukan sehingga dilaksanakan saat siswa langsung masuk sekolah kembali. Hasil dari siklus ketiga sesuai yang diharapkan dimana proses berjalan lancar, lebih tenang dan tertata, teknik juga berjalan dengan baik, siswa sudah semuanya aktif, dinamika kelompok lebih terlihat dan hasil sudah menunjukkan siswa memiliki kepercayaan diri dalam mengungkapkan pendapat dengan tetap menghargai satu sama lain.

Dalam penelitian ini siklus dilaksanakan sebanyak 3 kali guna untuk memperbaiki siklus sebelumnya dan mendapatkan hasil yang diharapkan, yaitu meningkatnya kemampuan mengungkapkan pendapat siswa. Menurut Sutja (2017:163) pelaksanaan siklus pada PTL minimal 2 kali dan maksimal tidak terbatas, maka dalam hal ini peneliti melakukan 3 kali siklus untuk memperbaiki siklus 1 dan 2.

SIMPULAN

Setelah diterapkan teknik *assertive training* anggota kelompok dapat meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapatnya secara bertahap hingga sampai 88% pada siklus ketiga melalui dengan adanya beberapa pengulangan dalam *role playing*, melakukan penyimpulan dan memberikan stimulus agar anggota kelompok dapat mampu memberikan tanggapan/pendapatnya. Penerapan teknik *assertive training* bagi anggota kelompok dalam meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapat ini melalui pengembangan skenario konseling kelompok dengan teknik *assertive training* pada tahap kegiatan dengan: (1) melakukan beberapa pengulangan dalam *role playing*, (2) melakukan penyimpulan agar lebih jelas apa yang sedang dibahas, (3) memberikan stimulus atau dorongan agar anggota kelompok dapat mengungkapkan pendapatnya, (4) menanyakan perasaan klien setelah melakukan teknik *assertive training*. Berdasarkan hal tersebut penerapan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kemampuan mengungkapkan pendapat didapatkan hasil siklus yang dikategorikan baik adalah siklus ketiga, di mana terjadi peningkatan yang lebih baik daripada siklus satu dan dua dilihat dari hasil observasi kolaborator yaitu mencapai 98%.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitri, Ega N & Marjohan. (2016). Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. UNP: Jurnal Educatio. <http://jurnal.iicet.org,2> (2), 19-20
- Folastri, Sisca & Rangka, Itsar B. (2016). Prosedur Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Panduan Praktis Menyeluruh. Bandung: Mujahid Press
- Gunarsa, Singgih D. (2000). Konseling dan Psikoterapi. Jakarta: Gunung Mulia

- Karnadi. (2009). Pengaruh Jenis Kelamin dan Kreativitas terhadap Kemampuan Mengungkapkan Pendapat Anak Kelas rendah di Sekolah Dasar. <http://isjd.pdii.lipi.go.id>, 10 (2), 106-111
- Kurniawan, Kunarto & Hariyadi, Sigit. (2018). Pendalaman materi 6.3 Implementasi Konseling Kelompok. Kementerian riset, teknologi dan pendidikan tinggi RI
- Nursalim, Mochamad. (2013). Strategi Dan Intervensi Konseling. Jakarta: Indeks
- Nursalim, Mochamad. (2015). Pengembangan Profesi Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Erlangga
- Prayitno, (2012). Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling. Padang: FIP-UNP
- Rasimin & Hamdi, Muhamad. (2018). Bimbingan dan Konseling Kelompok. Jakarta: Bumi Aksara
- Ratnasari, Sri & Arifin, Andi A. (2021). Teknik Assertive Training melalui Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa. IAIN Ternate: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling. <https://journal.ilinstitute.com/konseling>
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Sutja, Akmal. (2016). Teori dan Aplikasi Konseling: Dari Psikoanalisa sampai Gestalt. Yogyakarta: WR
- Sutja, Akmal, dkk. (2017). Penulisan Skripsi untuk Prodi Bimbingan Konseling. Yogyakarta: WR
- Sutja, Akmal. (2021). Penelitian Tindakan Layanan. Yogyakarta: WR
- Syafaruddin, dkk. (2019). Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling Telaah Konsep, Teori dan Praktik. Medan: Perdana Publishing
- Zulkaida, Anita. (2005). Tingkah Laku Asertif pada Mahasiswa. Jakarta: Universitas Gunadarma. <http://repository.gunadarma.ac.id/id/eprint/1085>