

**PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN  
TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN  
PERILAKU ASERTIF SISWA KELAS X  
SMA MUHAMMADIYAH 1 MEDAN**

**SKRIPSI**

*Disusun Guna Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat Guna  
Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Program Studi Bimbingan Konseling*

Oleh :

**ELSA HARI NINGSIH LUBIS**  
**NPM.2202080055**



**UMSU**

Unggul | Cerdas | Terpercaya

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2026**



**BERITA ACARA**

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1  
Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Panitia Ujian Sarjana Strata 1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Selasa, Tanggal 11 April 2026, pada pukul 08.30 WIB s/d selesai. Setelah mendengar, memperhatikan, dan memutuskan bahwa :


Nama Mahasiswa : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan

Dengan diterimanya Skripsi ini, sudah lulus dari ujian komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).


Ditetapkan :  (A) Lulus Yudisium  
:  ( ) Lulus Bersyarat  
:  ( ) Memperbaiki Skripsi  
:  ( ) Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua

  
Dra. Hj. Syamsyurnita, M.Pd

Sekretaris

  
Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS., M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dr. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.
2. M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.
3. Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

1.   
2.   
3. 



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
J. Kapten Muchtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan

Sudah layak disidangkan.

Medan, Maret 2026

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing

Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Diketahui Oleh:

Dekan

Dra. Hj. Samsuyurnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
J. Kapten Muchtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Nama Mahasiswa : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.

Tanggal	Materi Bimbingan Skripsi	Paraf	Keterangan
20 Jan 2026	BAB III Bimbingan Kisi-Kisi Instrumen Penelitian		
18 Feb 2026	BAB IV Bimbingan Perhitungan skor hasil penelitian		
11 Feb 2026	Konsultasi hasil olah data SPSS (uji homogenitas) setelah pengambilan data		
12 Feb 2026	Bimbingan distribusi frekuensi pada kelompok eksperimen dan kontrol		
6 mar 2026	Bimbingan T-Test pada kelompok eksperimen dan kontrol		
12 mar 2026	Bimbingan analisis Kolmogorov two independent samples		
30 mar 2026	Telah siap untuk disidangkan		

Ketua Program Studi  
Bimbingan dan Konseling

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Medan, Maret 2026  
Dosen Pembimbing

Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
J. Kapten Muchtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

#### PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah I Medan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah I Medan**" Adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bagaimana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sungguh-sungguhnya dan dengan yang sebenarnya.

Medan, Maret 2026

Hormat Saya

Yang membuat pernyataan,



Elsa Hari Ningsih Lubis

## ABSTRAK

**Elsa Hari Ningsih Lubis, NPM 2202080055, Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan :Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* terhadap perilaku siswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Pre-Experimental* tipe *One –Group Pre-Test- Post-Test Design*. Subjek penelitian terdiri dari satu kelompok eksperimen yang berjumlah 8 orang siswa yang diberikan perlakuan (*Treatment*) dengan teknik *Assertive Training* . Instrumen penelitian menggunakan angket perilaku asertif yang disusun berdasarkan indikator perilaku asertif menurut Alberti dan Emmons, yaitu kemampuan mengungkapkan pikiran dan perasaan secara terbuka, menolak dengan sopan, mempertahankan hak pribadi, mengendalikan emosi, serta menghargai hak orang lain. Data penelitian dianalisis menggunakan uji statistik (seperti uji-t berpasangan) untuk melihat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* berpengaruh signifikan dalam meningkatkan perilaku asertif siswa.

**Kata Kunci : Bimbingan kelompok, *Assertive Training*, Perilaku Asertif**

## KATA PENGANTAR



Segala pujian dan ungkapan syukur peneliti haturkan kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan berkahnya, Sehingga peneliti berhasil menyelesaikan skripsi ini sebagai bagian dari tugas serta persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana (S.Pd) tepat waktu di Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Peneliti juga menyampaikan shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan risalah kepada umat untuk membimbing kegiatan yang diridhoi oleh Allah SWT. Peneliti melakukan penelitian melalui observasi serta mempelajari masalah yang ada di lapangan, sehingga peneliti mengambil judul **“Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan”**.

Teristimewa kepada kedua orang tua saya yang paling saya sayangi, Ayah Hariyanto Lubis, S.E. dan Mama Cut Farida. Terimakasih karna selalu memberikan doa, dukungan dan kasih sayang, serta pengorbanan yang tidak pernah putus. Terima kasih telah menjadi kekuatan utama, memberikan kepercayaan penuh, dan senantiasa menjadi tempat peneliti pulang di kala lelah. Skripsi ini persembahkan kecil atas

segala peluh dan dukungan yang Ayah serta Mama berikan demi melihat peneliti menyelesaikan pendidikan dengan baik.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa terdapat banyak tantangan yang harus dihadapi, baik dari segi waktu, tenaga maupun biaya, Tetapi, berkat doa, dukungan, dorongan dan motivasi dari berbagai pihak, akhirnya penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu peneliti ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak **Prof. Dr Agussani M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
2. Ibu **Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd**, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
3. Ibu **Dr. Dewi Kesuma Nasution, S.S., M.Hum**, Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
4. Bapak **Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum**, Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
5. Bapak **Muhammad Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd** Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas

Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

6. Ibu **Dr. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi Psikolog** selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
7. Bapak **Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd** selaku Dosen Pembimbing yang telah sangat sabar, tulus dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga,serta pikirannya untuk memberikan bimbingan , arahan, dan saran yang sangat berharga kepada peneliti
8. Bapak dan Ibu Dosen serta Seluruh Staf Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang telah memberikan saran, bimbingan,bantuan dan Ilmu pengetahuan yang sangat luas bagi peneliti selama mengikuti perkuliahan
9. Bapak Ivansyah Aly, S.E selaku Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 1 Medan, Serta Bapak Muhardi Kahar, S.Psi., M.Pd selaku Guru Bk yang telah memberikan fasilitas, kesempatan dan bantuan selama proses penelitian dilakukan

10. Teruntuk teman seperjuangan saya Chairunnisa Siregar dan Dina Hardita. Saya mengucapkan terima kasih telah menjadi teman suka duka saya selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesediaan kalian yang selalu menerima, membantu dengan sabar, mengajarkan saya ketika mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas maupun skripsi ini. Dukungan, kebersamaan dan semangat yang kalian berikan sangat berarti bagi saya.

11. Terkhusus untuk Pasangan saya Dimas Darmansyah. Terima Kasih yang paling tulus peneliti sampaikan atas segala bentuk dukungan dan kepercayaan yang diberikan. Terima kasih telah menjadi pendengar yang setia bagi setiap keluh kesah, serta pemberi semangat yang paling nyata dalam setiap langkah proses yang tidak mudah ini. Dukungan emosional yang diberikan bukan sekedar bantuan, melainkan kekuatan yang memampukan peneliti untuk berjuang hingga titik akhir penyelesaian skripsi ini.

12. Dan teruntuk saya sendiri, Elsa Hari Ningsih Lubis. Terima kasih karena telah bertahan dan berjuang sejauh ini, meski seringkali langkah terasa berat dan penuh keraguan. Terima kasih karena tetap memilih untuk bangkit di saat ingin menyerah, telah bersedia belajar lebih keras, dan tetap

melangkah hingga garis akhir. Skripsi ini adalah bukti nyata atas segala katabahan, kesabaran, dan dedikasi yang telah kamu curahkan

Medan. April 2026

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Elsa Hari Ningsih Lubis', written in a cursive style.

Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM: 2202080055

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	7
1.3 Batasan Masalah .....	8
1.4 Rumusan Masalah .....	8
1.5 Tujuan Penelitian .....	8
1.6 Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>11</b>
2.1 Kerangka Teoritis.....	11
2.1.1 Perilaku Asertif .....	11
2.1.1.1 Pengertian Perilaku Asertif .....	11
2.1.1.2 Aspek-Aspek Perilaku Asertif.....	12
2.1.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif .....	12
2.1.1.4 Indikator Perilaku Asertif.....	15
2.1.2 Bimbingan Kelompok .....	16
2.1.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok .....	16
2.1.2.2 Fungsi Bimbingan Kelompok .....	17
2.1.2.3 Tujuan Bimbingan Kelompok.....	19
2.1.2.4 Asas-Asas Bimbingan Kelompok.....	20
2.1.2.5 Komponen Bimbingan Kelompok.....	20
2.1.2.6 Tahapan dalam Bimbingan Kelompok .....	21
2.1.3 <i>Assertive Training</i> .....	23
2.1.3.1 Pengertian <i>Assertive Training</i> .....	23
2.1.3.2 Tujuan <i>Assertive Training</i> .....	24
2.1.3.3 Ciri-Ciri <i>Assertive Training</i> .....	25
2.1.3.4 Tahapan Pelaksanaan <i>Assertive Training</i> .....	26
2.2 Penelitian yang Relevan .....	28
2.3 Kerangka Konseptual .....	29
2.4 Hipotesis .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>32</b>
3.1 Pendekatan Penelitian.....	32
3.2 Desain Penelitian.....	32
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	34

3.3.1 Lokasi Penelitian .....	34
3.3.2 Waktu Penelitian .....	34
3.4 Populasi dan Sampel .....	35
3.4.1 Populasi Penelitian .....	35
3.4.2 Sampel Penelitian .....	36
3.5 Variabel dan Definisi Operasional .....	37
3.5.1 Variabel Penelitian .....	37
3.5.2 Definisi Operasional .....	38
3.6 Instrumen Penelitian.....	39
3.6.1 Observasi .....	39
3.6.2 Wawancara.....	40
3.6.3 Kuisisioner.....	40
3.6.4 Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen Perilaku Asertif .....	42
3.6.5 Uji Coba Instrumen .....	43
3.6.6 Uji Validasi .....	43
3.6.7 Uji Reliabilitas .....	45
3.7 Teknik Analisis Data .....	46
3.7.1 Deskripsi Data .....	47
3.7.2 Pengujian Hipotesis .....	48
<b>BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan .....</b>	<b>50</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....	50
4.1.1 Kecenderungan Variabel Penelitian .....	51
4.1.2 Pengujian Persyaratan Data .....	54
4.1.3 Pengujian Hipotesis .....	57
<b>BAB V Penutup.....</b>	<b>62</b>
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	33
Tabel 3.2 Waktu Rencana Pelaksanaan Penelitian .....	34
Tabel 3.3 Populasi Penelitian .....	35
Tabel 3.4 Sampel Penelitian .....	37
Tabel 3.5 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen .....	41
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	42
Tabel 3.7 Hasil Uji Validasi .....	44
Tabel 3.8 Deskripsi Data.....	48
Tabel 4.1 Perbandingan Skor Pre-Test Post-Test Tingkat Perilaku Asertif Siswa Kelompok Eksperimen .....	51
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Perbandingan Pre-Test dan Post-Test Variabel Perilaku Asertif Siswa Kelompok Eksperimen .....	52
Tabel 4.3 Hasil Normalitas Pre-Test Kelompok Eksperimen .....	55
Tabel 4.4 Hasil Uji Paired Sample T-Test Kelompok Eksperimen.....	58
Tabel 4.5 Paired Sample T-Test Kelompok Eksperimen.....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	29
Gambar 3.1 Rumus Product Moment .....	43
Gambar 3.2 Rumus Alpha Cronbach's .....	45
Gambar 4.1 Histogram Hasil <i>Pre-Test Post-Test</i> Kelompok Eksperimen...	54
Gambar 4.2 Grafik Normalitas <i>Pre-Test Post-Test</i> Kelompok Eksperimen	56

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan .....	67
Lampiran 2 Uji Validitas.....	71
Lampiran 3 Instrumen Penelitian.....	72
Lampiran 4 Hasil Pretest-Posttest.....	74
Lampiran 5 Pedoman Wawancara .....	76
Lampiran 6 Pedoman Observasi.....	77
Lampiran 7 Laporan Pelaksanaan Layanan .....	78
Lampiran 8 Verbatim.....	82
Lampiran 9 Dokumentasi .....	89
Lampiran 10 K1 .....	90
Lampiran 11 K2.....	91
Lampiran 12 K3.....	92
Lampiran 13Berita Acara Bimbingan Proposal .....	93
Lampiran 14 Berita Acara Seminar .....	94
Lampiran 15 Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal .....	95
Lampiran 16 Surat Keterangan Bebas Pustaka .....	96
Lampiran 17 Surat Izin Riset.....	97
Lampiran 18 Surat Balasan Sekolah .....	98
Lampiran 19 Daftar Riwayat Hidup .....	99
Lampiran 20 Turnitin.....	100

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah jalur utama membentuk individu yang berpengetahuan, berkarakter baik dan memiliki akhlak yang mulia. Lewat pendidikan, orang tidak hanya mendapatkan ilmu akademis, tetapi juga kemampuan sosial dan emosional yang penting untuk kehidupan di masyarakat. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 mengenai sistem pendidikan nasional telah menjelaskan bahwa tujuan pada pendidikan itu adalah untuk mengembangkan potensi siswa agar menjadi individu yang beriman, berbudi pekerti luhur, sehat, terampil, kreatif, mandiri serta dapat menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung-jawab. Sejalan dengan hal tersebut, Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 mengenai bimbingan dan konseling di Pendidikan Dasar dan Menengah menekankan bahwa layanan bimbingan dan konseling memegang peran penting dalam membantu siswa mengoptimalkan pengembangan kemampuan pribadi, sosial, belajar dan juga karier. Nugraha dan Sari (2021) pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pembentukan karakter dan kemampuan sosial peserta didik agar mampu beradaptasi dengan tuntutan zaman.

Setiap individu memerlukan pendidikan karena hal itu sangat krusial bagi mereka. Aktivitas belajar merupakan aspek yang paling utama dalam proses pendidikan di sekolah. Maka dari itu, keberhasilan dalam mencapai tujuan pendidikan sangat tergantung pada cara siswa terlibat dalam proses pembelajaran.

Di Indonesia, pendidikan adalah sesuatu yang harus di ikuti oleh semua warga negara. Pemerintah telah menetapkan bahwa pendidikan formal selama 12 Tahun adalah sesuatu keharusan, yang mencakup SD,SMP/Sederajat dan SMA/Sederajat. Dengan meningkatnya jenjang pendidikan, fokus pada ilmu yang dipelajari akan semakin spesifik. Ketika siswa melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi lagi, semakin tinggi pendidikannya maka semakin besar pula tantangan dan juga persyaratan yang harus di penuhi pula. Meluasnya globalisasi ini berarti tuntutan terhadap pendidikan saat ini lebih besar di bandingkan pada masa lalu

Dalam usaha untuk mencapai proses pendidikan yang baik dan efisien, guru perlu dapat memilih metode pengajaran yang sesuai. Metode ini harus memfasilitasi siswa dalam melakukan kegiatan belajar mereka melalui interaksi yang baik dalam pembelajaran serta menciptakan suasana belajar yang mendukung. Oleh sebab itulah salah satu langkah yang bisa diambil oleh para pendidik adalah merancang dan menerapkan model pembelajaran yang mendukung Sterbentuknya siswa.

Pada intinya, pendidikan disekolah tidak hanya berfokus pada kemampuan berpikir, tetapi juga pada aspek emosional dan keterampilan motorik. Salah satu hal yang sangatlah penting untuk perkembangan sosial dan emosional siswa adalah perilaku asertif. Perilaku asertif adalah kemampuan seseorang untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan kebutuhan dengan jujur tanpa mengganggu hak orang lain

Masa remaja, terutama pada level SMA, adalah periode peralihan dari masa kanak-kanak ke kehidupan dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, sosial dan emosional. Remaja di artikan sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Di Indonesia, BKKBN bahkan memperluas batasan ini hingga usia 24 tahun dalam konteks kesehatan dan demografi remaja. Dalam kajian ini, peneliti menggunakan definisi remaja usia 10 hingga 19 tahun sebagai patokan umum, dan secara khusus meneliti siswa kelas X yang berada dalam kelompok usia tersebut. Pada tahap ini, remaja umumnya sangat ingin diakui dan diterima oleh teman-teman sebaya mereka. Dalam perjalanan ini, banyak remaja menemui kesulitan dalam mengelola emosi, menolak pengaruh negatif atau mengungkapkan pendapat dengan cara yang tepat. Santrock,(2020) menjelaskan masa remaja adalah masa di mana individu mulai mengembangkan identitas diri dan kemandirian, serta belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Pada fase ini, remaja sering menghadapi berbagai tekanan, baik dari lingkungan keluarga maupun sekolah, yang dapat memengaruhi perilaku dan penyesuaian sosial mereka.

Salah satu elemen krusial dalam perkembangan sosial dan emosional siswa adalah perilaku yang asertif, yaitu kemampuan untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara jujur dan tepat tanpa melanggar hak orang lain atau bersikap menindas. Contohnya, siswa yang mampu menyampaikan “Saya merasakan ini...” atau “Saya memerlukan...” dengan cara yang sopan memiliki kesempatan yang lebih baik untuk berinteraksi secara sosial dan membuat keputusan yang sehat. Penelitian di tingkat internasional menunjukkan

bahwa pelatihan asertif bagi remaja dapat meningkatkan tingkat asertivitas dan mengurangi beban psikologis seperti kecemasan dan stres.

Untuk mendukung aspek perkembangan sosial ini, keterampilan berperilaku asertif sangat diperlukan oleh remaja agar mereka dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan konflik dengan orang lain. Dengan demikian, hubungan pertemanan dengan individu lain, lingkungan, dan masyarakat sekitar akan menjadi lebih mudah. Perilaku asertif yang baik memungkinkan siswa untuk lebih mudah mengungkapkan hal-hal yang ingin mereka sampaikan dan dengan cepat menemukan solusi untuk masalah yang dihadapi. Nurani dan Wahyuni, (2022) menjelaskan bahwa perilaku asertif memiliki peranan yang krusial dalam mendukung remaja untuk menjaga harga diri dan menghindari perilaku agresif atau pasif. Orang yang menunjukkan sikap asertif dapat menolak pengaruh buruk, berbicara dengan jujur, dan menciptakan hubungan yang baik dengan orang lain. Di sisi lain, kurangnya sikap asertif dapat membuat siswa kesulitan untuk mengekspresikan pendapat, rentan terhadap pengaruh teman dan mengalami beban sosial yang besar.

Di samping itu, siswa diharapkan untuk bersikap asertif di sekolah, terutama di dalam kelas. Dalam proses belajar, siswa perlu mampu berkomunikasi dengan baik, terutama saat menyampaikan pendapat atau menanggapi pendapat teman sekelas. Siswa yang memiliki keterampilan asertif yang baik mampu menjawab dan memberikan pendapat teman tanpa menyakiti perasaan mereka. Sebaliknya, individu yang kurang memiliki keterampilan asertif atau cenderung

pasif bisa menunjukkan perilaku diam atau memilih menyendiri di kelas. Jika siswa tersebut bersikap agresif, hal itu bisa mendatangkan perilaku bullying.

Fenomena yang terjadi di SMA Muhammadiyah 1 Medan mengindikasikan bahwa beberapa siswa masih menghadapi tantangan dalam berkomunikasi dengan terbuka dan jujur. Berdasarkan pengamatan awal dari guru bimbingan konseling, terungkap bahwa beberapa siswa cenderung diam ketika memiliki pandangan yang berbeda, kurang percaya diri saat berbicara di hadapan orang banyak, serta sering mengikuti keputusan kelompok tanpa mempertimbangkan sudut pandang pribadi. Situasi ini menunjukkan rendahnya tingkat perilaku asertif di antara siswa. Jika keadaan ini di biarkan berlanjut, siswa akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan sosial yang sehat, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka.

Dalam hal ini, layanan bimbingan kelompok memiliki peranan yang signifikan dalam mendukung siswa untuk mengenali diri mereka dan memperkuat perilaku sosial yang baik. Bimbingan kelompok adalah suatu proses di mana sekelompok individu mendapatkan bantuan bersamaan untuk mendiskusikan dan menyelesaikan masalah yang bersifat umum melalui interaksi dalam kelompok. Yusuf dan Nurihsan, (2021) bimbingan kelompok adalah metode memberikan dukungan kepada individu melalui aktivitas kelompok yang dirancang, dimana anggota yang saling berbagi pengalaman guna memahami diri dan lingkungan mereka. Layanan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk belajar melalui interaksi kelompok, menghargai pandangan satu sama lain, serta mengembangkan

sikap terbuka. Astuti dan Hidayat, (2022) juga menemukan bahwa bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri, empati dan keterampilan interpersonal siswa

Salah satu metode yang cocok untuk digunakan dalam bimbingan kelompok adalah *Assertive Training*. Metode ini bertujuan untuk melatih individu agar dapat mengkomunikasikan pikiran, perasaan dan kebutuhan mereka secara jelas dan benar, tanpa menyakiti orang lain. Menurut Corey, (2020) dalam *Theory and Practice of Group Counseling*, teknik *Assertive Training* bertujuan melatih individu untuk mengekspresikan diri secara tepat dan menghargai hak orang lain. Melalui latihan peran (*role play*), umpan balik (*feedback*) dan diskusi, siswa dapat belajar menyampaikan pendapat, menolak tekanan sosial, serta mengontrol emosi dengan cara yang positif. Berdasarkan penelitian oleh Sari dan Putra,(2020) di SMP Negeri 2 Surabaya, yang menekankan pengaruh *Assertive Training* untuk menekan sikap pasif pada siswa sekolah menengah pertama. Temuan penelitian mereka menunjukkan adanya kenaikan kepercayaan diri, tetapi belum fokus secara khusus pada perilaku asertif dalam interaksi sosial yang rumit seperti di level SMA, Lalu Handayani, (2021) melaksanakan penelitian di SMA Negeri 5 Yogyakarta, tetapi fokus utamanya pada peningkatan keterampilan sosial umum melalui bimbingan kelompok tanpa mengintegrasikan teknik *Assertive Training* sebagai pendekatan intervensi utama.

Hasil-hasil dari kajian sebelumnya menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan penelitian ( *research gap*), terutama dalam konteks penerapan

layanan bimbingan kelompok yang dipadukan dengan teknik *Assertive Training* pada siswa tingkat SMA. Selain itu, penelitian dengan fokus tersebut belum pernah dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Medan, yang memiliki karakteristik budaya sekolah dan latar belakang siswa berbeda dari sekolah-sekolah sebelumnya.

Dengan demikian, kajian ini sangat penting dalam meningkatkan perilaku asertif siswa SMA melalui strategi bimbingan yang terencana. Diharapkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode *Assertive Training* dapat mendukung siswa SMA Muhammadiyah 1 Medan dalam meningkatkan kemampuan komunikasi yang efektif, rasa percaya diri, serta ketahanan menghadapi tekanan sosial. Berdasarkan hal tersebut, peneliti memiliki ketertarikan untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Terdapat siswa SMA Muhammadiyah 1 Medan khususnya kelas X yang sulit mengungkapkan pendapat dan berperilaku pasif.
2. Perilaku tidak asertif pada siswa akan sulit untuk mengambil keputusan

3. Perilaku tidak asertif pada siswa akan mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan sosial yang sehat, yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis.

### **1.3 Batasan Masalah**

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak melebar ke permasalahan lain, maka peneliti membatasi ruang lingkup penelitian pada “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang , identifikasi dan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah tingkat perilaku asertif pada siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat perilaku asertif siswa pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*?

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1. Secara Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya yang berkaitan dengan penerapan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berfokus pada pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah .

### **2. Secara Praktis**

#### **a. Bagi Siswa**

Penelitian ini diharapkan membantu siswa memahami betapa penting nya perilaku asertif dalam hubungan sosial dan akademik serta menumbuhkan keberanian dalam mengemukakan pendapat secara positif.

#### **b. Bagi Guru BK/Konselor**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam merancang dan melaksanakan layanan bimbingan kelompok yang efektif untuk membantu siswa bersikap lebih asertif dalam lingkungan sekolah.

#### **c. Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam mengoptimalkan program bimbingan dan konseling sebagai upaya meningkatkan karakter dan kepercayaan diri siswa.

**d. Bagi Peneliti**

Menambah pengalaman dan wawasan dalam melaksanakan penelitian serta sebagai bekal profesional di bidang bimbingan dan konseling.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **2.1 Kerangka Teoritis**

##### **2.1.1 Perilaku Asertif**

###### **2.1.1.1 Pengertian Perilaku Asertif**

Pengertian perilaku asertif merujuk pada kemampuan individu untuk menyampaikan perasaan, pikiran, dan kebutuhan secara jujur, dan langsung tanpa merugikan hak orang lain. Cawood ,(1997) mendefinisikan perilaku asertif sebagai kemampuan seseorang untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, kebutuhan dan hak pribadinya tanpa kecemasan, mampu bersikap jujur dan langsung, serta memperhitungkan hak-hak sendiri tanpa meniadakan hak orang lain. Ekspresi yang langsung dimaksudkan sebagai perilaku tidak berputar-putar, pesan jelas dan terfokus serta tidak menghakimi. Ekspresi jujur dimaksudkan sebagai perilaku selaras, isyarat-isyarat yang cocok, kata-kata, gerak-gerik dan perasaan semuanya mengatakan hal yang sama.

Sarlin Ampuno(2020) bersikap asertif adalah kemampuan individu untuk menyampaikan apa yang ingin di katakan,dirasakan dan dipikirkan kepada orang lain sambil tetap menghormati hak serta perasaan orang yang di tuju.Dengan kata lain,ketegasan merupakan bentuk perlindungan terhadap hak pribadi dan ungkapan pikiran,perasaan serta keyakinan dengan cara langsung ,jujur,dan layak untuk tetap memperhatikan hak orang lain.

Dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa perilaku asertif adalah kemampuan seseorang untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, kebutuhan dan hak pribadinya tanpa kecemasan, mampu bersikap jujur dan langsung serta memperhitungkan hak-hak tanpa meniadakan hak orang lain.

### **2.1.1.2 Aspek-Aspek Perilaku Asertif**

Aspek-aspek perilaku asertif (Chindy,2024) terbagi menjadi dua yaitu:

1. Mengekspresikan Diri, Mengungkapkan keinginan,kebutuhan,dan perasaan pribadi merupakan aspek yang sangat penting dalam menampilkan siap tegas.Kemampuan untuk meminta sesuatu dan mengemukakan pendapat,berinteraksi dengan baik dengan teman sebaya dalam lingkungan akademis dan sosial
2. Menghormati orang lain, Perilaku asertif mencakup kemampuan untuk mengekspresikan perasaan negatif,termasuk kritik dengan cara yang tegas namun tetap menghormati dan menghargai orang lain. Selain itu,perilaku asertif juga melibatkan kemampuan untuk menyampaikan perasaan positif

Dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek perilaku aseertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan hal yang di inginkan, di rasakan dan dipikirkan kepada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain

### **2.1.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif**

Menurut (Alberti&Emmons,2017) faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif yaitu :

### 1. Usia dan Jenis Kelamin

Anak kecil, remaja, dan lansia memiliki watak serta kebutuhan yang berbeda dalam berinteraksi dengan orang lain. Usia merupakan salah satu faktor yang turut menentukan perilaku asertif. Individu yang masih kecil akan berbeda dengan remaja dalam perilaku asertif. Dengan bertambahnya usia remaja, maka pengalaman yang didapatkan akan semakin bertambah dan lebih memiliki struktur kognitif yang sudah terbentuk.

### 2. Harga diri

Harga diri seseorang memengaruhi seseorang untuk melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan. Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi maka ia akan memiliki kekhawatiran sosial yang rendah sehingga mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan dirinya tanpa merugikan dirinya maupun orang lain. Harga diri berpengaruh secara positif terhadap perilaku asertif. Mahasiswa yang memiliki harga diri yang tinggi akan memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapat tanpa takut dikritik.

### 3. Situasi- Situasi Sosial

Perilaku asertif dibentuk berdasarkan lingkungan sosial sekitarnya. Lingkungan sosial yang dimaksud dapat terdiri dari lingkungan keluarga, sekolah, pekerjaan, dan kebudayaan. Keluarga merupakan tempat pertama dan utama dalam segala pendidikan formal ataupun informal, secara umum seorang anak yang berusaha berbicara tentang hak-haknya kepada orang tua akan mendapat

tanggapan negatif karena dianggap tidak sopan. Tanggapan demikian membuat anak kurang baik dalam bertindak secara asertif.

Sekolah merupakan pendidikan formal yang dipercayakan oleh orangtua untuk perkembangan anak. Alberti. Seorang anak yang memiliki sikap pendiam dan penurut justru akan mendapatkan imbalan Hasil pendidikan tersebut membuat seorang individu tidak akan melakukan sesuatu yang dapat mengganggu jalannya sistem tempat bekerja seseorang. Kebudayaan berperan dalam pembentukan perilaku asertif karena memiliki norma-norma tertentu yang dimiliki oleh masing-masing anggota masyarakat..

#### 4. Tingkat Pendidikan

Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang semakin tinggi, maka akan mendapatkan wawasan berpikir yang luas. Hal tersebut membuat seseorang memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dan lebih terbuka. Partisipan di negara Nigeria yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih asertif daripada rekan kerja dengan tingkat pendidikan lebih rendah

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi perilaku asertif dapat dikelompokkan menjadi dua jenis yaitu internal dan eksternal. Faktor internal yang memengaruhi perilaku asertif yaitu usia, jenis kelamin, konsep diri, dan tingkat pendidikan. Adapula faktor eksternal yang memengaruhi yaitu situasi-situasi sosial yang meliputi lingkungan keluarga, sekolah, dan kebudayaan.

#### **2.1.1.4 Indikator Perilaku Asertif**

Menurut Alberti & Emmons (2017), terdapat lima indikator utama dalam perilaku asertif yaitu :

1. Kemampuan mengungkapkan pikiran dan perasaan secara terbuka

Individu mampu menyatakan apa yang ia rasakan atau pikirkan tanpa rasa takut atau malu

2. Kemampuan menolak permintaan secara sopan

Seseorang yang asertif mampu mengatakan “tidak” tanpa merasa bersalah dan tetap menjaga hubungan baik dengan orang lain.

3. Kemampuan mempertahankan hak pribadi

Seseorang yang asertif berani mempertahankan pendapatnya bila ia yakin itu benar, tetapi tetap terbuka terhadap pendapat orang lain.

4. Kemampuan mengendalikan emosi

Individu yang mampu mengendalikan emosinya ketika menghadapi kritik, konflik, atau perbedaan pendapat

5. Menghargai hak dan perasaan orang lain

Perilaku asertif tidak hanya menegaskan diri sendiri, tetapi juga menghormati hak-hak orang lain untuk berpendapat dan menolak.

## **2.1.2 Bimbingan Kelompok**

### **2.1.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah salah satu jenis layanan yang termasuk dalam sektor Bimbingan dan Konseling. Berdasarkan penjelasan Harahap dan Sumarto, (2020), bimbingan kelompok dapat dipahami sebagai layanan yang dibuat untuk memberikan informasi, pengalaman, dan kesempatan untuk belajar melalui aktivitas kelompok yang sudah direncanakan dan diatur secara sistematis. Aktivitas dalam bimbingan kelompok biasanya berfokus pada diskusi mengenai topik-topik umum atau masalah yang biasa dihadapi dan bukan mengenai masalah pribadi yang bersifat rahasia. Umumnya, bimbingan kelompok menyajikan informasi yang akurat dan bermanfaat. Supaya setiap anggota tim dapat meningkatkan kesadaran diri dan membangun sikap yang lebih positif dalam menghadapi beragam keadaan hidup.

Sementara itu, Prayitno,(2017) menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah jenis layanan yang memanfaatkan interaksi dalam kelompok untuk memberikan bantuan bagi individu yang membutuhkan. Dalam proses ini, setiap anggota kelompok tidak hanya mendapat dukungan dari pembimbing, tetapi juga dari rekan-rekan mereka. Informasi yang di dapat dalam kegiatan ini bisa dimanfaatkan untuk kepentingan pribadi masing-masing individu terutama untuk pengembangan potensi diri dan pencapaian kemandirian. Dengan adanya interaksi yang saling menguntungkan antara anggota, proses pengembangan diri menjadi lebih berarti karena terjadi pertukaran pengalaman dan juga ide.

Berdasarkan berbagai pendapat dari beberapa para ahli, maka disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah sebuah kegiatan layanan bimbingan yang dilakukan dalam kelompok dengan tujuan menawarkan dukungan, informasi, dan pengalaman belajar yang berguna bagi para peserta. Proses ini berlangsung melalui interaksi kelompok yang telah direncanakan, di mana setiap anggota kelompok mempunyai kesempatan untuk berpartisipasi secara aktif dalam mendiskusikan topik-topik yang bersifat umum dan relevan dengan kehidupan mereka. Oleh karena itu, bimbingan kelompok tidak hanya berperan dalam memberikan informasi tetapi juga menjadi sarana untuk pengembangan diri, peningkatan pemahaman diri, serta pembentuk sikap dan perilaku positif sehingga setiap individu dapat memaksimalkan potensi yang mereka miliki.

### **2.1.2.2 Fungsi Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok memainkan peranan krusial dalam mendukung peserta didik untuk meraih perkembangan personal dan sosial yang maksimal. Prayitno (2017) menyatakan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk membantu siswa mengenali diri mereka, mengasah potensi, serta menyelesaikan berbagai isu pribadi, sosial dan akademik melalui interaksi kelompok yang positif. Selama prosesnya, kegiatan bimbingan kelompok mendorong terjalinnya komunikasi di antara peserta, sehingga individu dapat memperoleh pembelajaran dari pengalaman yang dimiliki orang lain.

Lebih jauh, Nurihsan (2021) mengungkapkan bahwa konseling kelompok memiliki empat peran utama, yaitu peran pemahaman, peran pencegahan, peran

penyelesaian dan peran pengembangan. Keempat peran tersebut saling terkait dalam membangun individu yang mandiri dan bertanggung jawab.

#### 1. Peran Pemahaman

Peran ini mendukung siswa untuk mendapatkan pemahaman tentang diri mereka sendiri dan lingkungan sekitar. Melalui kegiatan dalam kelompok, siswa dapat mengenali potensi kekuatan dan kelemahan yang ada pada diri mereka.

Sebagai contoh, saat diskusi kelompok para anggota dapat memberikan umpan balik tentang cara bersikap tegas, menghargai perbedaan, serta berkomunikasi secara efektif (Prayitno, 2017)

#### 2. Peran Pencegahan (*Preventif*)

Peran ini bertujuan untuk menghindari munculnya masalah yang bisa menghalangi perkembangan siswa dalam menghadapi kesulitan yang mungkin terjadi, seperti tekanan dari teman sebaya, rasa percaya diri yang rendah, atau perilaku yang tidak asertif (Sari dan Yuliani, 2022)

#### 3. Fungsi Penyelesaian (*Kuratif*)

Peran ini berfungsi untuk mendukung siswa dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi. Contohnya, siswa yang sulit mengungkapkan pendapat atau sering mengalah dalam interaksi sosial dapat di bimbing melalui teknik latihan asertif agar mereka dapat mengekspresikan diri dengan lebih terbuka dan sehat (Rahmawati dan Nursalim, 2021)

#### 4. Peran Pengembangan

Peran ini bertujuan untuk membantu siswa dalam mengembangkan potensi mereka secara maksimal. Bimbingan kelompok tidak hanya fokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga untuk memperkuat kemampuan positif seperti rasa percaya diri, tanggung jawab sosial, empati, serta perilaku asertif

##### **2.1.2.3 Tujuan Bimbingan Kelompok**

Menurut Kamaruzzman, (2016) mengungkapkan bahwa sasaran utama dari pelaksanaan bimbingan kelompok adalah memberikan dukungan kepada siswa agar dapat mengoptimalkan potensi diri mereka dalam lingkungan kelompok yang positif dan ramah. Selama proses itu, setiap anggota kelompok diundang untuk aktif berpartisipasi, saling berbagi pengalaman, dan menciptakan kerjasama yang baik demi mencapai perkembangan pribadi dan sosial yang seimbang

Sementara itu, Prayitno, (2017) mengemukakan bahwa sasaran khusus dari bimbingan kelompok mencakup aspek-aspek penting dalam perkembangan diri dari para peserta. Melalui program ini, diharapkan anggota kelompok dapat belajar untuk berkomunikasi dengan baik di depan orang lain, mampu memberikan serta menerima pendapat dengan bijak dan bertanggung jawab atas pandangan yang diungkapkan. Di samping itu, bimbingan kelompok juga dapat mengasah kemampuan untuk mengendalikan emosi, membangun sikap saling menghargai, memperkuat hubungan antar anggota, serta membahas berbagai isu umum yang relevan dengan kehidupan bersama

#### **2.1.2.4 Asas-Asas Bimbingan Kelompok**

Menurut Prayitno (2004) asas- asas bimbingan konseling adalah:

1. Asas Kerahasiaan : Segala hal yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh disebarluaskan kepada pihak lain di luar kelompok.
2. Asas Keterbukaan : Anggota kelompok diharapkan mau terbuka dalam menyampaikan pikiran, perasaan, dan pengalaman pribadi
3. Asas Kesukarelaan : Anggota mengikuti kegiatan bimbingan kelompok atas dasar kemauan sendiri tanpa paksaan dari pihak manapun
4. Asas Kegiatan : Setiap anggota memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelompok
5. Asas Kenormatifan : Seluruh kegiatan yang dilakukan selama berjalannya diskusi harus sesuai norma yang berlaku.

#### **2.1.2.5 Komponen Bimbingan Kelompok**

Menurut Prayitno (2004) komponen dalam kegiatan bimbingan kelompok sebagai berikut:

1. Pemimpin kelompok : Yaitu individu yang memiliki tanggung jawab untuk membimbing dan mengawasi pelaksanaan kegiatan dalam kelompok agar sesuai dengan sasaran yang sudah ditentukan
2. Anggota Kelompok : Yaitu sekelompok orang yang ikut serta dalam aktivitas kelompok dengan kemauan sendiri dan di nahkodai

oleh seorang konselor atau guru yang ahli dalam bimbingan konseling

3. Dinamika Kelompok : Yaitu efek dari interaksi yang berlangsung di antara anggota kelompok sepanjang kegiatan dilaksanakan untuk mencapai sasaran bersama.

#### **2.1.2.6 Tahapan dalam Bimbingan Kelompok**

Menurut Abdillah dan Nasution (2019) mengungkapkan bahwa pelaksanaan bimbingan kelompok dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori berdasarkan jumlah peserta, yaitu kelompok kecil dengan 2-6 orang, kelompok sedang yang terdiri dari 7-12 orang, dan kelompok besar yang meliputi 13-20 orang. Sementara itu, Prayitno (2017) menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok dilakukan melalui empat tahap utama : Tahap pembentukan atau awal, tahap transisi, tahap inti dan tahap terminasi atau penutup.

##### **1. Tahap Pembentukan/ Awal**

Tahap ini adalah proses awal di mana kelompok mulai terbentuk dan setiap anggota bersiap untuk berpartisipasi. Pada tahap ini, anggota diperkenalkan satu sama lain untuk menciptakan suasana yang nyaman dan terbuka. Tugas pemimpin kelompok adalah memberikan penjelasan mengenai apa itu bimbingan kelompok, tujuan aktivitas, serta prinsip-prinsip yang berlaku selama proses tersebut.

## 2. Tahap Peralihan

Sebelum melanjutkan ke kegiatan inti, pemimpin kelompok memberikan penjelasan ulang tentang kegiatan yang akan dilakukan dan peran masing-masing anggota. Di tahap ini, pemimpin juga mengevaluasi sejauh mana kesiapan anggota untuk berlanjut ke tahap selanjutnya. Pemimpin menjelaskan tema yang akan dibahas, baik tema yang bebas maupun yang berkaitan dengan tugas, sesuai dengan jenis bimbingan yang diadakan.

## 3. Tahap Kegiatan/ Inti

Tahap inti merupakan inti dari seluruh proses bimbingan kelompok. Pada fase ini, diskusi difokuskan pada topik tertentu yang telah ditentukan sebelumnya. Dalam pelaksanaannya, biasanya diterapkan pendekatan kelompok tugas atau tema tugas, di mana pemimpin kelompok memilih satu tema untuk didiskusikan bersama oleh semua anggota. Tujuan dari proses ini adalah untuk meningkatkan pemahaman, saling berbagi pengalaman, serta mencari solusi untuk permasalahan yang dibahas.

## 4. Tahap Pengakhiran

Tahap ini merupakan langkah penutup dari rangkaian kegiatan bimbingan kelompok. Di tahap ini, pemimpin kelompok bersama anggota melakukan refleksi mengenai semua aktivitas yang telah dilaksanakan, menilai hasil yang diperoleh, dan mengevaluasi seberapa efektif pelaksanaan bimbingan kelompok. Di samping itu, pemimpin kelompok dan anggota dapat merumuskan rencana tindak lanjut

untuk kegiatan selanjutnya supaya proses bimbingan dapat terus berjalan secara berkesinambungan

### ***2.1.3 Assertive Training***

#### ***2.1.3.1 Pengertian Assertive Training***

*Assertive Training* atau pelatihan asertif adalah metode dalam konseling yang bertujuan untuk membantu orang mengasah kemampuan untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan pendapat mereka secara terbuka dan jujur, tanpa mengganggu hak orang lain. Teknik umum ini diterapkan dalam bimbingan dan konseling, terutama untuk meningkatkan keterampilan komunikasi antar pribadi serta mengurangi perilaku pasif maupun agresif.

Menurut Alberti dan Emmons (2017), *Assertive Training* merupakan proses pembelajaran untuk perilaku sosial yang memungkinkan individu menyampaikan emosi, hak dan kebutuhan pribadi dengan cara yang tepat, jujur dan saling menghormati baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Orang-orang yang asertif dapat mempertahankan hak pribadi mereka tanpa menciptakan konflik yang merugikan.

Selanjutnya Corey (2016) menyebutkan bahwa *Assertive Training* merupakan metode perilaku yang digunakan untuk membantu individu belajar untuk mengekspresikan diri secara langsung dan terbuka dalam konteks sosial. Fokus utama dari teknik ini adalah mengubah perilaku yang lebih sehat dan dapat menyesuaikan diri dalam interaksi sosial.

Berdasarkan berbagai pandangan yang telah disampaikan, dapat disimpulkan bahwa *Assertive Training* merupakan suatu proses pembelajaran yang mengenai interaksi sosial yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam menyampaikan pikiran dan perasaan dengan cara yang jujur, terbuka, serta dengan menghormati orang lain.

### **2.1.3.2 Tujuan *Assertive Training***

Tujuan utama dari *Assertive Training* adalah untuk mendukung individu dalam meningkatkan kemampuan mereka untuk bertindak dengan tegas, yaitu mampu menyampaikan pikiran, perasaan, dan keinginan dengan jujur dan terbuka, sambil tetap menghormati orang lain. Metode ini bertujuan menciptakan keseimbangan antara kepentingan pribadi dan kepentingan sosial, sehingga individu dapat berkomunikasi dengan efektif tanpa merasa bersalah atau cemas berlebihan.

Menurut Alberti dan Emmons (2017), *Assertive Training* bertujuan untuk memperbaiki kemampuan seseorang dalam mengungkapkan diri dengan tegas, sekaligus menghormati hak-hak orang lain. Mereka yang telah menyelesaikan pelatihan ini diharapkan dapat mempertahankan hak pribadi mereka, menolak permintaan yang tidak pantas, serta mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif dengan cara yang sesuai.

Di sisi lain, Corey (2016), menekankan bahwa tujuan *Assertive Training* adalah untuk membantu individu mengatasi batasan emosional yang muncul akibat kesulitan dalam menyatakan pendapat secara terbuka. Pelatihan ini juga

berfokus untuk memperkuat rasa percaya diri dan mengasah keterampilan komunikasi antarpribadi yang sehat.

Berdasarkan pandangan para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan *Assertive Training* meliputi :

1. Mendukung individu untuk membangun rasa percaya diri dan keberanian dalam berkomunikasi.
2. Mengajarkan individu agar dapat mempertahankan hak-haknya tanpa mengganggu hak orang lain.
3. Mengurangi perilaku pasif dan agresif yang dapat menghalangi hubungan sosial.
4. Meningkatkan keterampilan interpersonal dan kemampuan untuk menyelesaikan konflik secara positif.
5. Membantu individu mencapai keseimbangan antara mengekspresikan diri dan diterima oleh masyarakat.

### **2.1.3.3 Ciri-Ciri *Assertive Training***

Menurut Alberti & Emmons (2017) dalam buku *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationship*, *Assertive Training* memiliki beberapa ciri khas yang membedakannya dari teknik konseling lain, yaitu:

1. Berfokus pada perilaku, bukan kepribadian, Pelatihan diarahkan untuk mengubah perilaku yang tidak asertif menjadi lebih tegas dan positif tanpa mengubah kepribadian dasar individu

2. Menekankan pada hak pribadi (*Personal Right*), Individu diajarkan untuk menyadari dan mempertahankan hak-haknya tanpa melanggar hak orang lain.
3. Menggunakan latihan perilaku (*Behavioral Rehearsal*), Proses pelatihan dilakukan melalui praktik langsung, seperti bermain peran, simulasi dan pemberian umpan balik.
4. Berorientasi pada komunikasi dua arah, Tujuan pelatihan adalah meningkatkan kemampuan komunikasi yang jujur, terbuka dan saling menghargai antara konseli dan orang lain
5. Bersifat langsung dan spesifik : Materi dan kegiatan latihan disesuaikan dengan situasi nyata yang di hadapi
6. Mengarah pada peningkatan kepercayaan diri : Setelah mengikuti pelatihan, individu diharapkan mampu mengekspresikan pendapat, perasaan, dan kebutuhan secara percaya diri dan tepat waktu.

#### **2.1.3.4 Tahapan Pelaksanaan *Assertive Training***

Berikut adalah langkah-langkah pelaksanaan *Assertive Training* yang akan diterapkan dalam bimbingan kelompok di SMA Muhammadiyah 1 Medan.

##### 1. Tahap Identifikasi Masalah

Konselor mengidentifikasi masalah yang dialami oleh siswa melalui cara-cara seperti pengamatan, wawancara, atau hasil tes awal. Di tahap ini, konselor menilai seberapa besar kesulitan yang dialami siswa dalam mengekspresikan

perasaan , menyampaikan pendapat, atau menolak ajakan dari teman-teman mereka.(Corey,2016; Rahmawati dan Nursalim, 2021)

## 2. Tahap Orientasi dan Pembentukan Kelompok

Konselor menyampaikan tujuan dari aktivitas, menetapkan aturan kelompok dan menjelaskan konsep dasar perilaku asertif. Peserta didik diberikan pengertian tentang apa itu asertif, perbedaan antara perilaku pasif, agresif, dan asertif, serta pentingnya menghormati hak diri dan orang lain. (Alberti dan Emmons,2017 ; Komalasari, 2020)

## 3. Tahap Permodelan

Konselor menunjukkan perilaku asertif yang diharapkan melalui aktivitas bermain peran atau simulasi situasi sosial. Peserta didik memperhatikan bagaimana perilaku asertif dilakukan, termasuk cara berbicara, ekspresi wajah dan nada suara yang sesuai(Corey,2016 ;Hidayat dan Santoso,2022)

## 4. Tahap Latihan Perilaku (*Behavioral Rehearsal*)

Peserta didik diberi peluang untuk berlatih perilaku asertif dalam berbagai situasi yang sudah disiapkan. Contohnya, cara menolak tawaran yang tidak tepat, menyampaikan pendapat di dalam kelas atau mengungkapkan ketidaksetujuan secara santun. Konselor memberikan dukungan serta menguatkan perilaku positif yang muncul. ( Alberti dan Emmons, 2017 ; Rahmawati dan Nursalim, 2021)

## 5. Tahap Umpan Balik dan Evaluasi

Konselor memberikan masukan terkait hasil latihan yang dilakukan oleh siswa, termasuk aspek-aspek yang perlu diperbaiki. Peserta juga diajak untuk

merenungkan pengalaman mereka selama sesi latihan asertif. Evaluasi dilakukan secara individu maupun kelompok untuk melihat kemajuan perilaku asertif. (Corey, 2016; Komalasari,2020)

#### 6. Tahap Tindak Lanjut (Follow Up)

Tahap terakhir bertujuan untuk memantau penerapan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari. Konselor memberikan dukungan tambahan dan memfasilitasi siswa agar dapat mempertahankan perilaku positif yang sudah di pelajari, baik disekolah maupun dalam interaksi sosial. (Hidayat dan Santoso,2022)

## 2.2 Penelitian yang Relevan

1. Rizki Mutia Faradita, Yessy Elita & Rita Sinthia (2023). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* terhadap kemampuan Asertivitas siswa SMPN Kota Bengkulu. Hasil penelitian terdapat pengaruh signifikan penggunaan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* terhadap kemampuan asrtivitas siswa SMP

2. Chalidaziah, Fitri &Yani (2023). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Asertivitas pada siswa korban Pelecehan Seksual. Hasil penelitian one-group pre-test post-test menunjukkan bahwa teknik *Assertive Traning* Meningkatkan asertivitas siswa korban pelecehan

3. Tampubolon, Syaimi, Nurlaili & Harahap (2025). Penerapan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi di

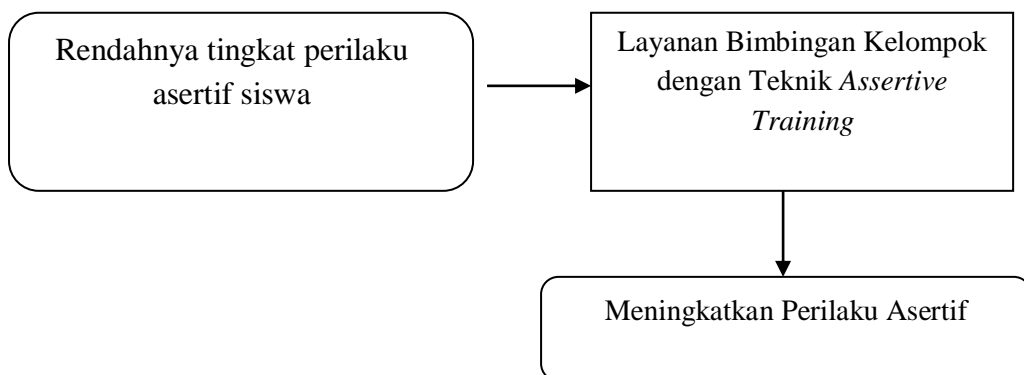
Kelas X KI 2 SMK Negeri 3 Medan. Hasil PTL menunjukkan peningkatan efektivitas dari 90% menjadi 97% dalam kemampuan komunikasi siswa setelah intervensi

4. Rahmi (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Kompetensi Interpersonal Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kandangan. Hasil penelitian Pre-Eksperimen dengan 10 siswa menunjukkan peningkatan kompetensi interpersonal melalui intervensi teknik tersebut

### 2.3 Kerangka Konseptual

Untuk memperjelas alur penelitian, maka konseptual penelitian ini disajikan untuk menggambarkan hubungan teoritis antara variabel bebas (*Assertive Training*) dan variabel terikat (Perilaku Asertif). Adapun kerangka konseptual dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

**Gambar 2.1 Kerangka Konseptual**



Perilaku asertif adalah kemampuan seseorang untuk menyampaikan pikiran, perasaan dan kebutuhan dengan jujur dan terbuka tanpa melanggar hak orang lain.

Menurut Alberti dan Emmons (2017), perilaku asertif ditunjukkan dengan kemampuan untuk secara terbuka mengungkapkan pikiran dan perasaan, menolak dengan cara yang sopan, dan menjaga hak pribadi, mengontrol emosi, dan menghormati hak-hak orang lain.

Namun, dalam praktiknya masih ada siswa yang kesulitan untuk mengekspresikan pendapat mereka, menolak tawaran dari teman dengan sopan, dan memperjuangkan hak-hak pribadi mereka. Situasi ini menunjukkan bahwa siswa masih perlu meningkatkan perilaku asertif agar dapat berinteraksi dengan sehat di lingkungan sosial mereka

Salah satu cara yang bisa diambil untuk meningkatkan perilaku asertif di kalangan siswa adalah melalui layanan bimbingan kelompok dengan metode *Assertive Training*. Metode ini bertujuan untuk melatih siswa agar berani menyampaikan pendapat, mengekspresikan perasaan dengan tepat, dan menghargai hak diri sendiri serta orang lain.

Oleh karena itu, diharapkan bahwa melalui layanan bimbingan kelompok dan metode *Assertive Training*, siswa dapat meningkatkan perilaku asertif mereka. Berikut adalah kerangka konseptual yang digunakan dalam penelitian ini. Untuk memperjelas alur penelitian, maka konseptual penelitian ini disajikan untuk menggambarkan hubungan teoritis antara variabel bebas dan variabel terikat

## 2.4 Hipotesis

Berdasarkan uraian teoritis dan kerangka konseptual diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

### 1. Hipotesis Pertama

Ha: Ada peningkatan yang signifikan dalam tingkat perilaku asertif pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah menerima layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

H<sub>0</sub> : Tidak adanya peningkatan yang signifikan dalam tingkat perilaku asertif pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah menerima layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, karena data yang dikumpulkan berbentuk angka dan dianalisis dengan menggunakan teknik statistik. Metode kuantitatif dipilih untuk mengevaluasi dampak dari layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* terhadap variabel tertentu melalui pengukuran sebelum dan sesudah intervensi. Metode ini memungkinkan peneliti untuk menguji hipotesis secara objektif, terukur serta menghasilkan kesimpulan yang dapat diterapkan sesuai dengan karakteristik sampel yang diteliti. Selain itu, penggunaan kuesioner dengan skala Likert mempermudah dalam mengevaluasi perubahan perilaku siswa secara terstruktur.

#### **3.2 Desain Penelitian**

Desain penelitian yang diterapkan adalah *Pre-Experimental Design* dengan model *One-Group Pretest-Posttest Design*. Pemilihan desain ini dilakukan karena penelitian hanya menggunakan satu kelompok subjek tanpa adanya sebagai pembandingan. Dalam desain ini, peneliti ingin melihat pengaruh perlakuan secara langsung dengan membandingkan kondisi subjek sebelum dan sesudah diberikan layanan.

Dalam pendekatan ini, kelompok eksperimen yang berjumlah 8 orang terlebih dahulu menjalani tes awal (*Pre-Test*) untuk mengetahui tingkat perilaku asertif awal mereka. Kemudian, subjek diberikan perlakuan (*Treatment*) berupa

layanan bimbingan kelompok dengan *Assertive Training*. Setelah proses perlakuan selesai, subjek mengikuti tes akhir (*Post-Test*) menggunakan instrumen yang sama untuk menilai perubahan yang terjadi.

Dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*, peneliti dapat menilai pengaruh bimbingan kelompok secara spesifik pada kelompok tersebut. Apabila terdapat peningkatan skor yang signifikan setelah diberikan perlakuan, maka teknik *Assertive Training* tersebut dapat dianggap efektif dalam meningkatkan perilaku asertif siswa. Berikut adalah visualisasi desain penelitiannya :

**Tabel 3.1 Desain Penelitian Quasi Experiment**

<b>Kelompok</b>	<i>Pre-test</i>	<b>Perlakuan (X)</b>	<i>Post-test</i>
Eksperimen	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

Ket:

- a. **Kelompok Eksperimen:** Siswa yang menerima bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*
- b. **O<sub>1</sub>:** Pengukuran awal perilaku asertif (*pre-test*)
- c. **O<sub>2</sub>:** Pengukuran akhir perilaku asertif (*post-test*)
- d. **X:** Perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*

### 3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

#### 3.3.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 1 Medan yang beralamat di Jln. Utama No.170 Kota Matsum II, Kecamatan Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara 20216.

#### 3.3.2 Waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan selama semester ganjil tahun ajaran 2025/2026, tepatnya dimulai sejak september hingga waktu yang disesuaikan dengan pihak sekolah. Dimulai dari tahap perizinan observasi awal, hingga pelaksanaan penelitian, untuk lebih jelas rencana waktu penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 3.2 Waktu Penelitian**

No	Kegiatan	Bulan/Tahun 2025-2026							
		SEPT	OKT	NOV	DES	JAN	FEB	MAR	APR
1	Pengajuan Judul								
2	Persetujuan Judul								
3	Penulisan Proposal								
4	Bimbingan Proposal								
5	Seminar Proposal								
6	Perbaikan Proposal								
7	Pelaksanaan Riset								

8	Penyusunan Skripsi								
9	Revisi Skripsi								
10	Pengesahan Skripsi								
11	Sidang Meja Hijau								

### 3.4 Populasi dan Sampel

#### 3.4.1 Populasi Penelitian

Populasi merujuk pada kumpulan subjek atau objek yang memiliki sifat tertentu dan menjadi pokok bahasan dalam penelitian, sehingga hasil yang diperoleh dapat diterapkan secara luas ( Sugiyono,2017). Berdasarkan penjelasan tersebut, populasi dalam studi ini mencakup semua siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan untuk tahun 2025/2026 yang menjadi sasaran pengukuran perilaku asertif. Populasi ini dipilih karena semua siswa kelas X memiliki ciri-ciri yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu meningkatkan perilaku asertif melalui bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*.

**Tabel 3.3 Populasi Penelitian**

Kelas	Jumlah Peserta Didik
X1	25
X2	26
X3	26
<b>Jumlah</b>	<b>77</b>

### 3.4.2 Sampel Penelitian

Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan sehingga temuan penelitian dapat digeneralisasikan secara tepat (Sugiyono,2017). Pada penelitian ini,sampel terdiri dari kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan yang memiliki karakteristik sesuai fokus penelitian, yaitu menunjukkan tingkat perilaku asertif yang cenderung rendah. Pemilihan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu oleh peneliti. Melalui teknik ini, peneliti memilih kelas atau siswa yang dianggap paling sesuai dengan kebutuhan penelitian, khususnya mereka yang menunjukkan indikator perilaku asertif yang masih lemah

Teknik *purposive sampling* digunakan agar peneliti dapat memperoleh subjek yang relevan sehingga data yang dikumpulkan benar-benar menggambarkan kondisi sebenarnya. Sampel yang terpilih, berjumlah 8 orang siswa, kemudian ditempatkan pada satu kelompok yaitu Kelompok Eksperimen yang diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* . Dengan demikian,pengaruh layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa dapat dianalisis secara akurat melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* pada kelompok tersebut.

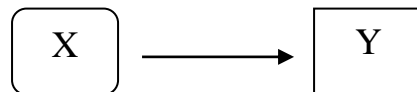
**Tabel 3.4 Sampel Penelitian**

<b>Kelompok</b>	<b>Jumlah Sampel</b>
Eksperimen	8
<b>Jumlah</b>	<b>8</b>

### 3.5 Variabel dan Definisi Operasional

#### 3.5.1 Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel utama, yaitu variabel bebas (independent variabel) yang disimbolkan dengan X dan variabel terikat (dependent variabel) yang disimbolkan dengan Y. Masing-masing variabel dirumuskan secara operasional agar dapat diukur secara jelas.



Variabel X : Bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*

Variabel Y : Meningkatkan Perilaku Asertif

### 3.5.2 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjabaran yang jelas mengenai variabel yang diteliti sehingga dapat dilakukan pengukuran dalam studi tersebut.

1. Bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* (Variabel X)

Layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik pelatihan asertif dalam penelitian ini merupakan aktivitas bimbingan yang diadakan untuk para siswa dalam kelompok, dengan tujuan melatih mereka agar dapat menyatakan pikiran dan perasaan dengan tepat, berani untuk mengemukakan pendapat,serta menghargai hak orang lain. Aktivitas ini dilakukan melalui beberapa tahap bimbingan kelompok yang meliputi latihan perilaku asertif seperti menyampaikan pendapat,menolak ajakan dengan cara yang baik dan menjaga hak pribadi

2. Perilaku Asertif Siswa (Variabel Y)

Perilaku asertif yang dianalisis dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa untuk menyampaikan pikiran dan perasaan dengan jujur serta terbuka tanpa melanggar hak-hak orang lain. Perilaku asertif ini diukur dengan menggunakan kuisioner yang terdiri dari indikator (1) Menyatakan pikiran dan perasaasaan secara terbuka (2) Kemampuan untuk menolak dengan sopan (3) Menjaga hak pribadi (4) Mengontrol emosi dan (5) menghormati hak orang lain.

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Instrumen Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang diperlukan guna menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis penelitian. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan berupa angket skala perilaku asertif yang diberikan sebelum perlakuan dan setelah perlakuan baik pada kelompok eksperimen

Instrumen disusun berdasarkan indikator perilaku asertif yang dikembangkan dari teori para ahli seperti Alberti&Emmons (2017) yang meliputi: Kemampuan mengungkapkan pikiran dan perasaan terbuka, Kemampuan menolak permintaan secara sopan, Kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi, Kemampuan mengendalikan emosi dan Menghargai hak-hak orang lain. Indikator tersebut kemudian dijabarkan ke dalam pernyataan-pernyataan yang sesuai dengan konteks siswa.

#### **3.6.1 Observasi**

Observasi dalam studi ini dilakukan menggunakan metode non partisipatif, di mana peneliti hanya melihat secara langsung kondisi dan tingkah laku siswa sepanjang proses penelitian berlangsung. Pengamatan dimulai dari observasi awal dengan memerhatikan lingkungan sekolah, pelaksanaan bimbingan kelompok, hingga fase akhir penelitian. Tujuan observasi ini adalah untuk mendapatkan gambaran mengenai situasi sekolah serta perilaku siswa. Pengamatan yang dilaksanakan berfokus pada tingkah laku, reaksi, dan respon siswa selama penelitian dilakukan untuk mendukung hasil dari data instrumen utama

### 3.6.2 Wawancara

Dalam studi ini, jenis wawancara yang dilakukan adalah wawancara terstruktur sebagai upaya untuk memperoleh data empiris mengenai kondisi subjek penelitian di lapangan. Peneliti menggunakan instrumen berupa pedoman wawancara yang disusun berdasarkan indikator variabel perilaku asertif. Penggunaan wawancara terstruktur ini bertujuan agar proses pengambilan data tetap konsisten, objektif dan memiliki bukti instrumen yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

### 3.6.3 Kuesioner

Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan angket (kuisisioner) sebagai instrumen utama untuk mengukur perilaku asertif siswa. Instrumen ini dipilih karena sesuai dengan fokus penelitian, yaitu menilai pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Instrumen berupa angket disusun dalam bentuk checklist, sehingga memudahkan responden dalam memberikan jawaban dan mempermudah peneliti dalam menganalisis data.

Angket ini disusun berdasarkan pengembangan sub-indikator perilaku asertif, di mana responden diminta untuk memilih satu jawaban dari empat pilihan dalam bentuk checklist pada lembar kuisisioner dengan menggunakan Skala Likert, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS)

**Tabel 3.5 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen**

<b>Jenis Pernyataan</b>	<b>SS</b>	<b>S</b>	<b>TS</b>	<b>STS</b>
Favorabel (+)	4	3	2	1
Unfavorabel (-)	1	2	3	4

#### **3.6.4 Pengembangan Kisi-Kisi Instrumen Perilaku Asertif**

Instrumen angket dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan indikator perilaku asertif menurut Alberti&Emmons (2002). Indikator tersebut mencakup Mengungkapkan pikiran dan perasaan terbuka, Kemampuan menolak permintaan secara sopan, Kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi, Mampu mengendalikan emosi dan Menghargai hak-hak orang lain.

**Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian**

<b>Variabel</b>	<b>Indikator</b>	<b>Aspek</b>	<b>No Soal</b>	
			<b>(+)</b>	<b>(-)</b>
Perilaku Asertif (Y)	a.Mengungkapkan pikiran dan perasaan terbuka	Kemampuan menyampaikan ide dan keyakinan tanpa rasa takut	1,2	3,4
	b.Kemampuan menolak permintaan secara sopan	Mampu mengatakan “tidak” terhadap permintaan yang tidak sesuai atau merugikan diri	5,6,7	8,9

		sendiri		
	c.Kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi	Konsisten mempertahankan keputusan, batasan diri dan hak pribadi tanpa agresivitas.	10,11, 12	13,14
	d.Mampu mengendalikan emosi	Bersikap tegas tanpa agresif atau pasif	15,16	17
	e. Menghargai hak-hak orang lain.	Bersikap tegas sambil tetap menghormati perasaan dan batas orang lain	18,19	20

### 3.6.5 Uji Coba Instrumen

Instrumen yang telah disusun oleh peneliti selanjutnya akan dianalisis dan di uji untuk menentukan kelayakannya. Uji coba instrumen direncanakan akan dilakukan setelah seminar proposal. Sehingga peneliti dapat memastikan bahwa butir-butir pernyataan telah valid dan reliabel. Uji coba ini dilakukan untuk mengevaluasi tingkat validitas dan realibilitas instrumen sebelum digunakan sebagai alat utama dalam pengumpulan data penelitian.

### 3.6.6 Uji Validasi

Uji validitas secara spesifik bertujuan untuk memastikan bahwa instrumen perilaku asertif yang dikembangkan oleh Alberti&Emmons (2002). Benar-benar mampu mengukur variabel perilaku asertif dalam penelitian ini. Uji coba instrumen dilakukan kepada 50 orang siswa kelas X SMA Medan sebagai responden. Pengujian validitas ini menggunakan *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 25.0 dan menggunakan rumus Korelasi Product Moment sebagai berikut :

Gambar 3.1 Rumus Product Momen

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Ket :

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = jumlah responden

$\sum X$  = jumlah skor butir soal

$\sum Y$  = jumlah skor total soal

$\sum X^2$  = jumlah skor kuadrat butir soal

$\sum Y^2$  = jumlah skor total kuadrat butir soal

Adapun Uji validitas dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dan r tabel pada tingkat signifikansi 5% atau 0,05. Data yang diperoleh akan di analisis menggunakan tabel koefisien korelasi sehingga dapat diketahui

- Jika nilai r hitung  $>$  r tabel maka butir pernyataan dinyatakan valid
- Jika nilai r hitung  $<$  r tabel maka butir pernyataan dinyatakan tidak valid

Cara untuk memperoleh nilai r tabel dengan  $N=50$  pada tingkat signifikansi 5% dalam distribusi nilai r tabel statistik adalah dengan cara yang dijelaskan. Dengan metode tersebut, didapatkan nilai r tabel sebesar 0,279, selanjutnya nilai signifikansi (sig) dapat dilihat sebagai berikut.

- Jika nilai signifikansi  $< 0,005 =$  Valid
- Jika nilai signifikansi  $> 0,005 =$  Tidak Valid

Hasil uji instrumen penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.7

Hasil Uji Validasi

No Butir	r-Hitung	r-Tabel	Interpretasi
1	0,524	0,279	Valid
2	0,568	0,279	Valid
3	0,607	0,279	Valid
4	0,317	0,279	Valid
5	0,428	0,279	Valid
6	0,759	0,279	Valid
7	0,619	0,279	Valid
8	0,685	0,279	Valid
9	0,476	0,279	Valid
10	0,489	0,279	Valid
11	0,647	0,279	Valid
12	0,415	0,279	Valid
13	0,730	0,279	Valid

14	0,315	0,279	Valid
15	0,580	0,279	Valid
16	0,687	0,279	Valid
17	0,699	0,279	Valid
18	0,824	0,279	Valid
19	0,630	0,279	Valid
20	0,721	0,279	Valid

### 3.6.7 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilaksanakan untuk memastikan bahwa alat ukur skala perilaku asertif yang dipakai menunjukkan konsistensi dan kestabilan dalam menilai objek penelitian. Menurut Sugiyono (2018), sebuah instrumen dianggap dapat diandalkan jika ketika digunakan berulang kali untuk mengukur objek yang sama, maka hasilnya akan menunjukkan data yang serupa. Pengujian ini dilakukan setelah setiap item pernyataan dipastikan valid melalui uji validitas. Perhitungan ini menggunakan Program Statical Product and Service Solution (SPSS) versi 25.0 Reliabilitas di ukur dengan menggunakan Cronbach's Alpha adapun rumusnya sebagai berikut :

Gambar 3.2 Rumus Alpha Cronbach's

$$\text{Ket : } r_x = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_i^2}{\sigma_t^2} \right)$$

$R_x$  : Nilai Reliabilitas

$n$ : Jumlah Butir Pernyataan

$\sum \sigma_i^2$  :Jumlah Varians Skor Butir Pernyataan

$\sigma_t^2$  :Varians Skor Total

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
0,892	20

Secara umum nilai alpha dibawah 0,50 menunjukkan reliabilitas rendah, nilai 0,60 merupakan batas minimal yang digunakan, nilai 0,70 nilai reliabilitas memadai, nilai 0,80 menunjukkan reliabilitas kuat, dan 0,90 menunjukkan reliabilitas sangat tinggi mendekati sempurna. Berdasarkan ketetapan nilai cronbach's alpha tersebut, maka butir pernyataan kuisisioner dinyatakan reliabel apabila nilai alpha cronbach  $> 0,60$  dan dinyatakan tidak reliabel jika nilainya  $< 0,60$ .

Berdasarkan analisis reliabilitas, alat ukur skala perilaku asertif dalam penelitian ini memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,892. Nilai ini menunjukkan bahwa alat ukur tersebut dapat dianggap reliabel, karena angka yang diperoleh melebihi 0,60. Oleh karena itu, item-item pertanyaan dalam kuesioner ini menunjukkan konsistensi yang tinggi dan dapat dipercaya untuk pengumpulan data penelitian

### **3.7 Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data merupakan cara yang digunakan untuk mengolah data penelitian agar memperoleh kesimpulan. Teknik analisis yang digunakan bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik

*Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa menggunakan desain *Pre-Experimental Design* dengan model *One-Group Pretest-Posttest Design*

### 3.7.1 Deskripsi Data

Tahap awal analisis data dilakukan dengan memasukkan hasil instrumen angket Perilaku Asertif (*Ruminative Response Scale* yang telah diadaptasi) yang diisi oleh responden. Penilaian setiap item menggunakan Skala Likert 4 Poin dengan ketentuan skor. Pernyataan positif skor 4 'Sangat Setuju', skor 3 'Setuju', skor 2 'Tidak Setuju' dan skor 1 'Sangat Tidak Setuju'. Untuk pernyataan negatif skor dibalik menjadi skor 1 'Sangat Setuju', skor 2 'Setuju', skor 3 'Tidak Setuju' dan skor 4 'sangat tidak setuju'. Skor total *pretest* dan *posttest* di kedua kelompok kemudian dihitung. Selanjutnya, dilakukan analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran umum data perilaku asertif.

Untuk menghitung rentang data atau interval, rumus yang digunakan

$$\text{Interval k} = \frac{\text{Skor Maksimum} - \text{Skor Minimum}}{\text{Jumlah Kategori}}$$

Jumlah Kategori

Perhitungan dalam menentukan interval skor dalam penelitian ini dapat diperhitungkan sebagai berikut :

$$\text{Interval K} = \frac{80-20}{4}$$

$$\text{Interval K} = \frac{60}{4}$$

Interval  $K = 15$

Berdasarkan perhitungan tersebut, deskripsi kategorisasi perilaku asertif siswa sebagai berikut

Tabel 3.8 Deskripsi Data

<b>Kategori</b>	<b>Kriteria</b>
66-80	Sangat Tinggi
51-65	Tinggi
36-50	Rendah
20-35	Sangat Rendah

### 3.7.2 Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menilai seberapa efektif bimbingan kelompok dengan cara membandingkan perubahan skor subjek sebelum dan sesudah menerima perlakuan . Penentuan uji hipotesis oleh peneliti bergantung pada sifat data yang dikumpulkan. Data dalam penelitian ini digunakan untuk mengembangkan variabel perilaku asertif dengan ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Data berpasangan : Membandingkan skor sebelum dan sesudah pada subjek yang sama
- b. Sampel kecil : Penelitian ini melibatkan 8 siswa sebagai subjek tunggal dalam kelompok eksperimen
- c. Penelitian eksperimen : Terdapat perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang menggunakan teknik *Assertive Training* dengan mempertimbangkan karakteristik data tersebut, metode analisis yang diterapkan adalah statistik parametrik, yaitu paired sample t-test

menggunakan perangkat lunak *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25.0

Berikut adalah langkah-langkah pengujiannya :

### **1. Paired Sample T-Test**

Metode ini diterapkan untuk mengevaluasi perubahan atau perbedaan skor perilaku asertif siswa sebelum (*pre-test*) dan setelah mendapatkan perlakuan (*post-test*), baik di kelompok eksperimen

- $H_{a1}$  : Terdapat peningkatan signifikan perilaku asertif pada kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah menerima layanan bimbingan kelompok yang mengacu pada *Assertive Training*
- $H_{a2}$  : Tidak terdapat peningkatan signifikan perilaku asertif pada kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah menerima layanan bimbingan kelompok yang mengacu pada *Assertive Training*

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Deskripsi Hasil Penelitian**

Deskripsi hasil penelitian studi ini dilakukan dengan maksud untuk mendapatkan pemahaman empiris tentang seberapa efektif layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif di kalangan siswa. Penelitian ini berlangsung di SMA Muhammadiyah 1 Medan dan melibatkan siswa kelas X yang tercatat memiliki tingkat perilaku asertif yang rendah. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 77 siswa dari kelas X 1, X2, dan X3. Sementara itu, jumlah sampel yang diambil adalah 8 siswa. Proses pemilihan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yang mana peneliti memilih berdasarkan rekomendasi Guru Bimbingan dan Konseling (BK) dan sesuai dengan kriteria skor tinggi pada skala perilaku asertif. Langkah pertama dalam penelitian ini dimulai dengan melakukan pengamatan di area sekolah untuk mendapatkan pemahaman yang jelas tentang fenomena perilaku asertif yang dialami oleh para siswa. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru BK guna mendeteksi siswa-siswa yang memiliki perilaku asertif yang rendah.

Lalu setelah menetapkan sampel, peneliti memberikan *pre-test* dalam bentuk kuisioner perilaku asertif yang telah terbukti valid dan reliabel kepada kedua kelompok. Tujuan dari tahap ini adalah untuk mengetahui tingkat awal perilaku asertif sebelum dilakukan intervensi atau treatment. Selanjutnya, peneliti memberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive*

*Training* kepada kelompok eksperimen dengan total dua kali perjumpaan, Dan pada tahap terakhir, kelompok eksperimen kembali diberikan kuisisioner yang sama untuk melakukan *post-test* guna untuk menilai sejauh mana perubahan perilaku asertif yang terjadi setelah diberikan layanan. Hasil dari perhitungan skor *pre-test* dan *post-test* sebagai berikut

#### 4.1.1 Kecenderungan Variabel Penelitian

##### 1. Hasil Data Tingkat Perilaku Asertif Siswa pada Kelompok Eksperimen

Data yang diperoleh dari kelompok eksperimen diambil dari penyebaran kuisisioner skala perilaku asertif kepada 8 siswa kelas X2 di SMA Muhammadiyah 1 Medan. Data ini meliputi nilai sebelum mendapatkan layanan (*pretest*) dan setelah menerima bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* (*Post-Test*). Perbandingan nilai tersebut dapat dilihat pada tabel disamping ini :

Tabel 4.1

Perbandingan Skor Tingkat Perilaku Asertif Siswa Kelompok Eksperimen  
*Pretest- Post Test*

No	Kode Nama	Pre-test		Post-test	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	E1	42	Rendah	73	Sangat Tinggi
2	E2	38	Rendah	73	Sangat Tinggi
3	E3	47	Rendah	69	Sangat Tinggi
4	E4	41	Rendah	71	Sangat Tinggi
5	E5	54	Tinggi	76	Sangat Tinggi
6	E6	47	Rendah	64	Tinggi
7	E7	44	Rendah	68	Sangat Tinggi
8	E8	42	Rendah	68	Sangat Tinggi
<b>Rata-Rata</b>		<b>44,37</b>	<b>Rendah</b>	<b>70,25</b>	<b>Sangat Tinggi</b>

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, dapat dilihat bahwa rasio tingkat perilaku asertif siswa dalam kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang signifikan setelah layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*. Sebelum perlakuan dilakukan, rata-rata skor berada pada 44,37 yang termasuk dalam kategori rendah. Setelah perlakuan dengan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* perilaku asertif pun meningkat menjadi 70,25 yang kini masuk dalam kategori sangat tinggi.

Berikut adalah perbandingan frekuensi perilaku asertif siswa pada kelompok eksperimen berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Perbandingan Pre-Test dan Post-Test Variabel Perilaku Asertif Siswa pada Kelompok Eksperimen

Kategori	Interval	Pre-Test Eksperimen		Post-Test Eksperimen	
		Frekuensi	Presentase	Frekuensi	Presentase
Sangat Tinggi	66-80	--	0%	7	87,5%
Tinggi	51-65	1	12,5%	1	12,5%
Rendah	36-50	7	87,5%	-	0%
Sangat Rendah	20-35	-	0%	-	0%
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>100%</b>	<b>8</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan informasi dari tabel di atas, terlihat bahwa hasil pretest siswa terkait perilaku asertif lebih banyak berada dalam kategori rendah, yaitu 7 siswa (87,5) dengan 1 siswa dalam kategori tinggi (12,5%). Namun setelah penerapan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*, terlihat adanya

perubahan yang cukup signifikan pada hasil post-test. Tidak ada lagi siswa yang termasuk dalam kategori rendah ataupun sangat rendah. Sebaliknya, 1 siswa (12,5%) dalam kategori tinggi dan 7 siswa (87,5%) dalam kategori sangat tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan berhasil meningkatkan perilaku asertif siswa secara keseluruhan.

#### Histogram Hasil Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen

		<b>Statistics</b>	
		PreTest_KE	PostTest_KE
N	Valid	8	8
	Missing	0	0
Mean		44,38	70,25
Std. Deviation		4,926	3,770
Skewness		,961	-,131
Std. Error of	Skewness	,752	,752
Kurtosis		1,226	-,170
Std. Error of Kurtosis		1,481	1,481

Berdasarkan tabel statistik dari hasil *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen, diketahui bahwa jumlah siswa dalam penelitian ini sebanyak 8 siswa (N=8) dan semua data dapat diolah dengan baik tanpa ada data yang hilang.

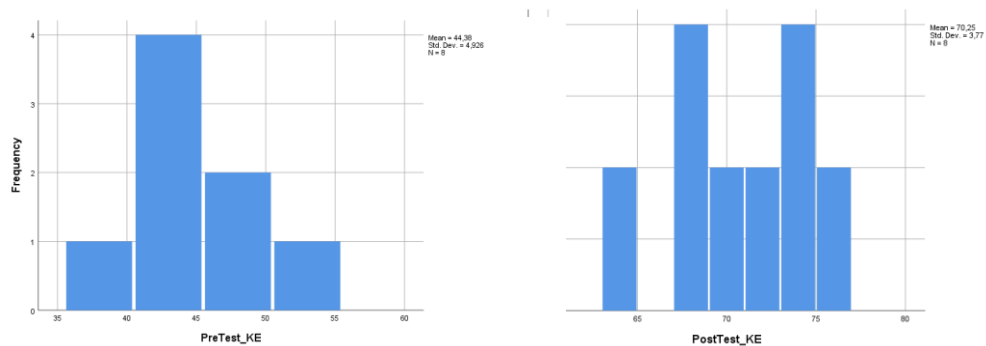
Hasil analisis menunjukkan bahwa rata-rata nilai (*mean*) *pre-test* adalah 44,38 dengan deviasi standar sebesar 4,926. Ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku asertif siswa sebelum mendapatkan layanan bimbingan kelompok masih dalam kategori yang cukup rendah. Setelah menerima layanan bimbingan kelompok melalui teknik *Assertive Training*, hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan, di mana rata-rata nilai (*mean*) naik menjadi 70,25 dengan deviasi standar sebesar 3,770. Kenaikan rata-rata nilai ini menandakan bahwa layanan

bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* berpengaruh positif terhadap peningkatan perilaku asertif siswa

Selain itu, nilai *skewness* dan *kurtosis* untuk data *pre-test* dan *post-test* menunjukkan bahwa distribusi data masih dalam rentang yang dapat diterima sehingga data bisa digunakan untuk analisis selanjutnya

Dari hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan perilaku asertif siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*. Visualiasasi mengenai perbandingan skor sebelum dan sesudah layanan bimbingan kelompok eksperimen dapat dicermati melalui grafik dibawah ini

Gambar 4.1 Histogram Hasil *Pre-Test Post-Test* Kelompok Eksperimen



#### 4.1.2 Uji Persyaratan Data

Uji syarat analisis adalah langkah pertama terhadap data yang sudah dikumpulkan sebelum menguji hipotesis. Pengujian ini dilakukan untuk mengamati sifat penyebaran data dan memastikan bahwa data tersebut memenuhi syarat atau asumsi yang dibutuhkan dalam penerapan statistik parametrik

## 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilaksanakan untuk mengidentifikasi pola distribusi data dan memastikan bahwa skor perilaku asertif siswa terdistribusi secara normal. Ini penting karena analisis statistik parametrik membutuhkan asumsi bahwa data yang diuji berasal dari populasi dengan distribusi yang simetris. Dengan jumlah subjek penelitian terbatas, yaitu 8 siswa, maka metode analisis yang dipilih adalah uji Shapiro-Wilk karena dianggap lebih tepat untuk sampel kecil. Kriteria untuk pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah jika nilai signifikansi (Sig) lebih besar dari  $> 0,05$ , maka data tersebut berdistribusi normal. Jika nilai Signifikansi (Sig)  $< 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal

Tabel 4.3 Hasil Normalitas *Pre-Test Post-Test* Kelompok Eksperimen

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
PreTest_KE	,185	8	,200*	,930	8	,514
PostTest_KE	,150	8	,200*	,971	8	,908

\*. This is a lower bound of the true significance.

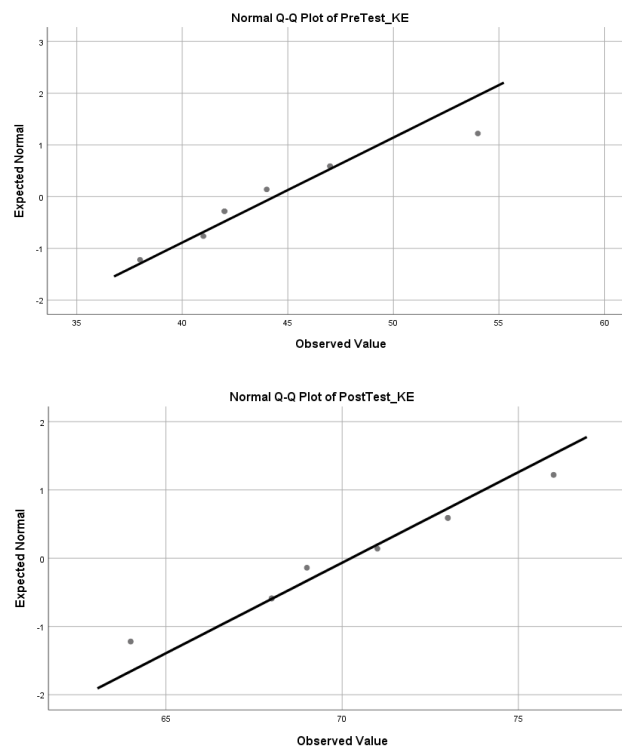
a. Lilliefors Significance Correction

Merujuk pada Tabel 4.3 yang menunjukkan hasil uji normalitas, tampak bahwa seluruh data memiliki nilai signifikansi di atas 0,05. Mengingat jumlah sampel penelitian ini adalah 8 orang ( $N < 50$ ), maka uji yang menjadi acuan utama adalah Shapiro-Wilk. Berdasarkan hasil uji Shapiro-Wilk, nilai signifikansi (Sig). Untuk data *Pre-Test* kelompok eksperimen adalah 0,514 dan untuk data *Post-Test*

kelompok eksperimen adalah adalah 0,908. Karena nilai signifikansi dari kedua data tersebut lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,005$ ) maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas ini, maka analisis data dapat dilanjutkan dengan menggunakan statistik parametrik yaitu *Paired Sample T-Test*

Adapun visualisasi data untuk memperkuat hasil pengujian normalitas tersebut dapat dilihat pada grafik Normal *Q-Q Plot* berikut ini :

Gambar 4.2 Grafik Normalitas *Pre-Test Post-Test* Kelompok Eksperimen



#### 4.1.3 Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam studi ini dilakukan dengan menggunakan metode statistik parametrik melalui aplikasi SPSS versi 25.0 dengan mempertimbangkan bahwa data penelitian memenuhi kriteria asumsi dasar, yaitu berdistribusi normal, maka metode yang digunakan adalah *Paired Sample T-Test*. Metode ini digunakan untuk membandingkan rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* dalam satu kelompok yang sama guna melihat signifikansi pengaruh perlakuan yang diberikan.

Ha : Ada perbedaan signifikan pada tingkat perilaku asertif siswa di kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan *Assertive Training*

H0 : Tidak ada perbedaan signifikan pada tingkat perilaku asertif siswa di kelompok eksperimen antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan *Assertive Training*

Kriteria untuk pengambilan keputusan dalam pengujian ini adalah sebagai berikut:

Jika nilai Signifikansi (Sig) (2-tailed)  $< 0,005$  H0 ditolak dan Ha di terima

Jika nilai Signifikansi (Sig) (2-tailed)  $> 0,005$  H0 diterima dan Ha di tolak.

## 1. Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis awal yang diajukan dalam studi ini adalah “Ada perbedaan yang signifikan dalam tingkat perilaku asertif siswa dari kelompok eksperimen sebelum dan setelah menerima layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*”

Pengujian hipotesis ini dilaksanakan dengan menggunakan metode analisis Paired Sample T-Test melalui perangkat lunak SPSS versi 25.0 . Hasil dari analisis tersebut dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.4 Hasil Uji Paired Sample T-Test Kelompok Eksperimen

		Paired Samples Test						
		Paired Differences				T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference			
					Lower	Upper		
Pair 1	PreTest_KE - PostTest_KE	-25,875	5,842	2,065	-30,759	-20,991	-12,528	,000

Berdasarkan hasil uji Paired Sample T-Test yang terdapat pada tabel di atas terlihat bahwa nilai signifikansi (Sig 2- tailed) mencapai 0,000. Karena nilai tersebut lebih rendah dari tingkat signifikansi 0,05 dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang jelas dan signifikansi antara hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* pada kelompok eksperimen. Dari hasil tersebut maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima

Tabel 4.5 Paired Samples Statistics Kelompok Eksperimen

		<b>Paired Samples Statistics</b>			
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	PreTest_KE	44,38	8	4,926	1,742
	PostTest_KE	70,25	8	3,770	1,333

Berdasarkan informasi tabel di atas mengenai Paired Samples Statistic untuk kelompok eksperimen. Hasil analisis statistik menunjukkan peningkatan yang cukup berarti pada nilai rata-rata sebelum dan sesudah intervensi. Rata-rata (*mean*) pada tahap *Pre-Test* adalah 44,38, yang kemudian meningkat menjadi 70,25 pada tahap *Post-Test*

Data diambil dari 8 siswa (N=8) di mana distribusi data pada *Post-Test* standar deviasi 3,770 terlihat lebih stabil atau terfokus dibandingkan saat *Pre-Test* standar deviasi 4,926 Secara keseluruhan, penjelasan ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan pada kelompok eksperimen efektif dalam meningkatkan hasil nilai para subjek penelitian

#### **4.2 Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terlihat adanya perbedaan signifikan dalam pengaruh peningkatan asertivitas pada perilaku asertif antara kelompok eksperimen yang mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* dengan kelompok yang tidak. Berikut penjelasannya :

## 1. Gambaran Tingkat Perilaku Asertif Siswa

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pada fase *pre-test*, tingkat perilaku asertif pada siswa kelas X2 di SMA Muhammadiyah 1 Medan secara keseluruhan termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari skor rata-rata post-test untuk kelompok eksperimen 70,25

## 2. Perbedaan Tingkat Perilaku Asertif pada Siswa Kelompok Eksperimen (*Pretest- Posttest*)

Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan positif pada tingkat perilaku asertif siswa di kelompok eksperimen antara pre-test dan post-test

- a) Tahap Pre-Test : Kondisi awal siswa cenderung didominasi oleh perilaku pasif. Siswa sering merasa ragu untuk mengungkapkan pendapat, sulit menolak permintaan teman meskipun merasa keberatan dan lebih memilih diam untuk menghindari konflik
- b) Tahap Post-Test : Setelah mengikuti rangkaian sesi intervensi, terjadi peningkatan
- c) skor yang menempatkan siswa pada kategori asertif. Siswa kini lebih berani mengekspresikan perasaan secara jujur, mampu berkomunikasi dengan tegas namun tetap santun

Hal tersebut terbukti melalui perolehan skor rata-rata kelompok eksperimen yang mengalami peningkatan asertivitas yakni dari

skor 44,37 kategori rendah menjadi 70,25 kategori sangat tinggi.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* terhadap perilaku asertif siswa, dapat disimpulkan bahwa layanan dan teknik tersebut mampu memberikan pengaruh terhadap peningkatan perilaku asertif siswa. Hal ini ditunjukkan dari adanya perbedaan skor perilaku asertif siswa yang awalnya 44,37 menjadi 70,25 sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training*

Melalui kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* siswa memperoleh kesempatan untuk berlatih mengungkapkan pikiran dan perasaan secara terbuka, menolak dengan sopan, mempertahankan hak pribadi, mengendalikan emosi, serta menghargai hak orang lain. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* dapat menjadi salah satu alternatif yang efektif dalam membantu meningkatkan perilaku asertif siswa disekolah.

#### **5.2 Saran**

##### **a) Bagi Siswa**

Siswa diharapkan dapat menerapkan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari, seperti berani mengungkapkan pendapat, menolak dengan sopan, serta menghargai hak orang lain.

**b) Bagi Guru BK**

Guru BK diharapkan dapat menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* sebagai salah satu strategi dalam membantu meningkatkan perilaku asertif siswa

**c) Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammdiyah Sumatera Utara**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber literatur tambahan yang memperkaya pengetahuan tentang intervensi kognitif di lingkungan Program Studi BK Umsu. Peneliti berharap agar prodi ini terus mendorong penelitian terkait pendekatan konseling modern, untuk mempersiapkan mahasiswa dengan kemampuan yang sesuai dengan pengembangan masalah kesehatan mental yang semakin kompleks di zaman sekarang.

**d) Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian yang serupa dengan menggunakan metode, teknik, atau subjek penelitian yang berbeda sehingga dapat memperkaya kajian mengenai perilaku asertif siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah,&Nasution,H.S (2019).*Bimbingan konseling; Konsep,teori, dan aplikasinya*.MEDAN:LPPPI
- Alberti,R.,E and Emmons, M.,L 2017. *Your Perfect Right :Assertiveness and Equality in Your Life and Relatoinship*.USA :impact
- Ampuno,S.(2020).Perilaku asertif generasi milenial dalam perspektif prisikologi islam .JIVA :*Journal Behavoir and Mental Health*,1(1)
- Astuti,R.,& Hidayat ,F. (2022). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa SMA*. Jurnal Konseling Indonesia,11(2),112;-120
- Cawoo,D.(1997).*Manager yang asertif:Terampil mengelola karyawan dan efektif dalam komunikasi*.Jakarta:Gramedia Pustaka
- Chindy (2024).*Pengaruh kelekatan dengan orang tua terhadap perilaku asertif pada mahasiswa baru angkatan 2023*.Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
- Corey,G.(2020).*Theory and Practise of Group Conseling (10th ed)*. Boston:Cengage Learning
- Handayani,S.(2021).*Dinamika kelompok dalam pelaksanaan layanan bimbingan di sekolah*. Jurnal Konseling Pendidikan ,9(1),34-42
- Harahap,E.,K& Sumarto .(2020). *Bimbingan Konseling. Jambi* :Pustaka Ma'Arif Press
- Kamaruzzman.(2016). *Bimbingan Konseling Pontianak:Pustaka Rumah Aloy*
- Nugraha,A.,&Sari,.D.P (2022). *Pendidikan karakter dalam konteks pembelajaran abad 21. Indonesia Journal of Educational Counseling*,5 (2),88-95
- Nurani,L.,& Wahyuni,S. (2022) *Peran perilaku asertif terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA*.Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling,14 (1),40-49
- Nurihsan,A.J (2021). *Bimbingan dan Konseling :Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung : Refika Aditama
- Prayitno. (2017). *Layanan bimbingan kelompok (dasar dan profil)*. Jakarta : Ghalia Indonesia
- Rahmawati,D., & Nursalim,M. (2021). Penerapkn Teknik Assertive Training dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa SMA. *Jurnal Fokus Konseling*,7(1),22-31

- Sari,D., & Yuliani,R (2022). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Keterampilan Sosial Siswa SMA*. Jurnal Konseling Indonesia,10 (2),115-125
- Sari,M., & Putra,D. (2020). *Assertive training sebagai strategi untuk mengatasi perilaku pasif siswa SMP*.Jurnal Konseling Nusantara,8(1),11-20
- Santrock,J.W. (2020). *Adolescence* (17th ed). New York: McGraw-Hill Education.
- Yusuf,S.,&Nurihsan,J. (2021).*Landasan bimbingan dan konseling di sekolah*. Bandung:Alfabeta

## **LAMPIRAN**

## Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 01 MEDAN**  
Jln. Utama No. 170, Kel. Kota Matsum II, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara  
info@smamsamedan.sch.id Telp. 7365218

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN PEMBELAJARAN 2025/2026

Satuan Pendidikan : SMA Muhammadiyah 01 Medan	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : X-2 / Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Pengembangan Pribadi
Alokasi Waktu : 2 Jam Pelayanan (JP)/Pertemuan 1	Model dan Moda : Assertive Training, Curah Pendapat
Topik/ Materi : Meningkatkan Perilaku Asertif	Media dan Alat : Kertas dan Alat Tulis
Bidang Layanan : Pribadi- Sosial	

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1 Peserta didik dapat mengidentifikasi 3 ciri perilaku asertif 2 Peserta didik dapat membedakan perilaku asertif, pasif dan agresif 3 Peserta Didik dapat <u>mendiagnosis hambatan pribadi dalam berperilaku asertif</u>	4 Pesertadidik memilih bersikap jujur dan terbuka dalam berkomunikasi	5 Peserta didik mempraktikkan komunikasi asertif dalam situasi simulasi
<b>LANGKAH KEGIATAN</b>			
1. Pembentukan	a. Mengucapkan salam dan berdoa b. Mengapresiasikan kehadiran & Mengakrabkan anggota kelompok c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi & azas-azas bimbingan kelompok d. Guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok		
2. Peralihan	a. Guru memantau kesiapan peserta didik dalam mengikuti layanan b. Guru mengadakan ice Breaking untuk memotivasi agar anak lebih semangat c. Pesertadidik membuat komitmen untuk menjaga rahasia kelompok d. Pesertadidik berkomitmen untuk terbuka, jujur dan saling membantu		
3. Kegiatan Inti (menggunakan model : Socrates dialog)	a. <b>Experience</b> 1) Guru bertanya: 'pernahkah kalian merasa sulit menolak ajakan teman padahal kalian tidak mau? Apa yang kalian rasakan saat itu?' (curah pendapat) b. <b>Identify</b> 1) Diskusi mengenai ciri-ciri masing-masing perilaku pasif, agresif dan asertif c. <b>Analyze</b> 1) Guru membagikan lembar kasus (misal: diajak membolos atau meminjamkan uang) Peserta didik menganalisis dampak jika mereka bersikap pasif atau agresif d. <b>Generalisation</b> 1) Pesertadidik merancang kata-kata asertif untuk menolak hal negatif		
4. Pengakhiran	a. peserta didik menyimpulkan manfaat menjadi orang yang asertif b. menutup dengan doa dan salam		
<b>PENILAIAN</b>			
1. Penilaian Proses	Keseuaian program; Antusiasme peserta didik, Kebermanfaatn dan kebermaknaan kegiatan		
2. Penilaian Hasil	Understanding, Comfortable, Action		
3. Uraian lanjut	Membuat kesepakatan bersama untuk membuat pertemuan kedua		



Medan { } Februari 2026  
Peneliti

*Elsa Hari Ningsih Lubis*  
Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM 2202080055

## MATERI LAYANAN

### MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF

#### A. Pengertian Perilaku Asertif

Perilaku asertif adalah kemampuan individu untuk mengomunikasikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka secara jujur dan langsung, namun tetap dengan cara yang sopan dan menghargai hak-hak orang lain. Seringkali asertivitas disalahpahami sebagai agresivitas. Perbedaannya terletak pada penghormatan:

- Pasif: Mengorbankan diri demi orang lain.
- Agresif: Memaksakan kehendak dengan melukai orang lain.
- Asertif: Menang-menang (*Win-win solution*).

#### B. Gambaran orang yang Berperilaku Asertif

Seseorang yang asertif biasanya menunjukkan ciri-ciri komunikasi yang seimbang antara ketegasan dan empati. Berikut adalah gambarannya:

##### 1. Karakteristik Komunikasi Verbal

- 1) Terbuka dan Jujur: Mengatakan apa yang dirasakan tanpa manipulasi.
- 2) Menggunakan "I Statements": Fokus pada perasaan sendiri daripada menyalahkan (Contoh: "*Saya merasa kurang nyaman kalau...*" daripada "*Kamu selalu membuat saya...*").
- 3) Mampu Berkata "Tidak": Menolak permintaan tanpa merasa bersalah jika memang tidak sanggup.
- 4) Memberi dan Menerima Kritik: Menerima masukan dengan kepala dingin dan memberikan teguran tanpa menjatuhkan mental orang lain

##### 2. Karakteristik Non-Verbal (Bahasa Tubuh)

- 1) Kontak Mata: Menatap lawan bicara dengan tenang, bukan menantang atau menunduk.
- 2) Postur Tubuh Tegap: Menunjukkan kepercayaan diri namun tetap rileks.
- 3) Nada Suara Stabil: Suara jelas, tenang, dan tidak berteriak atau berbisik.

#### C. Dampak Perilaku Asertif yang Rendah Pada Siswa

- 1) Pribadi (Internal): Munculnya rasa rendah diri, stres karena memendam emosi, dan kecemasan yang tinggi. Siswa sering merasa tidak berdaya karena merasa tidak memiliki kontrol atas situasi yang mereka hadapi.
- 2) Sosial (Interpersonal): Siswa menjadi target empuk perundungan (*bullying*) dan sering dimanfaatkan oleh teman-temannya (menjadi *people pleaser*). Mereka kesulitan menetapkan batasan diri yang sehat.
- 3) Akademik: Menurunnya prestasi karena siswa takut bertanya atau berdiskusi. Mereka cenderung pasif di kelas dan tidak mampu menunjukkan potensi atau ide-ide cemerlang mereka kepada guru maupun rekan sekelompok



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 01 MEDAN**

Jln. Utama No. 170, Kel. Kota Matsum II, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara  
info@smamsamedan.sch.id Telp. 7365218

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK  
SEMESTER GENAP TAHUN PEMBELAJARAN 2025/2026**

Satuan Pendidikan : SMA Muhammadiyah 01 Medan	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : X-2 / Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Pengembangan Pribadi
Alokasi Waktu : 2 Jam Pelayanan (JP)/Pertemuan 1	Model dan Moda : <i>Assertive Training</i> , Curah Pendapat
Topik/ Materi : Refleksi dan Penguatan Perilaku Asertif	Media dan Alat : Kertas dan Alat Tulis
Bidang Layanan : Pribadi- Sosial	

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1. Peserta didik mampu mengingat kembali konsep perilaku asertif dan manfaatnya dalam kehidupan sehari-hari	2. PD mampu merefleksikan pengalaman pribadi terkait perilaku asertif dan menganalisis perubahan sikap yang dialami	3. PD mampu menyusun komitmen dan langkah untuk mempertahankan perilaku asertif

**LANGKAH KEGIATAN**

5. Pembentukan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) Mengucapkan salam dan berdoa</li> <li>b) Mengapresiasikan kehadiran &amp; Mengakrabkan anggota kelompok</li> <li>c) Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi &amp; azas-azas bimbingan kelompok</li> <li>d) Guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok</li> </ul>
6. Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a) PD memperkenalkan diri secara singkat</li> <li>b) Konselor menjelaskan alur kegiatan</li> <li>c) Mengaitkan materi sebelumnya (meningkatkan perilaku asertif) dengan materi hari ini</li> </ul>
7. Kegiatan Inti (menggunakan model : Socrates dialog)	<p><b>a. Experience</b> Konselor bertanya: Setelah pertemuan sebelumnya, dalam situasi apa kamu sudah mencoba bersikap asertif?</p> <p><b>B. Identify</b> bentuk perilaku asertif yang sudah diterapkan, hambatan dan perasaan setelah bersikap asertif</p> <p><b>C. analyze</b> Perubahan sikap positif yang dirasakan, situasi yang masih sulit bersikap asertif</p> <p><b>D. Evaluate</b> PD mengevaluasi sikap lama yang ingin ditinggalkan dan sikap asertif yang ingin dipertahankan</p> <p><b>E. Generalisation</b> PD menyusun 1 komitmen perilaku asertif nyata</p>
8. Pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> <li>c. peserta didik menyimpulkan manfaat menjadi orang yang asertif</li> <li>d. menutup dengan doa dan salam</li> </ul>
<b>PENILAIAN</b>	
4. Penilaian Proses	Keseuaian program; Antusiasme peserta didik, Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan
5. Penilaian Hasil	Understanding, Comfortable, Action



Medan 13 Februari 2026  
Peneliti

*Ningsih Lubis*  
Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM 2202080055

## **MATERI LAYANAN**

### **REFLEKSI DAN PENGUATAN PERILAKU ASERTIF**

#### **A. Pengertian Perilaku Asertif**

Perilaku asertif adalah kemampuan seseorang untuk menyampaikan pikiran perasaan dan kebutuhan secara jujur tegas dan sopan tanpa melanggar hak orang lain

#### **B. Ciri-Ciri Perilaku Asertif**

- 1 . Berani menyampaikan pendapat dengan bahasa yang baik
- 2 . Mampu mengatakan “tidak” tanpa merasa bersalah
- 3 . Mengungkapkan perasaan secara jujur dan terkendali
- 4 . Menghargai pendapat orang lain dan bertanggung jawab atas keputusan sendiri

#### **C. Pentingnya Perilaku Asertif Dan Refleksi**

- 1 . Lebih percaya diri
- 2 . Mampu mempertahankan pendapat yang benar
- 3 . Menyadari perubahan sikap setelah latihan asertif
- 4 . Mengevaluasi cara berkomunikasi yang sudah dilakukan

## Lampiran 2 Uji Validitas

### Uji Validitas Angket Menggunakan SPSS 25.0

	p1	p2	p3	p4	p5	p6	p7	p8	p9	p10	p11	p12	p13	p14	p15	p16	p17	p18	p19	p20	total
p1 Pearson Correlation	1	.486	.420	.089	.177	-.363	.235	-.345	.146	.072	.214	.538	-.361	.315	.096	.231	-.371	.483	.099	.196	.524
Sig. (2-tailed)		0.000	0.002	0.537	0.220	0.010	0.100	0.014	0.310	0.618	0.136	0.000	0.010	0.026	0.509	0.107	0.008	0.000	0.492	0.172	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p2 Pearson Correlation	.486	1	.437	0.196	0.256	-.424	.322	.322	0.176	.338	0.251	0.203	0.263	0.164	0.181	.327	-.421	.355	0.216	0.239	.568
Sig. (2-tailed)	0.000		0.002	0.172	0.072	0.002	0.023	0.023	0.221	0.016	0.079	0.158	0.065	0.254	0.210	0.020	0.002	0.011	0.131	0.094	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p3 Pearson Correlation	.420	.437	1	0.141	0.153	-.532	.578	-.325	0.228	0.005	.280	0.191	.308	0.088	0.253	-.354	.712	-.605	0.225	-.396	.607
Sig. (2-tailed)	0.002	0.002		0.327	0.290	0.000	0.000	0.021	0.111	0.970	0.049	0.185	0.030	0.541	0.076	0.012	0.000	0.000	0.117	0.004	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p4 Pearson Correlation	0.089	0.196	0.141	1	-.630	-.286	0.248	-0.046	.378	-0.046	.287	0.220	.338	-0.054	-0.053	-0.070	-0.097	0.228	0.086	0.159	.317
Sig. (2-tailed)	0.537	0.172	0.327		0.000	0.044	0.082	0.750	0.007	0.752	0.043	0.125	0.016	0.707	0.715	0.631	0.501	0.112	0.551	0.271	0.025
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p5 Pearson Correlation	0.177	0.256	0.153	-.530	1	0.239	0.136	0.131	0.140	0.050	.358	0.105	.366	0.137	0.093	0.186	0.080	.287	0.227	0.265	.428
Sig. (2-tailed)	0.220	0.072	0.290	0.000		0.094	0.346	0.365	0.334	0.732	0.011	0.470	0.009	0.343	0.520	0.197	0.580	0.043	0.114	0.063	0.002
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p6 Pearson Correlation	.363	.424	.532	.286	0.239	1	.664	.475	.288	0.272	.478	0.187	.309	0.035	.497	.628	.673	.645	.382	.696	.759
Sig. (2-tailed)	0.010	0.002	0.000	0.044	0.094		0.000	0.000	0.043	0.056	0.000	0.194	0.029	0.807	0.000	0.000	0.000	0.000	0.006	0.000	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p7 Pearson Correlation	0.235	.322	.578	0.248	0.136	.664	1	.341	.309	.334	.413	0.150	.412	-0.064	0.215	.288	.693	.484	.255	.348	.619
Sig. (2-tailed)	0.100	0.023	0.000	0.082	0.346	0.000		0.015	0.029	0.018	0.003	0.299	0.003	0.661	0.133	0.042	0.000	0.000	0.074	0.013	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p8 Pearson Correlation	.345	.322	.325	-0.046	0.131	.475	.341	1	-0.025	.603	.375	0.127	.776	.292	.303	.508	.604	.445	.683	.387	.685
Sig. (2-tailed)	0.014	0.023	0.021	0.750	0.365	0.000	0.015		0.863	0.000	0.007	0.380	0.000	0.040	0.032	0.000	0.000	0.001	0.000	0.009	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p9 Pearson Correlation	0.146	0.176	0.228	.378	0.140	.288	.309	-0.025	1	0.227	.353	.463	0.256	0.074	.386	0.179	0.105	.546	0.045	.329	.476
Sig. (2-tailed)	0.310	0.221	0.111	0.007	0.334	0.043	0.029	0.863		0.113	0.012	0.001	0.072	0.609	0.006	0.213	0.469	0.000	0.755	0.020	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p10 Pearson Correlation	0.072	.338	0.005	-0.046	0.050	0.272	.334	.603	0.227	1	.576	0.065	.525	0.078	0.234	.353	0.213	0.149	.380	0.096	.489
Sig. (2-tailed)	0.618	0.016	0.970	0.752	0.732	0.056	0.018	0.000	0.113		0.000	0.654	0.000	0.589	0.102	0.012	0.137	0.302	0.007	0.506	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p11 Pearson Correlation	0.214	0.251	.280	.287	.358	.478	.413	.375	.353	.576	1	0.004	.480	-0.005	.376	.463	0.266	.512	.334	.469	.647
Sig. (2-tailed)	0.136	0.079	0.049	0.043	0.011	0.000	0.003	0.007	0.012	0.000		0.517	0.000	0.975	0.007	0.001	0.061	0.000	0.018	0.001	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p12 Pearson Correlation	.538	0.203	0.191	0.220	0.105	0.187	0.150	0.127	.463	0.065	0.094	1	.288	0.143	0.230	0.119	0.133	.361	0.089	0.213	.415
Sig. (2-tailed)	0.000	0.158	0.185	0.125	0.470	0.194	0.299	0.380	0.001	0.654	0.517		0.042	0.321	0.109	0.405	0.358	0.010	0.538	0.138	0.003
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p13 Pearson Correlation	.361	0.263	.308	.338	.366	.309	.412	.776	0.256	.525	.480	.288	1	.308	.289	.291	.410	.545	.624	.335	.730
Sig. (2-tailed)	0.010	0.065	0.030	0.016	0.009	0.029	0.003	0.000	0.072	0.000	0.000	0.042		0.030	0.042	0.041	0.003	0.000	0.000	0.017	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p14 Pearson Correlation	.315	0.164	0.088	-0.054	0.137	0.035	-0.064	.292	0.074	0.078	-0.005	0.143	.308	1	0.053	0.140	0.235	0.227	0.293	0.102	.315
Sig. (2-tailed)	0.026	0.254	0.541	0.707	0.343	0.807	0.661	0.040	0.609	0.589	0.975	0.321	0.030		0.715	0.332	0.101	0.112	0.076	0.482	0.026
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p15 Pearson Correlation	0.095	0.181	0.253	-0.053	0.093	.497	0.215	.303	.386	0.234	.376	0.230	.289	0.053	1	.576	.356	.647	.343	.745	.580
Sig. (2-tailed)	0.509	0.210	0.076	0.715	0.520	0.000	0.133	0.032	0.006	0.102	0.007	0.109	0.042	0.715		0.000	0.011	0.000	0.015	0.000	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p16 Pearson Correlation	0.231	.327	.354	-0.070	0.186	.628	.288	.508	0.179	.353	.463	0.119	.291	0.140	.576	1	.487	.528	.694	.725	.687
Sig. (2-tailed)	0.107	0.020	0.012	0.631	0.197	0.000	0.042	0.000	0.213	0.012	0.001	0.409	0.041	0.332	0.000		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p17 Pearson Correlation	.371	.421	.712	-0.097	0.080	.673	.693	.604	0.105	0.213	0.266	0.133	.410	0.235	.356	.487	1	.667	.398	.561	.699
Sig. (2-tailed)	0.008	0.002	0.000	0.501	0.580	0.000	0.000	0.000	0.469	0.137	0.061	0.358	0.003	0.101	0.011	0.000		0.000	0.004	0.000	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p18 Pearson Correlation	.493	.355	.605	0.226	.287	.645	.484	.445	.546	0.148	.512	.361	.545	0.227	.647	.526	.667	1	.337	.745	.824
Sig. (2-tailed)	0.000	0.011	0.000	0.112	0.043	0.000	0.000	0.001	0.000	0.382	0.000	0.010	0.000	0.112	0.000	0.000	0.000		0.017	0.000	0.000
N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
p19 Pearson Correlation	0.099	0.216	0.225	0.227	.382	0.255	.693	0.045	.380	.334	0.089	.624	0.253	.343	.694	.398	.337	1	.577	.630	
Sig. (2-tailed)	0.482	0.131	0.117	0.551	0.114	0.006	0.074	0.000	0.755	0.007	0.018	0.538	0.000	0.076	0.0						

### Lampiran 3 Instrumen Penelitian

#### INSTRUMEN PENELITIAN

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan yang disusun untuk menilai tingkat perilaku asertif diri Anda saat ini. Silahkan berikan tanda centang pada pilihan jawaban yang tersedia. Tidak ada jawaban benar atau salah, yang terpenting adalah kesesuaian diri Anda. Semua informasi yang Anda berikan bersifat pribadi dan dirahasiakan, serta tidak akan berpengaruh pada nilai Anda.

Terimakasih atas kerja sama dan partisipasi Anda.

#### Keterangan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS: Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya berani menyampaikan pendapat saya di depan teman				
2	Saya mampu mengungkapkan perasaan saya dengan jujur				
3	Saya sering menyimpan pendapat saya sendiri				
4	Saya lebih memilih diam walaupun sebenarnya tidak setuju				
5	Saya dapat menolak permintaan teman jika saya tidak sanggup				
6	Saya bisa mengatakan “tidak” dengan cara yang baik				
7	Saya berani menolak ajakan yang tidak sesuai dengan saya				
8	Saya sering menerima permintaan orang lain walaupun keberatan				
9	Saya merasa tidak enak jika menolak permintaan teman				
10	Saya berani membela diri jika diperlakukan tidak adil				
11	Saya mampu menyampaikan kebutuhan saya kepada orang lain				

12	Saya menjaga hak saya dalam berinteraksi dengan orang lain				
13	Saya membiarkan orang lain menentukan keputusan untuk saya				
14	Saya sering mengalah meskipun dirugikan				
15	Saya mampu tetap tenang saat menghadapi masalah				
16	Saya dapat mengendalikan emosi saat marah				
17	Saya sulit menahan emosi saat menghadapi konflik				
18	Saya menghargai pendapat orang lain				
19	Saya memberi kesempatan orang lain untuk berbicara				
20	Saya sering memaksakan pendapat saya kepada orang lain				

### Lampiran 4 Hasil Pre Test dan Post Test

#### HASIL PRE-TEST

<b>Na ma</b>	<b>P 1</b>	<b>P 2</b>	<b>P 3</b>	<b>P 4</b>	<b>P 5</b>	<b>P 6</b>	<b>P 7</b>	<b>P 8</b>	<b>P 9</b>	<b>P 10</b>	<b>P 11</b>	<b>P 12</b>	<b>P 13</b>	<b>P 14</b>	<b>P 15</b>	<b>P 16</b>	<b>P 17</b>	<b>P 18</b>	<b>P 19</b>	<b>P 20</b>	<b>T ot al</b>
<b>E1</b>	1	2	2	4	1	3	3	1	1	1	2	3	1	1	1	2	3	3	4	3	<b>42</b>
<b>E2</b>	2	2	2	1	2	3	2	1	1	1	1	3	1	1	1	1	3	3	4	3	<b>38</b>
<b>E3</b>	2	1	2	2	1	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	<b>47</b>
<b>E4</b>	1	1	1	2	1	3	2	1	1	2	3	1	2	3	3	2	2	3	3	4	<b>41</b>
<b>E5</b>	4	3	2	2	3	2	2	3	1	3	2	3	4	3	2	3	2	4	3	3	<b>54</b>
<b>E6</b>	2	2	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	<b>47</b>
<b>E7</b>	1	2	1	4	1	2	4	3	2	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	4	<b>44</b>
<b>E8</b>	2	2	2	2	1	3	4	1	1	1	2	1	2	4	1	2	1	3	3	4	<b>42</b>

**Keterangan :**

E : Eksperimen

**HASIL POST-TEST**

<b>Na ma</b>	<b>P 1</b>	<b>P 2</b>	<b>P 3</b>	<b>P 4</b>	<b>P 5</b>	<b>P 6</b>	<b>P 7</b>	<b>P 8</b>	<b>P 9</b>	<b>P 10</b>	<b>P 11</b>	<b>P 12</b>	<b>P 13</b>	<b>P 14</b>	<b>P 15</b>	<b>P 16</b>	<b>P 17</b>	<b>P 18</b>	<b>P 19</b>	<b>P 20</b>	<b>T ot al</b>	
<b>E1</b>	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	<b>73</b>
<b>E2</b>	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	<b>73</b>
<b>E3</b>	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	<b>69</b>
<b>E4</b>	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	<b>71</b>
<b>E5</b>	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	<b>76</b>
<b>E6</b>	3	2	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	<b>64</b>
<b>E7</b>	3	3	3	1	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	<b>68</b>
<b>E8</b>	3	4	4	1	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	<b>68</b>

**Keterangan**

E : Eksperimen

## Lampiran 5 Pedoman Wawancara

### PEDOMAN WAWANCARA

1. Berdasarkan pengamatan Bapak, bagaimana kondisi perilaku asertif siswa disekolah ini (misalnya dalam mengungkapkan pendapat atau menolak ajakan teman)?
2. Apa saja bentuk perilaku yang menunjukkan siswa belum bersikap asertif?
3. Menurut Bapak, apakah siswa mengalami kesulitan dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan secara terbuka?
4. Bagaimana dampak kurangnya perilaku asertif terhadap interaksi sosial atau kegiatan belajar siswa?
5. Bagaimana pandangan Bapak,terhadap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa?
6. Menurut Bapak, apakah teknik *Assertive Training* relevan dan efektif diterapkan untuk membantu meningkatkan perilaku asertif siswa?

## Lampiran 6 Pedoman Observasi

### PEDOMAN OBSERVASI

#### A. Observasi Awal (Pra-Layanan)

No	Aspek yang Diamati	Catatan Hasil Pengamatan
1	Suasana lingkungan sekolah	
2	Ketersediaan Fasilitas BK	
3	Perilaku siswa dalam berinteraksi (keberanian mengungkapkan pendapat, sikap pasif/diam)	

#### B. Observasi Proses Layanan 1 dan 2

No	Aspek yang Diamati	Catatan Hasil Pengamatan
1	Respon Kognitif kemampuan siswa memahami konsep perilaku asertif yang dijelaskan	
2	Reaksi Psikomotor keberanian siswa dalam mempraktikkan perilaku asertif (misalnya role play)	
3	Respon Verbal keaktifan siswa dalam mengungkapkan pendapat, perasaan dan pengalaman	
4	Dinamika Kelompok kerja sama, saling menghargai, dan dukungan antar anggota kelompok	

#### C. Observasi Akhir (Pasca Layanan)

No	Aspek yang Diamati	Catatan Hasil Pengamatan
1	Kemampuan mengungkapkan pendapat secara terbuka	
2	Kemampuan menolak dengan sopan	
3	Kemampuan mempertahankan hak diri dan menghargai orang lain.	

## Lampiran 7 Laporan Pelaksanaan Layanan

### LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK SEMESTER GENAP TAHUN AJARAN 2025/2026

Jenis Layanan	Layanan Bimbingan Kelompok
Bidang Layanan	Pribadi- Sosial
Topik/Tema Layanan	Meningkatkan Perilaku Asertif melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i>
Kelas/Semester	X2/ Genap
Tujuan	Peserta didik mampu meningkatkan perilaku asertif yang meliputi kemampuan mengungkapkan pikiran dan perasaan secara terbuka, menolak dengan sopan, mempertahankan hak pribadi, mengendalikan emosi serta menghargai hak orang lain.
Uraian Pelaksanaan	
Uraian Kegiatan yang Telah Dilaksanakan	Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan selama 45 menit dengan menggunakan <i>Assertive Training</i> . Peneliti memberikan penjelasan mengenai perilaku asertif, kemudian melatih siswa melalui kegiatan simulasi dan role play seperti mengungkapkan pendapat, menolak ajakan teman secara sopan, serta mempertahankan hak pribadi. Siswa diberikan kesempatan untuk berlatih secara langsung dan berdiskusi mengenai pengalaman mereka. Peneliti memberikan umpan balik agar siswa memahami pentingnya perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari
Hasil yang Diperoleh (eksperimen)	Peserta didik mulai menunjukkan peningkatan dalam keberanian mengungkapkan pendapat, mampu menolak ajakan secara sopan, serta lebih mampu mengendalikan emosi. Sebagian besar siswa terlihat lebih percaya diri dan memahami pentingnya menghargai hak diri sendiri dan orang lain.
Kesimpulan yang didapat (analisis)	Penggunaan teknik tersebut dalam layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan perilaku asertif siswa, yang ditunjukkan dengan adanya perubahan sikap menjadi lebih berani, terbuka dan menghargai orang lain
Tindak Lanjut Kegiatan (Generalisasi)	Peneliti melakukan pemantauan dan memberikan penguatan lanjutan kepada siswa agar perilaku asertif dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di lingkungan sosial



Medan 13 Februari 2026  
Peneliti

Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM 2202080055

**LAPORAN PELAKSANAAN BIMBINGAN KELOMPOK**  
**SEMESTER GENAP TAHUN AJARAN 2025/2026**

Jenis Layanan	Layanan Bimbingan Kelompok
Bidang Layanan	Pribadi- Sosial
Topik/Tema Layanan	Refleksi dan Penguatan Perilaku Asertif melalui Layanan Bimbingan Kelompok
Kelas/Semester	X2/ Genap
Tujuan	Peserta didik mampu merefleksikan pengalaman yang telah di peroleh serta memperkuat perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengungkapkan pendapat, menolak dengan sopan, dan menghargai hak orang lain.
Uraian Pelaksanaan	
Uraian Kegiatan yang Telah Dilaksanakan	Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan selama 45 menit dengan kegiatan refleksi dan penguatan perilaku asertif. Peneliti mengajak siswa untuk mengingat kembali materi dan pengalaman selama mengikuti layanan sebelumnya. Siswa diminta berbagi pengalaman terkait perubahan yang dirasakan, kemudian dilakukan diskusi kelompok mengenai manfaat perilaku asertif. Selanjutnya, peneliti memberikan penguatan melalui contoh situasi sehari hari dan mengajak siswa membuat komitmen untuk menerapkan perilaku asertif secara konsisten. Kegiatan diakhiri dengan penyampaian kesan dan pesan dari siswa
Hasil yang Diperoleh (eksperimen)	Peserta didik mampu mengungkapkan pengalaman dan perubahan yang dirasakan setelah mengikuti layanan. Siswa menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai perilaku asertif serta kesiapan untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian besar siswa tampak lebih percaya diri dan terbuka dalam berkomunikasi
Kesimpulan yang didapat (analisis)	Kegiatan refleksi dan penguatan dalam layanan bimbingan kelompok membantu memperdalam pemahaman siswa serta memperkuat perilaku asertif yang telah dilatihkan sebelumnya. Siswa menjadi lebih yakin dan konsisten dalam menerapkan perilaku asertif
Tindak Lanjut Kegiatan (Generalisasi)	Peneliti memberikan penguatan akhir dan mendorong siswa untuk menerapkan perilaku asertif secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, Peneliti melakukan pemantauan secara umum melalui kegiatan bimbingan selanjutnya serta memberikan dukungan apabila masih terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam menerapkan perilaku asertif



Medan 13 Februari 2026  
Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Elsa", with a stylized flourish at the end.

Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM 2202080055

## Lampiran 8 Verbatim

### LAPORAN VERBATIM BIMBINGAN KELOMPOK PERTEMUAN 1

**Topik** : Meningkatkan Perilaku Asertif  
**Peserta** : Iqbal, Vahri, Gilang, Davina, Jessica, Chira, Velia  
**PK** : Konselor

#### Tahap Pembentukan

**PK:** "Selamat pagi semuanya, terima kasih sudah menyempatkan hadir di ruang BK hari ini."

**Iqbal:** "Pagi, Kak!"

**Gilang:** "Pagi juga, Kak."

**PK:** "Sebelum kita mulai diskusi seru hari ini, mari kita berdoa dulu agar kegiatan ini bermanfaat. Iqbal, tolong pimpin ya."

**Iqbal :** "Baik Kak. Teman-teman, sebelum mulai mari kita berdoa menurut agama masing-masing. Berdoa mulai... Selesai."

**PK:** "Terima kasih Iqbal. Nah, hari ini kita akan melakukan Bimbingan Kelompok. Ada yang sudah tahu apa tujuannya?"

**Nafisa:** "Biar bisa berbagi masalah dan cari solusi bareng-bareng ya, Kak?"

**PK:** "Tepat sekali, Nafisa. Di sini kita akan bahas satu topik penting. Aturannya: semua bebas berpendapat, saling menghargai, dan yang paling penting, apa yang kita bicarakan di sini tidak boleh diceritakan ke luar. Rahasia kita bersama. Setuju?"

**Semua Anggota:** "Setuju, Kak!"

---

#### Tahap Peralihan

**PK:** "Kakak lihat ada yang masih tegang nih. Coba kita *ice breaking* sebentar ya. Kalau Kakak bilang 'Pagi', tepuk satu kali. Kalau 'Siang', dua kali. Kalau 'Malam', jangan tepuk."

*(Kegiatan ice breaking berlangsung selama 5 menit)*

**Vahri:** "Wah, hampir aja saya tepuk pas Kakak bilang Malam, hahaha."

**Jessica:** "Iya, Vahri nggak fokus tuh."

**PK :**"Sekarang kita masuk ke tahap inti. Sebelum itu, apakah ada yang merasa ragu atau belum siap mengikuti kegiatan?"

**Chira:** "Saya agak takut salah bicara, Kak"

**PK :** "Terima kasih sudah jujur, Chira. Di sini tidak ada jawaban benar atau salah. Semua bebas menyampaikan pendapat. Apakah sudah siap kita lanjutkan?"

**"Anggota:**  
"Siap."

### **Tahap Kegiatan**

**PK :** "Topik kita hari ini adalah **perilaku asertif**. Menurut kalian, apa itu asertif?"

**Jessica:** "Berani menyampaikan pendapat tapi tetap sopan."

**PK:** "Betul. Nah, siapa yang pernah sulit menolak permintaan teman?"

**Velia:** "Saya, Kak. Saya sering nggak enakan."

**PK:** "Apa yang biasanya kamu rasakan setelah menuruti?"

**Velia:** "Capek dan kesal sendiri."

**PK :** "Itu tanda kita belum asertif. Ada pengalaman lain?"

**Nafisa:**"Saya takut dibilang jahat kalau nolak"

**PK :** "Asertif bukan berarti jahat. Sekarang kita latihan. Misalnya teman mengajak menyontek. Bagaimana menolak secara asertif? Iqbal?"

**Iqbal:**"Makasih, tapi saya mau mengerjakan sendiri."

**PK :** "Bagus. Gilang?"

**Gilang:**"Maaf, aku nggak bisa. Aku nggak nyaman."

**PK:** “Itu contoh yang tepat. Vahri, apa manfaat bersikap asertif menurutmu?”

**Vahri:** “Supaya kita lebih percaya diri dan nggak dimanfaatkan”.

**PK :** “Tepat. Davina, bagaimana perasaanmu saat menyampaikan pendapat secara jujur?”

**Davina:** “Awalnya takut, tapi setelah itu lega”

**PK:** “Itu hal yang wajar. Asertif perlu latihan dan keberanian, Nah selanjutnya kita praktek mengenai jika ada temennya yang meminjam uang, nafisa dan Iqbal coba praktekkan

**Nafisa:** "Bal, boleh minta tolong nggak? Gue butuh banget nih 50 ribu buat bayar iuran kelas, tapi uang saku aku ketinggalan. Boleh pinjam dulu?"

**Iqbal:** "Waduh Naf, gimana ya..."

**Nafisa:** "Plis lah Bal, besok langsung aku ganti pas bokap kasih uang jajan. Kau kan sahabat ku yang paling baik."

**Iqbal:** "Naf, jujur aja ya, bukannya gue nggak mau bantu. Tapi uang yang di dompet ku ini pas banget buat ongkos pulang sama beli bensin sore nanti. Kalau aku pinjem, aku nggak bisa pulang. Jadi maaf ya, kali ini aku nggak bisa bantu."

**Nafisa:** "Yaelah Bal, masa nggak ada simpanan lain?"

**Iqbal:** "Beneran nggak ada, Naf. Coba deh tanya Velia atau Chira, siapa tahu mereka ada lebih. Maaf ya."

**PK:** "Keren! Tepuk tangan buat semuanya. Nah, dari dua contoh tadi, apa yang kalian amati dari cara Gilang dan Iqbal menolak?"

**Chira:** "Mereka berdua pakai kata 'Maaf' tapi suaranya tetap tegas, Kak. Nggak plin-plan."

**Velia:** "Terus mereka kasih alasan yang masuk akal. Jadi yang ngajak atau yang pinjem juga nggak bisa maksa lagi."

**Jessica:** "Tapi Kak, kalau yang minjem uang itu maksa terus gimana? Kayak kasus Nafisa tadi kan dia sempat nanya simpanan lain."

**PK:** "Pertanyaan bagus, Jess. Kalau orangnya maksa, kita gunakan teknik 'piringan hitam rusak'. Ulangi saja jawaban yang sama dengan nada yang tetap tenang sampai dia bosan sendiri. Jangan terpancing marah."

**Davina:** "Berarti asertif itu juga soal menjaga batas diri kita ya, Kak? Biar kita nggak rugi sendiri."

**PK:** "Tepat sekali, Davina. Kita bertanggung jawab atas kenyamanan diri kita sendiri. Kalau kita nggak bisa menghargai diri sendiri dengan berkata 'tidak', orang lain juga bakal susah menghargai kita."

**Vahri:** "Ternyata asertif itu butuh latihan ya, Kak. Awalnya pasti kaku banget."

**PK:** "Betul, Vahri. Itulah kenapa kita di sini belajar bersama. Semakin sering kalian mencoba bicara jujur tentang apa yang kalian rasakan, semakin mudah nantinya."

### **Tahap Pengakhiran**

**PK :**"Kita sudah sampai di akhir kegiatan. Sebelum ditutup, sebutkan satu hal yang kalian pelajari hari ini."

**Chira:**"Berani bilang tidak itu penting."

**Jessica:** "Asertif beda dengan agresif."

**Velia:** "Saya boleh memikirkan diri sendiri."

**Nafisa:** "Mengungkapkan perasaan itu tidak salah."

**PK:** "Sangat baik. Semoga kalian bisa menerapkan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari. Terima kasih atas keikutsertaannya."

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

**Anggota Kelompok :** Wa'alaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh.

**LAPORAN VERBATIM BIMBINGAN KELOMPOK**

**PERTEMUAN 2**

**Topik** : Refleksi dan Penguatan Perilaku Asertif  
**Peserta** : Iqbal, Vahri, Gilang, Davina, Velia, Nafisa, Chira, Jessica  
**PK** : Peneliti

**Tahap Pembentukan**

**PK:** "Selamat siang semuanya. Senang sekali melihat wajah-wajah kalian lagi. Hari ini kita berkumpul untuk merefleksikan materi asertif yang sudah kita pelajari sebelumnya. Tujuannya agar ilmu itu nggak cuma di kepala, tapi jadi kebiasaan. Sudah siap?"

**Semua Anggota :** " Siapp Kak..”

**Tahap Peralihan**

**PK:** "Sebelum kita bedah satu-satu, ada yang masih merasa bingung atau ragu nggak buat mempraktekkan perilaku asertif di kehidupan sehari-hari?"

**Gilang:** "Sedikit ragu sih Kak, takut dibilang sok tegas."

**Velia:** "Kalau aku lebih ke takut dianggap nggak kompak lagi sama geng."

**PK:** "Wajar sekali. Itu namanya hambatan internal. Nah, sekarang mari kita masuk ke inti diskusi kita hari ini untuk memperkuat keyakinan kalian."

**Tahap Kegiatan**

**PK:** "Kita mulai refleksinya. Apa satu hal dari materi kemarin yang paling mengubah cara pandang kalian? Kita mulai dari Davina."

**Davina:** "Refleksi saya adalah soal 'self-worth'. Kemarin Kakak bilang kalau kita asertif, kita sedang menghargai diri sendiri. Saya sadar selama ini saya nggak sayang sama diri sendiri karena selalu bilang 'iya' padahal hati saya nolak."

**Nafisa:** "Kalau saya refleksi ke teknik *I-Message*. Saya baru sadar kalau selama ini saya kalau nolak orang itu fokusnya nyalahin orang lain, makanya sering ribet. Sekarang saya belajar fokus ke perasaan saya sendiri."

**Jessica:** "Saya merefleksikan bagian 'Hak Asertif'. Ternyata saya punya hak untuk tidak memberikan alasan yang panjang lebar saat menolak. Dulu saya harus buat alasan palsu sampai ribet sendiri."

**Vahri:** "Saya mau nambahin, Kak. Saya refleksi ke hambatan saya yang takut dibilang nggak setia kawan. Setelah materi kemarin, saya mikir: kalau teman beneran, harusnya dia hargai kejujuran saya, bukan malah jauhkan saya."

**Chira:** "Kalau saya refleksinya buat ngerem sifat agresif saya. Ternyata asertif itu nggak perlu teriak atau galak. Dengan tenang pun, pesan kita bisa sampai. Itu yang lagi saya latihan terus."

**PK:** "Luar biasa refleksinya. Iqbal, Gilang, Velia, ada tambahan?"

**Iqbal:** "Saya sudah coba ke teman yang mau nyontek tadi pagi, Kak. Rasanya lega banget pas bisa nolak tanpa berantem."

**Gilang:** "Refleksi saya, asertif itu ternyata investasi jangka panjang buat kesehatan mental kita sendiri supaya nggak gampang *burnout* urusin orang lain."

**Velia:** "Sama Kak, saya mulai belajar kalau 'Tidak' adalah kalimat yang lengkap. Nggak perlu ditambah bumbu-bumbu bohong."

### Tahap Pengakhiran

**PK:** "Teman-teman, tidak terasa kita sudah di penghujung sesi. Karena ini adalah pertemuan kedua sekaligus terakhir dalam rangkaian bimbingan kelompok tema asertivitas ini, saya ingin kita semua merangkum apa yang akan kita bawa pulang ke kehidupan sehari-hari."

**Iqbal:** "Kalau dari saya, dua pertemuan ini bikin saya sadar kalau jadi orang baik itu nggak harus jadi 'keset' buat orang lain. Saya pulang dengan rasa percaya diri baru buat bilang 'nggak' kalau memang beban saya sudah penuh."

**Vahri:** "Sama, Kak. Kesan saya, kelompok ini bikin saya merasa nggak sendirian. Ternyata kalian semua juga punya ketakutan yang sama. Itu bikin saya lebih berani buat berubah."

**Gilang:** "Makasih juga buat teman-teman. Jujur, materi tentang pasif-agresif kemarin benar-benar nampar saya. Mulai besok, saya komitmen buat lebih jujur di depan daripada ngedumel di belakang."

**Velia:** "Kalau aku, kesan paling mendalam itu pas latihan *roleplay*. Ternyata mempraktekkan langsung itu beda banget sama cuma baca teori. Aku merasa lebih siap menghadapi teman-temanku yang agak 'pemaksa'."

**Davina:** "Aku merasa lebih ringan sekarang. Kayak ada beban yang lepas karena aku tahu sekarang aku punya 'hak' untuk menolak tanpa harus merasa berdosa."

**Nafisa:** "Terima kasih Kak Elsa dan semuanya. Aku jadi belajar kalau asertif itu bukan soal egois, tapi soal batasan yang sehat. Aku bakal terus pakai teknik *I-Message* yang kita pelajari"

**Jessica:** "Aku juga. Kesanku, bimbingan ini santai tapi ngena banget. Aku nggak akan lagi buat alasan palsu kalau mau nolak ajakan teman. Jujur itu lebih simpel."

**"Chira:** "Terakhir dari aku, maaf ya kalau selama ini aku bicaranya terlalu gas pol. Dari sesi ini aku belajar kalau asertif itu lebih elegan daripada agresif. Aku komitmen buat lebih tenang kalau menyampaikan pendapat.

**"PK:** "Terima kasih banyak atas keterbukaan kalian semua. Melihat perubahan sudut pandang kalian dari pertemuan pertama sampai sekarang membuat saya bangga. Ingat, bimbingan ini mungkin berakhir di sini, tapi perjalanan kalian untuk jadi pribadi asertif baru saja dimulai.

**"Iqbal:** "Kita bakal kangen sesi curhat kayak gini, Kak.

**"PK:** "Saya juga. Tapi saya yakin kalian sudah punya 'bekal' yang cukup. Sebelum kita benar-benar bubar, mari kita saling memberikan apresiasi berupa tepuk tangan untuk diri kita sendiri."

*(Semua anggota bertepuk tangan dengan ceria)*

**PK:** "Baiklah, sesi bimbingan kelompok ini resmi saya tutup. Semoga sukses dengan komitmen barunya, jaga diri baik-baik, dan sampai jumpa di kesempatan lain. Selamat siang!

**"Semua Anggota:** "Selamat siang, Kak! Terima kasih banyak!"

Lampiran 9 Dokumentasi

DOKUMENTASI

	
<p>FOTO BERSAMA GURU BK</p>	<p>FOTO BERSAMA</p>
	
<p>BKP PERTEMUAN 1</p>	<p>BKP PERTEMUAN 1</p>
	
<p>BKP PERTEMUAN 2</p>	<p>BKP PERTEMUAN 2</p>

## Lampiran 10 K1



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
Jl. KaptenMukhtarBasri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238  
Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

FORM K-1

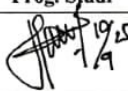

Kepada : Yth Ketua/ Sekretaris  
Program Studi Dimbingan dan Konseling  
FKIP UMSU

Perihal : **PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI**

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK=3,77

Persetujuan Ket./ Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan Fakultas
	Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan	
	Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Humanistik untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan	
	Pengaruh Keikutsertaan Ekstrakurikuler Terhadap Tingkat Stress Akademik Terhadap Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 10 September 2025  
Hormat Pemohon,



Elsa Hari Ningsih Lubis

Keterangan:

Dibuat Rangkap 3 :  
- Untuk Dekan/Fakultas  
- Untuk Ketua/ Seketaris Program Studi  
- Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

## Lampiran 11 K2



MAJLIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
Jalan Kapten Mukti Burhan No. 1 Medan 20218 Telp. 061 6622400 Fax. 22 23 38  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

Form : K-2

Kepada Yth : Bapak/Ibu Ketua & Sekretaris  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
FKIP UMSU

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Elsa Hari Ningsih Lubis  
N P M : 2202080055  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi  
sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

**Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam  
Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan**

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak/Ibu :  
Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd. *U/1/25*  
Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan  
selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu saya ucapkan terima  
kasih.

Medan, 10 September 2025  
Hormat Pemohon,

Elsa Hari Ningsih Lubis

Keterangan:

Dibuat Rangkap 3 : -Untuk Dekan/Fakultas  
-Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi  
-Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

## Lampiran 12 K3



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
Jln. Mukthar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 2071/II.3-AU/UMSU-02/F/2025  
Lamp : ---  
Hal : Pengesahan Proyek Proposal  
Dan Dosen Pembimbing

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis  
N P M : 2202080055  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Prilaku *Asertif* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan

Pembimbing : Uli Makmun Hasibuan, S.Pd.,M.Pd.

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa taluwarsa tanggal : 10 September 2026

Medan, 19 Rabiul Awwal 1447 H  
10 September 2025 M



Dibuat rangkap 5 (lima) :  
1. Fakultas (Dekan)  
2. Ketua Program Studi  
3. Dosen Pembimbing  
4. Mahasiswa Yang Bersangkutan  
**WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



## Lampiran 13 Berita Acara Bimbingan Proposal



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umstu.ac.id> E-mail: [fkip@umstu.ac.id](mailto:fkip@umstu.ac.id)



### BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Nama Mahasiswa : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
13 oktober	Perbaikan Latar belakang, rumusan masalah dan tujuan penelitian	
18 oktober	Penambahan sub indikator perilaku asertif	
11 november	Penambahan sumber data terbaru pada sub <i>assertive training</i>	
20 november	mempertajam design penelitian	
25 november	Perbaikan pada tabel kisi-kisi instrumen Perilaku asertif	
9 desember	ACC diseminarkan.	

Medan, 9 Desember 2025

Diketahui oleh:  
Ketua Prodi

M. Faūzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.

Dosen Pembimbing

Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

## Lampiran 14 Berita Acara Seminar



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)



**BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL**

Pada hari Sabtu, tanggal 13 Desember 2025 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis  
 NPM : 2202080055  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.

No.	Masukan dan Saran
Judul	
Bab I	Memperbaiki bagian identifikasi masalah
Bab II	Mendetailkan kerangka konseptual
Bab III	
Lainnya	Memperbaiki struktur penulisan
Kesimpulan	<input checked="" type="checkbox"/> Disetujui <span style="margin-left: 100px;"><input type="checkbox"/> Ditolak</span> <input type="checkbox"/> Disetujui dengan adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dosen Pembimbing

Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Panitia Pelaksana,

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris Program Studi

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

## Lampiran 15 Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
Jln. Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 2071/II.3-AU/UMSU-02/F/2025  
Lamp : ---  
Hal : Pengesahan Proyek Proposal  
Dan Dosen Pembimbing

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis  
N P M : 2202080055  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan Prilaku *Asertif* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan

Pembimbing : Uli Makmun Hasibuan, S.Pd.,M.Pd.

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 10 September 2026

Medan, 19 Rabiul Awwal 1447 H  
10 September 2025 M



Assalam  
Dip. H. Syamsyurnita, M.Pd.  
NIDN : 0004066701

Dibuat rangkap 5 (lima) :  
1. Fakultas (Dekan)  
2. Ketua Program Studi  
3. Dosen Pembimbing  
4. Mahasiswa Yang Bersangkutan  
**WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



## Lampiran 16 Surat Keterangan Bebas Pustaka



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**PERPUSTAKAAN**

Terakreditasi A Berdasarkan Ketetapan Perpustakaan Nasional Republik Indonesia No. 00059/LAP-PT-IX.2018

Pusat Administrasi : Jalan Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 66224567

NPP. 1271202D1090003 <http://perpustakaan.umsu.ac.id> [perpustakaan@umsu.ac.id](mailto:perpustakaan@umsu.ac.id) [perpustakaan.umsu.ac.id](http://perpustakaan.umsu.ac.id)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 00979/KET/II.3-AU/UMSU-P/M/2026

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Berdasarkan hasil pemeriksaan data pada Sistem Perpustakaan, maka Kepala Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan ini menerangkan :

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis  
 NPM : 2202080055  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Jurusan/ P.Studi : Bimbingan Konseling

telah menyelesaikan segala urusan yang berhubungan dengan Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan.

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, *13 Ramadhan 1447 H*  
 02 Maret 2026 M

Kepala Perpustakaan,



Dr. Muhammad Arifin, M.Pd.

## Lampiran 17 Surat Izin Riset



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/SK/BAN-PT/IAK KP/PT/XU/2022

Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 6622400 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6631003

<https://fkip.umsu.ac.id> [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id) [umsu](#) [umsu](#) [umsu](#) [umsu](#)

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila terdapat surat ini agar diarahkan nomor dan tanggalnya

Nomor	: 108/II.3-AU/UMSU-02/F/2026	Medan, 23	Rajab	1447 H
Lamp	: ---	12	Januari	2026 M
Hal	: Mohon Izin Riset			


Kepada : Yth, Bapak/ Ibu Kepala  
SMA Muhammadiyah 1 Medan  
di  
Tempat


Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari. Sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka dengan ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama	: Elsa Hari Ningsih Lubis
NPM	: 2202080055
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling
Judul	: Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> dalam Meningkatkan Prilaku <i>Asertif</i> Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan


Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.





**Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd**  
NIDN 0004066701

\*\* Penting \*\*






## Lampiran 18 Surat Balasan Sekolah



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH DAN PNF  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
**SMA MUHAMMADIYAH 1 MEDAN**

Alamat : Jalan Utama No. 170 Medan      Telepon : 061-7365218  
NPSN : 10210909      Akreditasi : A  
NSS : 304076001043      Website : WWW.Smamsamedan.sch.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN**

Nomor : 093/KET/III.4-AU/ F/2026

Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 1 Medan Kecamatan Medan Area Kelurahan Kotamatsum II Propinsi Sumatera Utara, maka dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis

NPM : 2202080055

Judul Skripsi : ***Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam meningkatkan Prilaku Asertif Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.***

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Nomor : 108/II.3-AU/UMSU-02/F/2026 tanggal 12 Januari 2026 perihal mohon izin Riset maka dengan ini benar nama tersebut diatas diizinkan melaksanakan Riset di SMA Muhammadiyah 1 Medan.

Demikianlah surat keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

*Nashruun minallah wa fathuun qoriib.*

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*



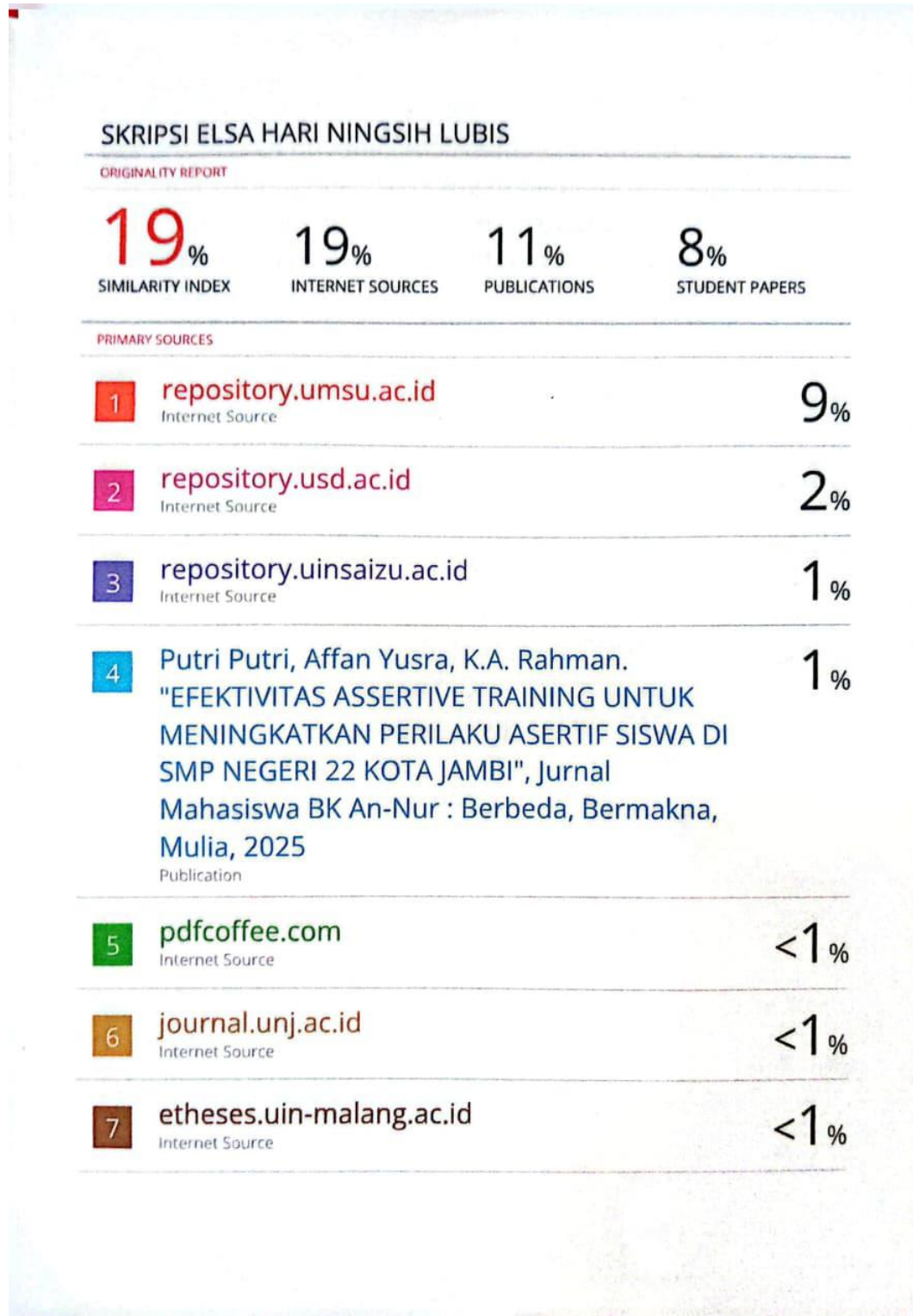
**Lampiran 19 Daftar Riwayat Hidup****DAFTAR RIWAYAT HIDUP****Data Pribadi**

Nama : Elsa Hari Ningsih Lubis  
NPM : 2202080055  
Tempat/ Tgl Lahir : Medan, 08 September 2004  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Status : Belum Menikah  
Agama : Islam  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Alamat : Jln. Belat No. 73  
No HP : 0831-9448-3430  
Email : elsalubis057@gmail.com  
Anak Ke : 1 Dari 2 Bersaudara  
Nama Orang Tua  
Ayah : Hariyanto Lubis  
Ibu : Cut Faridah  
Alamat : Jln. Belat No. 73 Medan

**Pendidikan**

- 1 . SD Swasta Pahlawan Nasional Medan
- 2 . SMP Swasta Pahlawan Nasional Medan
- 3 . SMK Negeri 1 Medan
- 4 . Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

## Lampiran 20 Turnitin



8	Annisa Ul Khusna, Arri Handayani, Gregorius Rahastono Ajie. "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Terhadap Kemandirian Belajar", <i>Pedagogik: Jurnal Pendidikan</i> , 2020 Publication	<1%
9	Submitted to UIN Raden Intan Lampung Student Paper	<1%
10	e-journal.unipma.ac.id Internet Source	<1%
11	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1%
12	Fitrinaldi Fitrinaldi, Khairi Rosadi, Faridl M. Husain, Taufik Hidayat, Desi Rahmatina, Encik Abdulhajar. "Pengaruh Penggunaan CAD atau CAM terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran CNC", <i>Khidmat: Journal of Community Service</i> , 2024 Publication	<1%
13	Submitted to IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Student Paper	<1%
14	id.scribd.com Internet Source	<1%
15	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	<1%

- |    |   |     |
|----|---|-----|
| 8  | Annisa Ul Khusna, Arri Handayani, Gregorius Rahastono Ajie. "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Terhadap Kemandirian Belajar", <i>Pedagogik: Jurnal Pendidikan</i> , 2020<br>Publication   | <1% |
| 9  | Submitted to UIN Raden Intan Lampung<br>Student Paper   | <1% |
| 10 | e-journal.unipma.ac.id<br>Internet Source   | <1% |
| 11 | repository.uin-suska.ac.id<br>Internet Source   | <1% |
| 12 | Fitrinaldi Fitrinaldi, Khairi Rosadi, Faridl M. Husain, Taufik Hidayat, Desi Rahmatina, Encik Abdulhajar. "Pengaruh Penggunaan CAD atau CAM terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran CNC", <i>Khidmat: Journal of Community Service</i> , 2024<br>Publication | <1% |
| 13 | Submitted to IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung<br>Student Paper  | <1% |
| 14 | id.scribd.com<br>Internet Source  | <1% |
| 15 | Submitted to Universitas Muria Kudus<br>Student Paper   | <1% |

24	data-sekolah.zekolah.id Internet Source	<1 %
25	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III Student Paper	<1 %
26	repository.iainpare.ac.id Internet Source	<1 %
27	repositori.umsu.ac.id Internet Source	<1 %
28	repositori.uma.ac.id Internet Source	<1 %
29	repository.uinjambi.ac.id Internet Source	<1 %
30	repository.umy.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes  On

Exclude matches  Off

Exclude bibliography  On