

**PENINGKATAN KEBERANIAN SISWA BERBICARA DALAM
DISKUSI KELAS MENGGUNAKAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* PADA
SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 1 NATAR
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

(Skripsi)

Oleh

FERRY ADI RUSMANA



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2018**

ABSTRAK

PENINGKATAN KEBERANIAN SISWA BERBICARA DALAM DISKUSI KELAS MENGGUNAKAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* PADA SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 1 NATAR TAHUN PELAJARAN 2017/2018

Oleh

FERRY ADI RUSMANA

Masalah penelitian ini adalah rendahnya keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui peningkatan keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dengan teknik *assertive training*. Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimen* dengan desain *pretest posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 20 siswa yang memiliki keberanian berbicara yang beragam. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik observasi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keberanian berbicara dengan teknik *assertive training*, hal ini ditunjukkan dari peningkatan keberanian berbicara sebesar 27,35% dan hasil analisis data dengan menggunakan *paired sample t-test*, diperoleh $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($16,522 > 2,086$) maka, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya terdapat peningkatan keberanian berbicara dalam diskusi kelas dengan teknik *assertive training*.

Kata kunci : *assertive training*, konseling kelompok, keberanian berbicara.

ABSTRACT
THE IMPROVEMENT OF STUDENTS' COURAGEOUSNESS TO SPEAK
IN CLASS DISCUSSION USING GROUP CONSCIENTS USING
ASSERTIVE TRAINING TECHNIQUES ON VII GRADE STUDENTS AT
SMP NEGERI 1 NATAR ACADEMIC YEAR 2017/2018

By

FERRY ADI RUSMANA

The problem of this research is the courageousness of students to speak in a class discussion. The purpose of this research is to find out the improvement of students' courage to speak in class discussion using assertive training technique. This research used quasi experimental method with pretest posttest design. The subjects of this research were 20 students with different willingness to speak. Observation technique was used to collect the data. Data analysis technique used in this research was paired sample t-test. The result of the research shows that there is an improvement of speaking courageousness using assertive training technique, it is shown from the improvement of speaking courage 27,35% and result of data analysis using paired sample t-test, obtained t count $>$ t table ($16.522 > 2.086$) then, H_0 is rejected and H_a is accepted, which means that there is an improvement in the courageousness to speak in a class discussions using assertive training techniques.

Keywords: assertive training, group counseling, courageousness to speak.

**PENINGKATAN KEBERANIAN SISWA BERBICARA DALAM
DISKUSI KELAS MENGGUNAKAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* PADA
SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 1 NATAR
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

Oleh

FERRY ADI RUSMANA

Skripsi

**Sebagai salah satu syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan dan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2018**

Judul Skripsi

: **PENINGKATAN KEBERANIAN SISWA
BERBICARA DALAM DISKUSI KELAS
MENGUNAKAN KONSELING KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING*
PADA SISWA KELAS VIIDI SMP NEGERI 1
NATAR TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

Nama Mahasiswa

: ***FERRYADI RUSMANA***

Nomor Pokok Mahasiswa

: 1343052004

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Jurusan

: Ilmu Pendidikan

Fakultas

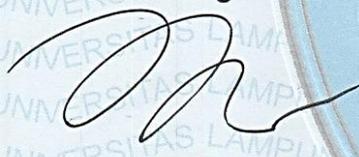
: Keguruan dan Ilmu Pendidikan

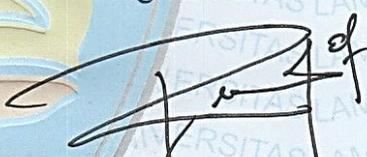
MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing

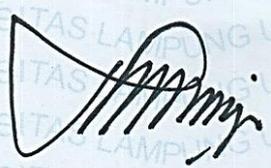
Pembimbing Utama

Pembimbing Pembantu


Dr. Syarifuddin Dahlan, M. Pd.
NIP 19591110 198603 1 005


Redi Eka Andriyanto, M. Pd., Kons.
NIP 19810123 200604 1 003

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan


Dr. Riswanti Rini, M. Si.
NIP 19600328 198603 2 002

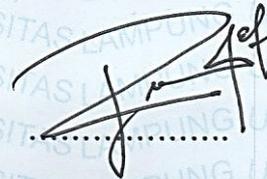
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd.



Sekretaris : Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons.



**Penguji
Bukan Pembimbing** : Drs. Muswardi Rosra, M.Pd.



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dr. H. Muhammad Fusa, M. Hum

NIP. 19590722 198603 1 003

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 2 Februari 2018

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ferry Adi Rusmana
Nomor Pokok Mahasiswa : 1343052004
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “PENINGKATAN KEBERANIAN SISWA BERBICARA DALAM DISKUSI KELAS MENGGUNAKAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* PADA SISWA KELAS VII DI SMP NEGERI 1 NATAR TAHUN PELAJARAN 2017/2018” adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2017. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 2 Februari 2018
Yang menyatakan,



Ferry Adi Rusmana
NPM 1343052004

RIWAYAT HIDUP



Penulis lahir tanggal 21 Agustus 1995 di Desa Kandangan, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur, adalah anak pertama dari 3 bersaudara dari Bapak Mujiono dan Ibu Rustini.

Penulis menempuh pendidikan formal : SD Negeri 5 Merak Batin, SD 1 Bumisari, dan SD 4 Natar lulus tahun 2007; SMP Negeri 1 Natar lulus tahun 2010; kemudian melanjutkan ke SMA Negeri 1 Natar lulus tahun 2013. Pada tahun 2013, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Universitas Lampung pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Jurusan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling. Tahun 2016 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sendang Rejo, kecamatan Sendang Agung, kabupaten Lampung Tengah dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMA Negeri 1 Sendang Agung, dan melakukan penelitian di SMP Negeri 1 Natar.

SANWACANA

Puji Syukur kehadirat ALLAH SWT, atas segala nikmat dan karunia-NYA sehingga dapat terselesainya skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Skripsi yang berjudul “Peningkatan Keberanian Siswa Berbicara Dalam Diskusi Kelas Menggunakan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 1 Natar Tahun Pelajaran 2017/2018”. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peranan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Muhammad Fuad, M. Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku ketua program studi bimbingan dan konseling yang telah banyak membimbing, memberikan saran, dan masukannya kepada penulis.
4. Bapak Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., selaku pembimbing akademik sekaligus pembimbing utama yang telah banyak membimbing, memberikan saran, dan masukannya kepada penulis.

5. Bapak Redi Eka Andriyanto, S.Pd., M.Pd. Kons., selaku pembimbing pembantu yang selalu membimbing dan membantu penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Drs. Muswardi Rosra, M.Pd., selaku dosen pembahas yang telah banyak memberikan saran dan masukan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA telah banyak memberikan pelajaran yang begitu berharga selama perkuliahan, terimakasih para pahlawanku, pahlawan tanpa tanda jasa.
8. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
9. Bapak Machwanto, S.Pd., selaku kepala SMP Negeri 1 Natar, dan Ibu Ratnasari, S.Pd. selaku guru Bimbingan Konseling, serta siswa dan staff tata usaha SMP Negeri 1 Natar yang bersedia membantu penulis dalam mengadakan penelitian ini.
10. Sahabat-sahabatku, Amos, Itong, Cukai, Kiting, Siwong, Kijon, Heny, Bela, Shirta, yang selalu memberikanku asupan semangat, do'a, dukungan, dan nasehat. Terima kasih untuk segalanya.
11. Sahabat Kampusku, Anton, Sul, Akmal, Dandy, Biner, Agusdin, Tisna, Ade, Yayu, Bela, Restu, Ay, yang kurang lebih 4 tahun sudah menemaniku dalam keadaan suka dan duka. Terima kasih untuk kebersamaan kita yang indah, tidak akan terlupakan. Kalian keluargaku.

12. Kakak Tingkat, Bang Leo, Bang Iman, Bang Fikri, Bang Ikhwan, Bang Awan, Bang Lukman, Bang Rico, Bang Nico, Bang Dimas yang selalu membantu dan memberi nasihat yang terbaik. Terima kasih Bang.
13. Sahabat-sahabat seperjuanganku Bimbingan dan Konseling 2013, Riska, Alya, Catur, Fitri, Risa, Berty, Mala, Wulan, Maya, Hestina, Ica, Khairum, Sindy, Ela, Puspita, Budi, Febriono, Rian terima kasih kawan.
14. Adik tingkat Bimbingan dan Konseling.
15. Almamaterku tercinta

Terimakasih atas bantuan, dukungan, kerjasama, dan kebersamaan selama ini pernah terjalin. Semoga ALLAH SWT senantiasa memberikan kita kebahagiaan di dunia maupun di akhirat kelak. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kesempurnaan, dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua. Aamiin

Bandar Lampung, 2 Februari 2018
Penulis

Ferry Adi Rusmana

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmnirrahim..

Dengan penuh rasa syukur kepada ALLAH SWT atas terselesainya skripsi ini, kupersembahkan karya kecilku ini kepada :

Teristimewa untuk Ayahandaku Mujiono dan Ibundaku Rustini yang sudah memberikan yang terbaik dan mengorbankan segalanya demi anak-anaknya. Terimakasih AYAH dan terimakasih EBO.

Kedua Adikku, Andre Ridho Rusmana dan Resky Cintya Mawarni yang senantiasa mendukung kakak dan mendo'akan kakak,

Keluarga besarku yang senantia memberi motivasi untuk terus mencapai cita-citaku.

Almamaterku tercinta.

Motto

*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan,
sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*

(QS. Al-Insyirah 5-6)

“If You don’t take risks, you can’t create a future”

- One Piece -

*Ketika engkau terpikir untuk menyerah di tengah perjuanganmu,
ingatlah orang yang ingin engkau bahagiakan*

- Gisthi Gandari-

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	i
DAFTAR GAMBAR	iii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR LAMPIRAN	v
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
1. Latar Belakang	1
2. Identifikasi Masalah	5
3. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan Penelitian Dan Kegunaan	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Kegunaan Penelitian	6
C. Ruang Lingkup Penelitian	7
1. Ruang Lingkup Ilmu	7
2. Ruang Lingkup Objek	7
3. Ruang Lingkup Subjek	7
4. Ruang lingkup Wilayah	7
5. Ruang Lingkup Waktu	7
D. Kerangka Pikir	8
E. Hipotesis	11
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Keberanian	12
1. Pengertian Keberanian.....	12
2. Ciri-ciri Keberanian.....	13
3. Bentuk Keberanian	15
B. Berbicara	17
1. Pengertian Berbicara	17
2. Tujuan Berbicara	18
3. Fungsi Berbicara	18
4. Jenis-jenis Berbicara	12
5. Prinsip Berbicara	21
6. Faktor internal keberanian berbicara dalam diri siswa.....	21
7. Tahap-tahap dalam Berbicara.....	22
C. Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i>	
1. Konseling Kelompok.....	23
a. Pengertian dan Tujuan Konseling Kelompok	23
b. Azas dan Komponen dalam Konseling Kelompok	26

c. Tahapan Konseling Kelompok.....	29
2. Teknik <i>Assertive Training</i>	32
a. Pendekatan <i>Behavioral</i>	32
b. Teknik <i>Assertive Training</i> dalam Bimbingan dan Konseling	33
c. Perilaku Asertif	35
d. Pengertian <i>Assertive Training</i>	36
e. Tujuan <i>Assertive Training</i>	37
f. Tahapan Pelaksanaan <i>Assertive Training</i>	38
D. Meningkatkan Keberanian Berbicara dengan Teknik	
<i>Assertive Training</i>	39
III. METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	42
B. Variabel Penelitian	44
C. Definisi Operasional Variabel	45
D. Subjek Penelitian	46
E. Teknik Pengumpulan Data	46
Observasi	47
F. Uji Persyaratan Instrumen Penelitian	50
1. Uji Validitas Instrumen	51
2. Uji Reliabilitas Instrumen	52
G. Teknik Analisis Data	52
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil penelitian	54
1. Gambaran Subjek Penelitian sebelum diberikan	
perlakuan layanan konseling kelompok.....	54
2. Deskripsi data.....	56
3. Pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan kelompok.....	58
4. Data hasil penelitian.....	79
5. Analisis data hasil penelitian	122
6. Uji Hipotesis	123
B. Pembahasan	124
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	128
B. Saran	128

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 alur kerangka pikir	11
Gambar 3.1 <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	44
Gambar 4.1 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara sebelum diberi perlakuan <i>assertive training</i> dan sesudah diberi perlakuan <i>assertive training</i>	82
Gambar 4.2 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara AAF	84
Gambar 4.3 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara AP	86
Gambar 4.4 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara AF	88
Gambar 4.5 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara DAP	90
Gambar 4.6 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara DY	92
Gambar 4.7 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara DK.....	94
Gambar 4.8 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara DSM.....	96
Gambar 4.9 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara DE	98
Gambar 4.10 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara EP.....	100
Gambar 4.11 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara FAY	102
Gambar 4.12 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara IM	104
Gambar 4.13 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara MFA.....	106
Gambar 4.14 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara NN.....	108
Gambar 4.15 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara NPS	110
Gambar 4.16 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara NAP	112
Gambar 4.17 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara ODS	114
Gambar 4.18 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara ORR	116
Gambar 4.19 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara PNK	118
Gambar 4.20 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara YLT.....	120
Gambar 4.21 Grafik peningkatan keberanian siswa berbicara ZAB	122

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kreteria keberanian siswa berdasarkan Observasi	50
Tabel 3.2 Rentang Koefisien Reliabilitas Observasi	52
Tabel 4.1 Data subjek	55
Tabel 4.2 Kriteria tingkat keberanian berbicara.....	56
Tabel 4.3 hasil <i>pretest</i>	57
Tabel 4.4 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Konseling <i>assertive training</i> n	58
Tabel 4.5 hasil <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> keberanian siswa berbicara	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kisi-kisi observasi penelitian	133
2. Lembar observasi	134
3. Hasil uji ahli (<i>judgment expert</i>)	135
4. Hasil uji coba reliabilitas.....	139
5. Modul pelaksanaan <i>assertive training</i>	143
6. Hasil <i>pretest</i>	167
7. Hasil <i>posttest</i>	168
8. Uji Normalitas.....	169
9. Perhitungan <i>paired sampel t-test</i>	170
10. Tabel harga kritis distribusi t.....	171
11. Dokumentasi kegiatan <i>assertive training</i>	172
12. Surat keterangan telah penelitian	175

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa mencari jati diri sehingga ia memiliki sikap yang terlalu tinggi dalam menilai dirinya atau sebaliknya. Masa remaja adalah masa yang mempunyai karakteristik tersendiri. Kebiasaan, harapan, tuntutan, cita-cita, kebutuhan, minat dan segala pola hidupnya serta diwarnai oleh idealisme yang tinggi. Perubahan dalam banyak aspek terjadi, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial.

Sekolah dapat membawa berbagai persoalan dalam dirinya. Mereka menghadapi “persoalan identitas”, mereka kurang tahu siapa sebenarnya diri mereka, apa yang mampu dikerjakan, dimana keterbatasan dalam dirinya, kearah mana ia berjalan, dimana tempatnya dalam masyarakat, apa tuntutan masyarakat jika ia berdiri pada suatu tempat tertentu. Sehingga remaja memikul tugas dan tanggungjawab yang disebut sebagai tugas-tugas perkembangan, antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik dengan pria maupun wanita (Hurlock, 2004:209). Pada siswa yang tidak berhasil menguasai tugas perkembangannya, tidak dapat memenuhi harapan-harapan tersebut, maka dapat menimbulkan akibat yang kurang baik dalam perkembangan kepribadian siswa tersebut.

Sukardi (2008:52) menjelaskan secara umum tujuan penyelenggaraan bantuan pelayanan bimbingan dan konseling adalah berupaya membantu siswa menemukan pribadinya, dalam hal mengenai kekuatan dan kelemahan dirinya, serta menerima dirinya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut. Untuk mencapai tujuan tersebut, bidang bimbingan mencakup seluruh upaya bantuan yang meliputi bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir.

Peneliti mengambil bidang bimbingan sosial untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan sosial mereka, berani mengemukakan pendapatnya dan percaya diri, serta membantu siswa mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi budi pekerti luhur, tanggung jawab kemasyarakatan. Karena dalam agama semua siswa diajarkan bahwa kedudukan setiap orang adalah sama di mata Tuhan yang menciptakan setiap siswa dengan kelebihan dan kelemahan masing-masing.

Siswa memandang sekolah sebagai lembaga yang dapat mewujudkan cita-cita mereka. Sekolah didirikan untuk membantu keluarga dalam mengarahkan pertumbuhan dan perkembangan anak agar menjadi siswa seutuhnya. Dalam pelaksanaan pendidikan dan pengajaran di sekolah masih banyak siswa yang mengalami berbagai macam hambatan dalam belajar. Untuk mengatasi berbagai kesulitan atau hambatan belajar, siswa

sering kali memerlukan bimbingan orang lain. Salah satu hambatan yang sering dihadapi siswa adalah kurangnya keberanian untuk berbicara.

Rasa percaya diri usia remaja merupakan hal yang penting, karena pada saat itu siswa harusnya sudah tidak mudah terpengaruh, yakin akan pendapatnya, tidak tergantung pada orang lain, benar akan semua tindakannya, yakin akan setiap pengambilan keputusan dan yakin akan kemampuannya. Kepercayaan diri sendiri adalah sumber potensi utama seseorang dalam hidupnya. Jika seseorang sudah tidak lagi percaya diri, misalnya tidak percaya akan cita-cita hidupnya dan keputusan-keputusan yang diambilnya serta tidak percaya akan potensi dan segala kemungkinan dari dirinya, maka hilanglah seluruh sumber potensi diri mereka (Jannah: 2006:10).

Beberapa masalah yang sering muncul di beberapa sekolah khususnya di sekolah SMP Negeri 1 Natar, setelah penulis melakukan observasi penelitian pendahuluan di kelas VII SMP Negeri 1 Natar pada saat sedang dilaksanakannya kegiatan diskusi kelas dan penulis juga melakukan wawancara terhadap guru BK di sekolah ternyata masalah yang sering muncul, salah satunya yaitu siswa cenderung pasif saat pembelajaran, khususnya untuk mengemukakan pendapatnya pada saat diskusi kelas, siswa cenderung tidak berani mengemukakan pendapatnya, siswa pendiam sehingga sulit untuk diajak berdiskusi atau tanya jawab dalam kegiatan pembelajaran, siswa lebih percaya kemampuan temannya dari

pada kemampuan dirinya sendiri sehingga siswa tidak berani berpendapat atau berbicara dalam diskusi kelas.

Masalah ini sangat penting untuk di selesaikan, karena jika siswa tidak berani berbicara di dalam diskusi kelas siswa akan terhambat untuk mengembangkan potensi yang dia miliki dan bakat yang dia miliki tidak timbul. Siswa juga akan mendapat nilai yang cenderung rendah karena nilai keaktifan dalam kelas juga rendah. Salah satu tugas guru BK adalah membantu siswa dalam mengembangkan potensi secara optimal. Peran guru BK sangat penting untuk memberikan rancangan layanan bimbingan bagi siswa yang memerlukannya, baik layanan individual maupun kelompok sesuai kebutuhan siswa.

Guru BK dapat memberikan layanan konseling kelompok dan menggunakan teknik-teknik dalam konseling, salah satunya yaitu teknik *assertive training*. Menurut Walter (Purwanta, 2012:165) latihan asertif (*assertive training*) adalah prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih dan mendorong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu. Menurut Corey (2009:214) latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas.

Saat berbicara diperlukan sikap yang dapat mengomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain yang disebut sikap asertif. Sikap dan perilaku asertif sangat berpengaruh dalam membina hubungan baik dengan orang lain, sehingga dapat menambah pengetahuan yang mungkin belum diketahui yang dapat menunjang prestasi akademik khususnya maupun non akademik umumnya dan bermanfaat bagi hubungan sosial.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Peningkatan keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas menggunakan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018”. Sehingga diharapkan secara optimal siswa dapat mengalami perubahan dan mencapai peningkatan yang positif setelah mengikuti kegiatan *assertive training*.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalahnya yaitu:

- a. Siswa kurang aktif saat diskusi kelas.
- b. Siswa tidak berani berbicara pada diskusi kelas karena takut salah.
- c. Siswa malu jika teman-temannya menertawainya karena salah bicara.
- d. Siswa tidak memiliki tekad dan keyakinan saat berbicara dalam diskusi kelas.

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada pembatasan masalah diatas, maka masalah pada penelitian ini adalah “kurangnya keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas”.

Adapun permasalahannya adalah “Apakah keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dapat ditingkatkan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*?”

Sehubungan dengan masalah yang telah penulis rumuskan tersebut, maka penulis merumuskan judul skripsi dalam penelitian ini sebagai berikut: “Peningkatan keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas menggunakan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018”

B. Tujuan Penelitian dan Kegunaan

1. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai peneliti dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan keberanian berbicara dalam diskusi kelas menggunakan teknik *Assertive Training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan tahun pelajaran 2017/2018.

2. Kegunaan Penelitian

- a. Kegunaan secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya bidang

keilmuan bimbingan dan konseling tentang penggunaan teknik *assertive training* dalam meningkatkan keberanian berbicara siswa.

- b. Kegunaan secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan untuk guru Bimbingan dan Konseling untuk menyelesaikan permasalahan keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas menggunakan Konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training*.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah:

1. Ruang Lingkup Ilmu

Ruang lingkup penelitian ini adalah konsep keilmuan bimbingan dan konseling.

2. Ruang Lingkup Objek

Objek penelitian ini adalah sejauh mana keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training*.

3. Ruang Lingkup Subjek

Subjek penelitian ini adalah 22 orang siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan.

4. Ruang Lingkup Wilayah

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah di SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan.

5. Ruang Lingkup Waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun ajaran 2017/2018.

D. Kerangka Pikir

Menurut Sugiyono (2012:60), kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya keberanian berbicara siswa.

Keberanian berbicara sangat dibutuhkan oleh siswa untuk meningkatkan kemampuan berdiskusi mereka, bahkan keberanian berbicara sangat dibutuhkan untuk meningkatkan nilai dalam hal aktif dalam pembelajaran. Jika keberanian berbicara siswa rendah, bisa saja siswa akan kesulitan untuk memahami pelajaran karena siswa takut untuk bertanya, dan akhirnya siswa tidak mengerti tentang materi pembelajaran.

Agar bisa berbicara, siswa juga memerlukan adanya sikap asertif, yaitu mengemukakan pendapat dengan tepat sehingga tidak menyinggung lawan bicaranya, dan pembicaraan pun akan berlangsung dengan efektif. Alvonco (2014:13) Seorang yang asertif akan berani menyampaikan pendapat atau isi pikirannya tanpa ada kekhawatiran bahwa apa yang ia sampaikan tidak akan diterima oleh orang lain atau akan direndahkan oleh orang lain atau menimbulkan pertentangan/permusuhan berkepanjangan. artinya, siswa yang memiliki keberanian berbicara yang baik dapat membantu siswa lebih percaya diri, tidak takut untuk mengemukakan pendapat, sehingga dapat membantu siswa mengembangkan potensinya dan juga memiliki hubungan sosial yang baik pula. Namun sebaliknya, siswa yang memiliki keberanian berbicara yang rendah akan cenderung

tidak percaya diri, cemas, selalu mengalah, dan dikhawatirkan akan terjadi masalah yang lebih kompleks.

Berdasarkan itu, peneliti disini berupaya untuk meningkatkan keberanian berbicara siswa. Dalam hal ini, Prayitno (1994) menjelaskan bimbingan dan konseling sangat berperan dalam membantu meningkatkan perkembangan peserta didik di sekolah baik dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karier.

Bimbingan dan konseling memiliki berbagai layanan untuk mengoptimalkan perkembangan siswa dan membantu siswa memecahkan masalahnya, salah satunya adalah keberanian berbicara yang rendah, diantaranya layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, konseling individu, konseling kelompok, bimbingan kelompok, konsultasi, dan mediasi.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi siswa, kebutuhan siswa, maka peneliti memilih menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Seperti yang diungkapkan Corey (2009:215) *assertive training* (latihan asertif) merupakan penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui simulasi presentasi, disini siswa belajar mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa

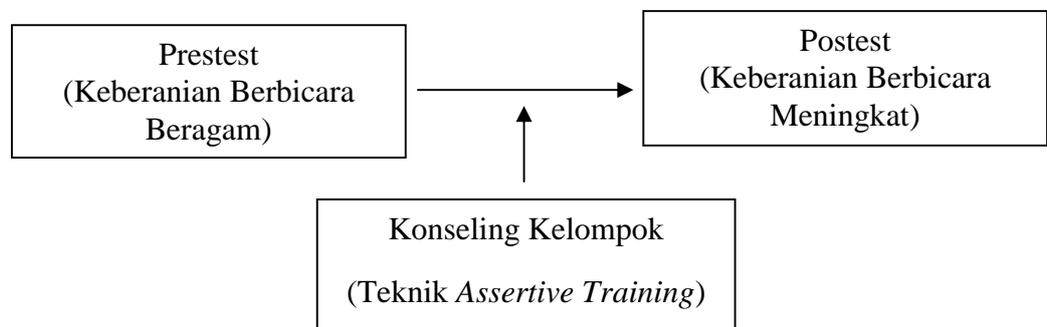
mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu. Sehingga siswa yang memiliki keberanian berbicara yang rendah akan dilatih melalui simulasi presentasi untuk berani mengungkapkan atau menegaskan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka dengan lebih terbuka tanpa khawatir orang lain akan menolak atau menilai rendah.

Seperti hasil penelitian dari Arzia Purita dan Sumedi Nugraha (2015) dan Oktavisa (2015) bahwa terdapat peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal setelah dilakukannya asertif training pada siswa SMP kelas VIII. Hal ini juga didukung oleh penelitian Marini (2008) dan Rian Pratama (2014) bahwa terdapat peningkatan rasa percaya diri dengan menggunakan teknik asertif training. Penelitian terbaru dari Muttakin dan Heryana (2016) juga mengungkapkan bahwa ada peningkatan keberanian berbicara setelah diberikan latihan asertif pada siswa SMA kelas X. Selanjutnya didukung oleh penelitian Novianti (2015) tentang perilaku asertif pada remaja awal. penelitian dari Fitri Ramadhani (2014) juga mengungkapkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan mengungkapkan pendapat pada siswa SMA setelah diberikan latihan asertif.

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwa teknik *assertive training* merupakan latihan yang diberikan dengan melatih siswa untuk berani, percaya diri dalam menegaskan apa yang dirasakan dan apa yang dipikirkan sehingga siswa memiliki keberanian berbicara yang baik.

Variabel *independen* dalam penelitian ini adalah (teknik *assertive training*) dan variabel *dependen* (keberanian berbicara). Kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa rendahnya keberanian berbicara siswa diharapkan dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training*.

Atas dasar konsepsi ini, maka alur kerangka pikir dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar 1.1 sebagai berikut:



Gambar 1.1 Alur Kerangka Pikir

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan uraian rumusan masalah diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dapat ditingkatkan dengan menggunakan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2017/2018.

Hipotesis statistiknya adalah:

Ha : Keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dapat ditingkatkan dengan menggunakan Teknik *Assertive Training*.

Ho : Keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas tidak dapat ditingkatkan dengan menggunakan Teknik *Assertive Training*.

II. TINJAUAN PUSTAKA

Tinjauan pustaka merupakan teori-teori yang relevan yang dapat digunakan untuk menjelaskan variabel yang akan diteliti. Berdasarkan ruang lingkup permasalahan yang diteliti, peneliti disini akan membahas mengenai, keberanian, berbicara, dan teknik *assertive training*.

A. Keberanian

1. Pengertian Keberanian

Keberanian menurut Indra (2010:34) bahwa, keberanian adalah suatu sikap untuk berbuat sesuatu dengan tidak terlalu merisaukan kemungkinan-kemungkinan buruk. Sedangkan didalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Berani adalah mempunyai hati yang mantap dan rasa percaya diri yang besar dalam menghadapi bahaya, kesulitan, dan sebagainya; tidak takut (gentar, kecut). Hal ini sejalan dengan Peter Irons (2003:124), “Keberanian adalah suatu tindakan memperjuangkan sesuatu yang dianggap penting dan mampu menghadapi segala sesuatu yang dapat menghalanginya karena percaya kebenarannya”.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa keberanian adalah suatu sikap untuk memperjuangkan apa yang dianggap penting dengan rasa penuh percaya diri dan keyakinan yang kuat. Jika di kaitkan

dengan proses pembelajaran, maka keberanian akan sangat dibutuhkan untuk keaktifan dalam proses pembelajaran.

2. Ciri-ciri Keberanian

Menurut Peter Irons (2003:128) ciri-ciri keberanian yaitu:

- a. Adanya tekad
- b. Percaya diri
- c. Konsistensi
- d. Optimisme

- a. Adanya tekad

Menurut bahasa, tekad berarti kehendak atau kemauan yang pasti untuk melakukan sesuatu, maka dari itu diperlukan tekad dalam keberanian. Jika sudah didasari tekad yang bulat maka segala sesuatu yang kita lakukan akan kita lakukan dengan sungguh-sungguh.

- b. Percaya diri

Percaya diri sangat diperlukan untuk sebuah keberanian, karena percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan.

- c. Konsistensi

Adalah kata sifat yang bermakna tidak berubah-ubah, taat asas, komit, berpegang teguh pada pendirian, dan tidak plin-plan. Seorang yang berani harus konsisten pada apa yang ia lakukan, maka dari itu konsisten termasuk dalam ciri-ciri keberanian.

d. Optimisme

Adalah sebuah sikap atau pandangan positif seseorang terhadap suatu hal yang digambarkan dengan ciri-ciri berkeyakinan kuat, gembira, dan adanya harapan yang tinggi akan sebuah hasil yang maksimal di masa yang akan datang.

Dari ciri umum keberanian diatas dapat disimpulkan bahwa a) Adanya tekad, orang yang berani mempunyai tekad yang kuat untuk memperjuangkan apa yang dianggap benar. b) Percaya diri, percaya diri juga sangat dibutuhkan untuk keberanian, khususnya keberanian berbicara. c) Konsistensi, orang yang berani harus konsisten akan keberaniannya tersebut. d) Optimis, orang yang berani harus optimis terhadap apa yang ia perjuangkan.

3. Bentuk Keberanian

Peter Irons (2003:131) Seseorang perlu memiliki suatu keberanian, adapun 5 bentuk keberanian yang harus dimiliki, yaitu:

- a. Berani memimpin dan melakukan hal yang besar
 - b. Berani berubah
 - c. Berani fokus pada keyakinan
 - d. Berani mengambil resiko
 - e. Berani menang
- a. Berani memimpin dan melakukan hal yang besar

Berani bermimpi adalah sebuah keberanian yang sangat besar. Jika bermimpi besar saja seseorang sudah tidak berani, mana mungkin orang tersebut bisa menghasilkan hal-hal yang spektakuler. Tetapi

setelah memiliki mimpi yang besar, seseorang harus berani melakukan hal-hal yang besar pula untuk mewujudkan mimpinya tersebut.

b. Berani berubah

Berubah, itu mudah dikatakan tetapi sulit dilakukan. Sebab sudah kodratnya manusia selalu senang berada di zona nyaman. Tapi kalau Anda ingin maju dan berprestasi besar, maka Anda harus berani berubah meninggalkan zona nyaman Anda.

c. Berani fokus pada keyakinan

Mungkin lingkungan atau teman-teman memandang Anda secara negatif, tapi satu hal yang tidak boleh hilang pada diri sendiri. Kalau Anda tetap fokus pada keyakinan Anda bahwa Anda bisa meraih sesuatu yang hebat, apapun hambatannya tidak akan bisa menghalangi Anda.

d. Berani mengambil resiko

Kalau anda ingin berprestasi hebat, kalau Anda ingin mengukir sejarah, Anda harus menjadi pribadi yang berani mengambil resiko.

e. Berani menang

Ada manusia yang tidak hanya takut gagal, tetapi juga takut menang. Ciri-ciri mereka adalah sebagai berikut:

- 1) Mereka tidak berani mengambil tantangan
- 2) Mereka tidak berani mengambil peluang yang muncul

- 3) Mereka merasa tidak mampu
- 4) Mereka menganggap diri mereka sendiri sebagai orang yang tidak layak.

Berdasarkan teori diatas dapat disimpulkan bahwa keberanian adalah suatu sikap untuk memprjuangkan apa yang dianggap penting dengan rasa penuh percaya diri dan keyakinan yang kuat. Dimana keberanian memiliki dua jenis, yaitu fisik dan moral, kedua ini memiliki ikatan yang sangat kuat sehingga tidak dapat dipisahkan. Untuk menumbuhkan rasa keberanian menurut Peter Irons terdiri dari lima bentuk diantaranya yaitu berani memimpin dan melakukan hal yang besar, berani berubah, berani fokus pada keyakinan, berani mengambil resiko, dan berani untuk menang.

B. Berbicara (*speaking*)

1. Pengertian Berbicara

Menurut Tarigan (2009:23) berbicara adalah kemampuan mengucapkan bunyi-bunyi artikulasi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan, serta menyampaikan pikiran, gagasan, dan perasaan. Sedangkan menurut Aleka dan Achmad (2010:54) berbicara adalah keterampilan berbahasa yang bersifat produktif. Berbicara adalah penyampaian pikiran atau perasaan kepada orang lain melalui ujaran, yaitu menyampaikan pikiran perasaan kepada orang lain dengan lisan (Suhendra dan Supinah, 1992). Sedangkan menurut Nurgiantoro (2001) berbicara adalah aktivitas berbahasa kedua yang

dilakukan manusia dalam kehidupan berbahasa, yaitu setelah aktivitas mendengarkan.

Dari teori diatas dapat disimpulkan bahwa berbicara adalah suatu ungkapan kata-kata, atau pendapat yang ada dalam pikiran untuk dikeluarkan atau disampaikan dari kumpulan beberapa kata yang membentuk sebuah kalimat.

2. Tujuan Berbicara:

Menurut Tarigan (2009:26) tujuan dari berbicara yaitu untuk bersosial, berekspresif, beritual, dan untuk instrumental. Sedangkan Gorys keraf dalam St. Y. Slamet dan Amir (1996:98) mengemukakan tujuan berbicara diantaranya adalah untuk meyakinkan pendengaran, menghendaki tindakan atau reaksi fisik pendengar, menghendaki tindakan atau reaksi fisik pendengar, memberitahukan dan menyenangkan para pendengar.

Dapat disimpulkan bahwa tujuan berbicara adalah untuk tujuan sosial, berekspresif, meyakinkan, dan memberi kabar. Berbicara juga menghendaki adanya reaksi dari pendengar atau untuk dapat berinteraksi dengan orang di sekitar.

3. Fungsi Berbicara

Berbicara sebagai salah satu keterampilan berbahasa menurut Tarigan (2009:32) mempunyai 5 peranan penting sebagai berikut :

1. Menghibur
2. Menginformasikan
3. Menstimulasi
4. Meyakinkan
5. Menggerakkan

1. Menghibur

Berbicara untuk menghibur dilakukan dengan cara pembicaraan menarik perhatian pendengar dengan berbagai cara seperti humor, spontanitas, menggairahkan. Suasana pembicaraannya pun santai dan penuh canda.

2. Menginformasikan

Berbicara untuk menginformasikan, melaporkan, dilaksanakan apabila seseorang ingin (1) menjelaskan suatu proses, (2) menguraikan, menafsirkan atau menginterpretasikan sesuatu, (3) memberi, menyebarkan pengetahuan, (4) menjelasskan kaitan, hubungan, relasi antar benda, hal atau peristiwa.

3. Menstimulasi

Berbicara untuk menstimulasi yaitu pembicara berupaya untuk membangkitkan inspirasi, kemauan, atau minat pendengarnya untuk melaksanakan sesuatu.

4. Meyakinkan

Berbicara untuk meyakinkan menurut pembeca untuk bisa meyakinkan pendengar tentang suatu hal. Diharapkan sikap

pendengar dapat berubah, misalnya dari sikap menolak menjadi menerima atau sebaliknya.

5. Menggerakkan

Berbicara untuk menggerakkan menurut penyimak agar bisa berbuat, bertindak, atau berinteraksi seperti yang dikehendaki pembicara yang merupakan kelanjutan, pertumbuhan, atau perkembangan berbicara untuk meyakinkan.

4. Jenis-jenis Berbicara

Secara garis besar jenis-jenis berbicara terbagi menjadi dua, yaitu berbicara di muka umum dan berbicara pada konferensi. Tarigan (2009:38) memasukkan beberapa kegiatan berbicara kedalam kategori tersebut.

a. Berbicara di Muka Umum

Jenisnya meliputi hal-hal berikut.

- 1) Berbicara dalam situasi yang bersifat memberitahukan atau melaporkan, bersifat imformatif (*informative speaking*).
- 2) Berbicara dalam situasi yang bersifat membujuk, mengajak, dan meyakinkan (*persuasive speaking*).
- 3) Berbicara dalam situasi yang bersifat merundingkan dengan tenang dan hati-hati (*deliberate speaking*).

b. Diskusi Kelompok

Berbicara dalam sebuah kelompok mencakup kegiatan sebagai berikut:

- 1) Kelompok resmi (formal).
- 2) Kelompok tidak resmi (non-formal).

c. Debat

Berdasarkan bentuk, maksud dan metodenya maka debat dapat diklasifikasikan atas tipe-tipe berikut ini.

- 1) Debat parlementer atau majelis.
- 2) Debat pemeriksaan ulang.
- 3) Debat formal, konvensional atau debat pendidikan

5. Prinsip berbicara

Menurut Tarigan (2009:41), berbicara memiliki prinsip umum, yaitu diantaranya:

- a. Membutuhkan paling sedikit dua orang.
- b. Mempergunakan studi linguistik yang dipahami bersama.
- c. Merupakan suatu pertukaran peran antara pembicara dan pendengar.

6. Faktor internal keberanian berbicara dalam diri siswa

- a) Siswa kurang aktif dalam pembelajaran berbicara karena metode yang digunakan oleh guru kurang inovatif.
- b) Evaluasi untuk pembelajaran berbicara jarang dilakukan sehingga siswa tidak terbiasa untuk berlatih berbicara dan menganggap kegiatan berbicara mudah.
- c) Dalam berbicara di depan kelas siswa kurang mampu mengorganisasikan perkataannya sehingga pembicaraan tidak terstruktur.
- d) Dalam kegiatan berbicara siswa merasa tegang, gugup, malu, dan kurang rileks, kondisi ini akan mengurangi kualitas tuturan mereka.

- e) Siswa kurang bisa merangkaikan ide dan gagasannya secara lengkap, mereka sering lupa dan tidak fokus dengan apa yang akan mereka sampaikan saat berada di depan kelas.

7. Tahap-Tahap dalam Berbicara

Tarigan (2009:43) Dalam berbicara sendiri mempunyai tahapan yaitu

1. Persiapan.
2. Pelaksanaan kegiatan.
3. Evaluasi.

1. Persiapan

Pada tahap persiapan ini ada beberapa hal yang dapat dilakukan oleh seorang pembicara, yaitu:

- a. Penentuan Topik
- b. Penentuan Tujuan
- c. Pengumpulan Referensi
- d. Penyusunan Kerangka
- e. Berlatih

2. Pelaksanaan Kegiatan Berbicara

Secara umum pelaksanaan kegiatan berbicara dapat dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu:

- a. Pembukaan
- b. Pembahasan Pokok
- c. Penutup

3. Evaluasi

Adakalanya evaluasi perlu dilakukan untuk mendapat masukan tentang kegiatan berbicara yang telah dilakukan seorang pembicara. Dengan masukan tersebut seorang pembicara dapat menentukan kualitas pembicaraannya.

Berdasarkan teori diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa berbicara adalah suatu ungkapan kata-kata, atau pendapat yang ada dalam pikiran untuk dikeluarkan atau disampaikan dari kumpulan beberapa kata yang membentuk sebuah kalimat. Berdasarkan pengertiannya berbicara memiliki fungsi untuk menghibur, menginformasikan, menstimulasi, meyakinkan, dan menggerakkan. Dan adapun jenis-jenis berbicara yaitu diantaranya berbicara dimuka umum, diskusi kelompok, dan debat. Dalam berbicarapun mempunyai tujuan dan cara dalam berbicara tersebut.

Dari definisi Keberanian dan definisi berbicara di atas, jika di kaitkan dengan variabel penelitian yaitu keberanian berbicara dalam diskusi kelas, maka dapat diartikan keberanian berbicara dalam diskusi kelas adalah suatu sikap rasa penuh percaya diri dan keyakinan yang kuat untuk menyampaikan pikiran atau perasaan secara lisan dalam diskusi kelas untuk menyukkseskan diskusi kelas yang aktif, efektif dan bermanfaat. Dan indikator dalam penelitian ini adalah 1) Adanya tekad. 2) Percaya diri. 3) Konsisten. 4) Optimis.

C. Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

1. Konseling Kelompok

a. Pengertian dan Tujuan Konseling Kelompok

1. Pengertian Konseling Kelompok

Istilah konseling kelompok mengacu kepada penyesuaian rutin atau pengalaman perkembangan dalam lingkup kelompok. Konseling kelompok difokuskan untuk membantu klien mengatasi problem dan perkembangan keribadiannya (Robert dkk, 2011: 275).

Sedangkan menurut Latipun (2000: 149), konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik dan pengalaman belajar. Menurut Novriyeni (Prayitno, 1995: 178), konseling kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya semua orang dalam konseling saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberikan saran dan lain sebagainya yang bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri maupun peserta lainnya.

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.

Dari pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu pemberian bantuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mengetahui konsep diri masing-masing anggota. Dengan lingkungan yang kondusif dapat memberikan kesempatan bagi para anggotanya untuk saling menerima dan memberi ide, perasaan, dukungan maupun bantuan bagi anggota lainnya.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok adalah memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggotanya secara individu

yang menjadi bagian kelompok tersebut (Robert dkk, 2011: 282). Sedangkan Prayitno (1995: 2). membedakan tujuan konseling kelompok berdasarkan tujuan umum dan khusus. Tujuan umum konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi seseorang. Sementara tujuan khususnya adalah terfokus pada pembahasan masalah pribadi peserta kegiatan konseling Shertzer dan Stone (dalam Winkel, 2004: 559 menyatakan bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah mengembangkan pikiran dan perasaan klien agar mampu memahami dan mengatasi problem yang dihadapi diri sendiri.

Ohlsen (dalam Winkel, 2004: 592) menyatakan bahwa tujuan konseling kelompok adalah :

1. masing-masing klien memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka pada aspek-aspek positif dalam kepribadiannya,
2. para klien lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan membuat mereka peka terhadap kebutuhan psikologis diri sendiri,
3. masing-masing klien menetapkan dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain,
4. masing-masing klien semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain.

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan untuk mengembangkan pemahaman diri sendiri maupun orang lain serta dapat menjadi sarana pemecahan masalah bagi

klien dengan memanfaatkan kelompok. Melalui konseling kelompok, siswa dapat memahami dirinya dengan baik, mampu bersosialisasi dengan orang lain, dan dapat mengeluarkan pendapatnya. Selain itu, siswa dapat menyelesaikan permasalahannya secara bersama-sama agar dapat ditemukan solusinya.

b. Azas dan Komponen dalam Konseling Kelompok

1. Azas dalam Konseling Kelompok

Menurut Prayitno (1995: 28), dalam kegiatan konseling kelompok terdapat sejumlah aturan ataupun asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota yaitu:

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua (pembicaraan ataupun tindakan) yang ada dalam kegiatan konseling kelompok dan tidak layak diketahui oleh orang lain selain orang-orang yang mengikuti kegiatan konseling kelompok.

b. Asas kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok bersifat sukarela, tanpa paksaan.

c. Asas Keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Karena jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keraguran atau kekhawatiran.

d. Asas Kegiatan

Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila klien yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan suasana agar klien yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.

e. Asas Kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain, jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilakannya.

f. Asas Kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah waktu kecil.

Dari paparan diatas dapat dijelaskan bahwa ada enam asas dalam konseling kelompok yaitu asas kerahasiaan, asas kesukarelaan, asas keterbukaan, asas kegiatan, asas kenormatifan dan asas kekinian. Apabila asas-asas itu diikuti dan terselenggara dengan baik diharapkan proses pelayanan mengarah pada pencapaian tujuan yang diharapkan. Sebaliknya apabila asas-asas itu diabaikan atau dilanggar sangat dikhawatirkan kegiatan yang terlaksana itu justru berlawanan dengan tujuan bimbingan dan konseling, bahkan akan dapat merugikan orang-orang yang terlibat didalam pelayanan bimbingan dan konseling itu sendiri.

2. Komponen dalam Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki beberapa komponen, menurut Prayitno (1995: 11) komponen dalam konseling kelompok meliputi:

a. Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang berwenang menyelenggarakan praktik konseling secara profesional.

b. Anggota Konseling

Para anggota konseling dapat beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk mendengarkan, memahami, dan merespon kegiatan konseling. Setiap anggota dapat menumbuhkan kebersamaan yang diwujudkan dalam sikap antara lain pembinaan keakraban dan keterlibatan emosi, kepatuhan terhadap aturan kelompok, saling memahami, memberikan kesempatan dan bertatakrama untuk mensukseskan kegiatan kelompok.

c. Jumlah kelompok

Banyak sedikitnya jumlah anggota kelompok sangat menentukan efektifitas konseling kelompok. Jumlah terlalu sedikit 2-3 orang akan mengurangi efektifitas konseling kelompok, demikian juga terlalu banyak akan membuat peserta kurang intensif dan berpartisipasi dalam dinamika kelompok. Karena ideal jumlahnya tidak lebih dari 10 orang.

d. Homogenitas Kelompok

Perubahan yang intensif dan mendalam memerlukan sumber-sumber yang variatif. Dengan demikian, layanan konseling kelompok memerlukan anggota kelompok yang bervariasi. Anggota yang homogen kurang efektif, sedangkan anggota yang heterogen akan menjadi sumber yang kaya untuk pencapaian tujuan layanan. Sekali lagi hal ini tidak ada ketentuan khusus, bisa disesuaikan dengan kemampuan pemimpin konseling dalam mengelola konseling kelompok.

e. Sifat Kelompok

Sifat kelompok dapat tertutup dan terbuka. Terbuka jika pada suatu saat dapat menerima anggota baru, dan dikatakan tertutup jika keanggotaannya tidak memungkinkan adanya anggota baru. Pertimbangan penggunaan terbuka dan tertutup bergantung pada keperluan. Kelompok tertutup maupun terbuka memiliki keuntungan dan kerugian masing-masing. Kelompok tertutup akan lebih mampu menjaga kohesivitasnya (kebersamaan) daripada kelompok terbuka.

Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa komponen konseling kelompok adalah pemimpin kelompok, anggota konseling, jumlah kelompok, homogenitas kelompok, sifat kelompok, dan waktu pelaksanaan. Keenam komponen tersebut sangat berpengaruh terhadap

jalannya konseling kelompok karena komponen-komponen tersebut saling berhubungan.

c. Tahapan Konseling Kelompok

Prayitno (1995: 28) mengemukakan kelompok 4-8 orang adalah kelompok yang besarnya sedang yang dapat diselenggarakan dalam bimbingan dan konseling. kelompok yang sedang ini biasanya mudah dikendalikan disamping itu dapat dimunculkan keragaman diantara anggotanya sehingga suasana dinamika kehidupan kelompok dapat hangat. Menurut Prayitno (1995: 40-60) tahap-tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok ada 4 tahap yang meliputi: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan, pelibatan diri, pemasukan diri, adapun tujuan dari tahap ini adalah anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok dalam rangka konseling kelompok, menumbuhkan suasana kelompok tumbuhnya minat anggota tumbuhnya saling mengenal percaya menerima dan membantu diantara para anggota tumbuhnya suasana bebas dan terbuka dan dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan perasaan dalam kelompok Kegiatan dalam tahap pembentukan antara lain mengungkapkan pengertian dan tujuan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan azas-azas kegiatan kelompok, saling

mengungkap dan memperkenalkan diri, permainan penghangatan /pengakraban.

b. Tahap peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebasnya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan, makin matapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok. Kegiatan dalam tahap ini menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap berikutnya, meningkatkan keikutsertaan anggota. Peranan pemimpin kelompok, menerima suasana yang ada secara sadar dan terbuka tidak mempergunakan cara-cara yang bersifat langsung atau mengambil alih kekuasaan, mendorong dibahasnya suasana perasaan, membuka diri sebagai contoh dan penuh empati.

c. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan bertujuan membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas adapun dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengumumkan suatu masalah atau topik tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal belum jelas yang menyangkut masalah atau topik tersebut secara tuntas dan mendalam. Adapun peranan pemimpin

kelompok adalah sebagai pengatur lalu-lintas yang sabar dan terbuka, aktif tetapi tidak banyak bicara.

d. Tahap pengakhiran

Pada pengakhiran merupakan penilaian dan tindak lanjut, adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut, tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri. Pemimpin kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, mengemukakan perasaan dan harapan, mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota, memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut, penuh rasa persahabatan, dan empati.

Dapat disimpulkan bahwa ada empat tahap dalam konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap akhir. Dimana empat tahapan ini tidak dapat dipisahkan atau menjadi satu kesatuan yang dilakukan saat konseling berlangsung. Keseluruhan tahap dalam konseling kelompok tersebut merupakan rangkaian proses yang jika dilaksanakan secara tepat dan efektif, akan menjadi salah satu solusi atas permasalahan yang ada dalam bimbingan dan konseling.

2. Teknik *Assertive Training*

a. Pendekatan *Behavioral*

Dahlan (2013:76) menyatakan Pendekatan *Behavioral* atau terapi perilaku adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori belajar. Pendekatan ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan perilaku ke arah cara-cara yang lebih adaptif. Pada awalnya pendekatan *behavioral* dikembangkan oleh Wolpe untuk menanggulangi neurosis. Neurosis dapat dijelaskan dengan mempelajari perilaku yang tidak adaptif melalui proses belajar.

Dasar teori pendekatan *behavioral* adalah bahwa perilaku dapat dipahami sebagai hasil kombinasi : (1) belajar waktu lalu dalam hubungannya dengan keadaan yang serupa; (2) keadaan motivasional sekarang dan efeknya terhadap kepekaan terhadap lingkungan; (3) perbedaan-perbedaan biologik baik secara genetik atau karena gangguan fisiologik. Tujuan umum dari pendekatan *Behavioral* adalah menghapus pola-pola perilaku yang maladaptif dan membantu individu mempelajari pola-pola perilaku yang konstruktif. Jadi tujuan pendekatan *behavioral* adalah untuk memperoleh perilaku baru, *mengeliminasi* perilaku yang maladaptif dan memperkuat serta mempertahankan perilaku yang diinginkan.

Dalam konseling menggunakan pendekatan *behavioral*, konselor aktif direktif dan berfungsi sebagai guru atau pelatih dalam membantu konseli belajar perilaku yang lebih efektif. Hal ini bertujuan agar konselor dapat

menggunakan pengetahuan ilmiah untuk menemukan masalah-masalah klien sehingga diharapkan kepada perubahan perilaku yang baru. Konseli harus mampu berpartisipasi dalam kegiatan konseling, harus memiliki motivasi untuk berubah, harus bersedia bekerjasama dalam melakukan kegiatan konseling, baik ketika konseling berlangsung atau diluar kegiatan konseling.

Corey (Dahlan, 2013:79) menjelaskan beberapa teknik yang dapat digunakan dalam pendekatan *behavioral*, salah satunya adalah *Assertive training* (Latihan asertif). Latihan asertif merupakan teknik dalam konseling perilaku yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Dari penjelasan tersebut, dijelaskan bahwa *assertive training* merupakan teknik untuk mengubah perilaku yang maladaptif menjadi perilaku yang adaptif.

b. Teknik *Assertive Training* dalam Bimbingan dan Konseling

Menurut Peters dan Shertzer (Willis, 2011:14) mengemukakan definisi bimbingan (*guidance*) sebagai berikut: “*guidance is a process of helping the individual to understand himself and his world so that he can utilize his potentialities.*” Dari definisi tersebut terungkap bahwa bimbingan merupakan proses bantuan terhadap individu agar ia memahami dirinya dan dunianya, sehingga ia dapat memanfaatkan potensi-potensinya. Sedangkan definisi konseling menurut Willis (2011:18) adalah sebagai berikut, :

Konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang telah terlatih dan berpengalaman terhadap individu-individu yang

membutuhkannya, agar individu tersebut mampu berkembang potensinya secara optimal, mampu mengatasi masalahnya, dan mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang selalu berubah.

Dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling diperlukan pendekatan-pendekatan. Menurut Willis (2011:55) pendekatan konseling (*counseling approach*) disebut juga teori konseling yang merupakan dasar bagi suatu praktek konseling karena akan memudahkan dan menentukan arah proses konseling.

Dalam bimbingan konseling terdapat berbagai pendekatan-pendekatan, salah satunya adalah pendekatan *behavioral*. Menurut Dahlan (2013:76) pendekatan behavioral (terapi perilaku) adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori belajar, yang menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan perilaku ke arah cara-cara yang lebih adaptif. Willis (2011:71-74) mengemukakan teknik-teknik yang digunakan dalam pendekatan *behavioral* yaitu desensitisasi sistematis, *assertive training*, *aversion therapy*, dan *homework*.

Pada dasarnya teknik *assertive training* adalah latihan keterampilan sosial untuk membantu seseorang mengungkapkan perasaannya, berkomunikasi dengan orang lain. *Assertive training* ini dapat diterapkan pada individu yang mengalami kecemasan untuk mengungkapkan perasaannya, sulit berkomunikasi dan untuk mengungkapkan ekspresi kemarahan dengan benar.

Berdasarkan uraian di atas, jelas sekali bahwa teknik *assertive training* merupakan bagian dari bimbingan dan konseling. Salah satu teknik konseling behavioral yang dapat digunakan untuk membantu individu merubah perilaku yang tidak diinginkan menjadi perilaku yang diharapkan ada pada individu tersebut. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan cara simulasi presentasi dalam teknik *assertive training* karena siswa akan lebih paham dan mengerti atas apa yang dilakukannya karena langsung mempraktekkan sebagaimana ia presentasi seperti biasanya di kelas.

c. Perilaku Asertif

Purwanta (2012:165), asertivitas atau perilaku asertif adalah kemampuan dan kemauan untuk menyatakan secara langsung berdasarkan kondisi interpersonalnya. Perilaku asertif adalah perilaku interpersonal yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan.

Alvonco (2014:112) menyatakan bahwa sikap asertif atau tegas berarti mampu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, atau keyakinan secara terbuka dan jujur dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain. Seorang yang asertif akan berani menyampaikan pendapat atau isi pikirannya tanpa ada kekhawatiran bahwa apa yang ia sampaikan tidak akan diterima oleh orang lain atau akan direndahkan oleh orang lain atau menimbulkan pertentangan/permusuhan berkepanjangan.

Selanjutnya, Alvonco (2014:113) menjelaskan sikap asertif tidak sekedar mengemukakan pendapat atau perasaannya, tetapi tahu cara penyampaian

yang tepat yang dapat diterima oleh orang lain, yang tidak membuat orang lain marah atau tersinggung.

Dari definisi di atas, maka dapat disimpulkan perilaku asertif adalah kemampuan seseorang dalam mengungkapkan atau mengkomunikasikan sesuai dengan apa yang dirasakan, diinginkan, dan dipikirkan tanpa khawatir bahwa orang lain tidak akan menerima atau merendahkan serta tanpa membuat orang lain tersinggung.

d. Pengertian *Assertive Training*

Walter (Purwanta, 2012:165), latihan asertif (*assertive training*) adalah prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih, dan mendorong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu. Willis (2011:72) menjelaskan bahwa *assertive training* merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. *Assertive training* merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. *Assertive Training* adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

1. Tidak dapat menyatakan kemarahan atau kejengkelannya;
2. Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan padanya;
3. Mereka yang mengalami kesulitan berkata “tidak”;
4. Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya;
5. Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Corey (2013:215) menjelaskan bahwa *assertive training* (latihan asertif) merupakan penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui simulasi presentasi, disini siswa belajar mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu. Sehingga siswa yang memiliki keberanian berbicara yang rendah akan dilatih melalui simulasi presentasi untuk berani mengungkapkan atau menegaskan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka dengan lebih terbuka tanpa khawatir orang lain akan menolak atau menilai rendah.

Berdasarkan definisi di atas maka dapat disimpulkan bahwa *assertive training* atau latihan asertif adalah latihan perubahan perilaku dalam hal menegaskan atau mengkomunikasikan sesuai dengan apa yang diinginkan, dipikirkan, dan dirasakan. Dalam *assertive training* ini, seseorang dilatih keberaniannya untuk menyatakan dan berperilaku tegas.

e. Tujuan *Assertive Training*

Menurut Fauzan (2010) terdapat beberapa tujuan *assertive training* yaitu :

- a. Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain;
- b. Meningkatkan keterampilan behavioralnya sehingga mereka bisa menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang diinginkan atau tidak;

- c. Meningkatkan kemampuan individu untuk menyatakan dan mengekspresikan dirinya dengan baik dalam berbagai situasi sosial;
- d. Menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi.

Berdasarkan paparan di atas, dapat disimpulkan bahwa tujuan *assertive training* adalah untuk melatih individu mengungkapkan dirinya, mengemukakan apa yang dirasakan dan menyesuaikan diri dalam berinteraksi tanpa adanya rasa cemas karena setiap individu mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaan, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya. Dengan demikian individu dapat menghindari terjadinya kesalahpahaman dalam berkomunikasi.

f. Tahapan Pelaksanaan *Assertive Training*

Pada umumnya teknik untuk melakukan latihan asertif, mendasarkan pada prosedur belajar dalam diri seseorang yang perlu diubah, diperbaiki dan diperbarui. Masters (Gunarsah, 2007:217) meringkas beberapa jenis prosedur latihan asertif, yakni:

1. Identifikasi terhadap keadaan khusus yang menimbulkan persoalan pada klien, maksudnya adalah mengidentifikasi keadaan apa saja yang dapat menimbulkan masalah keberanian berbicara pada klien
2. Memeriksa apa yang dilakukan atau dipikirkan klien pada situasi tersebut. Pada tahap ini, akan diberikan juga materi tentang perbedaan perilaku agresif, asertif, dan pasif.
3. Dipilih sesuatu situasi khusus di mana klien melakukan simulasi presentasi sesuai dengan apa yang ia perhatikan.

4. Diantara waktu-waktu pertemuan, konselor menyuruh klien melatih dalam imajinasinya, respon yang cocok pada beberapa keadaan. Kepada mereka juga diminta menyertakan pernyataan diri yang terjadi selama melakukan imajinasi. Hasil apa yang dilakukan pasien atau klien, dibicarakan pada pertemuan berikutnya.
5. Konselor harus menentukan apakah klien sudah mampu memberikan respon yang sesuai dari dirinya sendiri secara efektif terhadap keadaan baru, baik dari laporan langsung yang diberikan maupun dari keterangan orang lain yang mengetahui keadaan pasien atau klien.

Berdasarkan paparan di atas, *assertive training* dirancang untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan individu agar lebih asertif atau berani dalam berbicara.

Berdasarkan definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *assertive training* atau latihan asertif adalah latihan perubahan perilaku dalam hal menegaskan atau mengkomunikasikan sesuai dengan apa yang diinginkan, dipikirkan, dan dirasakan. Dalam *assertive training* ini, seseorang dilatih keberaniannya untuk menyatakan dan berperilaku tegas.

D. Meningkatkan Keberanian berbicara dengan Teknik *Assertive Training*

Pada hakikatnya keberanian berbicara melibatkan dua orang yaitu komunikator dengan komunikan, bersifat dialogis berupa percakapan. Komunikator mengetahui tanggapan komunikan ketika itu juga. Pada saat

komunikasi dilancarkan, komunikator mengetahui secara pasti apakah komunikasinya positif atau negatif, berhasil atau tidak.

Individu memiliki keberanian berbicara yang baik apabila mampu mengkomunikasikan apa yang dia diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain tanpa takut akan mendapat respon negatif. Dalam berkomunikasi diperlukan sikap asertif. Purwanta (2012:166) menjelaskan asertivitas atau perilaku asertif adalah kemampuan dan kemauan untuk menyatakan secara langsung berdasarkan kondisi interpersonalnya. Perilaku asertif adalah perilaku yang melibatkan aspek keberanian dan keterbukaan pikiran dan perasaan.

Alvonco (2014:114) juga menyatakan perlu bagi setiap orang untuk mengembangkan gaya atau sikap asertif dalam berkomunikasi agar menciptakan situasi yang menyenangkan bagi semua pihak yang pihak yang terlibat. Selanjutnya Alvonco menguraikan perilaku yang ditunjukkan ketika seseorang atau individu berkomunikasi dengan sikap asertif, yaitu:

- a. Berbicara dengan jelas dan meyakinkan
- b. Bisa mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan terbuka.
- c. Menggunakan kata-kata yang tepat, sehingga menunjukkan sikap menghormati lawan bicara tanpa melihat statusnya dan menjaga agar tidak menyinggung perasaannya, dengan tetap menjaga diri sendiri juga dihargai lawan bicaranya
- d. Menampilkan emosi positif: senang, antusias, ekspresif dalam berkomunikasi, dengan tetap dan dapat mengendalikan diri dan tidak mudah terpancing pada situasi sesaat yang ditemui.
- e. Menunjukkan bahasa tubuh yang terbuka dan rileks
- f. Menunjukkan sopan santun atau tata krama dalam berbicara yang membuat lawan bicara merasa senang dan nyaman.

Hal ini sejalan dengan Willis (2011:72), *assertive training* adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal sebagai berikut, yaitu:

- a. Tidak dapat menyatakan kemarahannya atau kejengkelannya
- b. Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan padanya
- c. Mereka yang mengalami kesulitan berkata “tidak”
- d. Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya
- e. Mereka yang tidak berani dan merasa tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Walter (Purwanta, 2012:165) latihan asertif (*assertive training*) adalah prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih, dan mendorong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu. Willis (2011:73), *assertive training* merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikberatkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya.

Berdasarkan paparan di atas, diketahui bahwa keberanian berbicara erat kaitannya dengan *assertive training*. Hal itu dapat dilihat dari pengertian asertif itu sendiri yaitu kemampuan untuk berani mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain. Kemampuan untuk berperilaku asertif tersebut sangat diperlukan dalam berbicara, sehingga diperlukan latihan asertif (*assertive training*) dalam peningkatan keberanian siswa berbicara.

III. METODE PENELITIAN

Metode penelitian sangat penting adanya, karena metode penelitian merupakan salah satu kunci keberhasilan dari sebuah penelitian. Ketepatan memilih metode penelitian merupakan syarat yang penting untuk mendapatkan hasil penelitian yang optimal. Jadi, untuk mendapatkan hasil penelitian yang baik, peneliti harus mampu menentukan metode penelitian yang tepat.

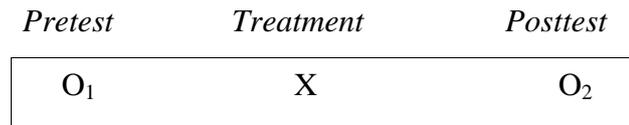
A. Metode Penelitian

Penerapan teori terhadap suatu permasalahan, memerlukan metode khusus yang dianggap relevan dan membantu memecahkan masalahnya. Metode tersebut digunakan untuk melaksanakan penelitian sampai sistematis sehingga kegiatan penelitian ini merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Metode yang tepat akan meningkatkan objektivitas hasil penelitian, karena merupakan penemuan kebenaran yang memiliki tingkat ketepatan (validitas) dan tingkat kepercayaan (reliabilitas) yang tinggi.

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu. Alasan peneliti menggunakan metode ini karena pada penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol.

Peneliti melihat hasil dari pemberian Teknik *Assertive Training* pada siswa kelas VII yang memiliki keberanian berbicara rendah, sedang dan tinggi dengan menggunakan satu kelompok eksperimen dan subjek didapat dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling, serta wali kelas yaitu siswa yang memiliki keberanian berbicara yang rendah, sedang dan tinggi pada kelas VII di SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan.

Bentuk penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One-Group Pretest-Posttest Design* karena penelitian ini tanpa menggunakan kelompok kontrol, menggunakan desain $O_1 \times O_2$. Pelaksanaan eksperimen dengan desain ini dilakukan dengan memberikan perlakuan (X) terhadap 20 orang subjek yang di bagi menjadi 3 kelompok, kelompok pertama beranggotakan 7 orang, kelompok kedua beranggotakan 7 orang, dan kelompok ketiga beranggotakan 6 orang. Pada pertemuan pertama dan kedua, ketiga kelompok tersebut melakukan konseling kelompok, dan dipertemuan ketiga kelompok melakukan simulasi presentasi, dimana kelompok dibagi menjadi dua kelompok kecil, kelompok pertama adalah sebagai kelompok penyaji, dan kelompok yang kedua adalah kelompok penanya, kelompok ini akan di tukar di pertemuan berikutnya. Pertama Sebelum diberi perlakuan, 3 kelompok tersebut diberi pretes (O_1), dan setelahnya diberikan postes (O_2). Hasil kedua tes itu dibandingkan, untuk menguji apakah perlakuan memberi pengaruh kepada kelompok tersebut. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:



Gambar 3.1 *One Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan :

O₁ : nilai *pretest* (sebelum diberikan perlakuan)

X : tindakan/perlakuan

O₂ : nilai *posttest* (setelah diberikan perlakuan)

B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan gejala yang menjadi objek penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode eksperimen.

Arikunto (2002:97) menyatakan bahwa penelitian eksperimen melihat pengaruh suatu *treatment*, maka ada variabel yang mempengaruhi dan variabel akibat. Variabel yang mempengaruhi disebut variabel penyebab, variabel bebas atau *independent variable* (X), sedangkan variabel akibat disebut variabel tidak bebas, variabel tergantung, variabel terikat atau *dependent variable* (Y).

Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian merupakan gejala yang menjadi objek penelitian. Dalam penelitian ini, masalah yang diangkat adalah “keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dengan menggunakan teknik *assertive training*”.

Maka variabel bebas atau *independent variable* (X) adalah penggunaan *Assertive Trining* dan variabel akibat disebut variabel terikat atau *dependent variable* (Y) adalah keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas.

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan uraian yang berisi sejumlah indikator yang diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan.

1. Yang dimaksud dengan Keberanian siswa berbicara adalah suatu sikap rasa penuh percaya diri dan keyakinan yang kuat untuk menyampaikan pikiran atau perasaan secara lisan dalam diskusi kelas untuk menyukseskan diskusi kelas yang aktif, efektif dan bermanfaat.

Keberanian berbicara dalam kelas yang baik apabila memiliki unsur-unsur sebagai berikut :

- a. Adanya tekad
- b. Percaya diri
- c. Konsistensi
- d. Optimisme

2. Sedangkan yang dimaksud dengan teknik *assertive training* adalah latihan keterampilan sosial untuk membantu seseorang mengungkapkan perasaannya, berkomunikasi dengan orang lain. *Assertive training* ini dapat diterapkan pada individu yang mengalami kecemasan untuk mengungkapkan perasaannya, sulit berkomunikasi dan untuk mengungkapkan ekspresi kemarahan dengan benar dan

tentunya meningkatkan keberanian diri, sehingga ia dapat mengembangkan dirinya mencapai realisasi diri yang optimal serta memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

D. Subjek Penelitian

Musfiqon (2012:97) menggambarkan subjek penelitian adalah siswa yang terlibat dalam penelitian dan keberadaannya menjadi sumber data penelitian. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan tahun ajaran 2017/2018 yang memiliki keberanian berbicara yang rendah, sedang dan tinggi dalam diskusi kelas. Dalam penelitian ini menggunakan subjek karena penelitian ini merupakan aplikasi untuk meningkatkan keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas dengan menggunakan teknik *Assertive Training*.

Subjek penelitian ditetapkan dari hasil observasi dan wawancara kepada guru bimbingan dan konseling dan wali kelas di SMP Negeri 1 Natar Lampung Selatan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, peneliti mengambil 20 orang subjek.

E. Teknik Pengumpulan Data

Agar suatu penelitian memperoleh data yang sejelas-jelasnya maka diperlukan adanya metode dan instrumen pengumpulan data. Riduwan (2004:69) menjelaskan metode pengumpulan data ialah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Berdasarkan

uraian tersebut maka dalam penelitian ini penulis menggunakan observasi sebagai teknik pengumpulan data.

1. Observasi

Pengukuran rasa percaya diri siswa dilakukan dengan menggunakan observasi. Sutrisno Hadi (Sugiyono,2014:226) dalam menjelaskan bahwa observasi merupakan suatu proses yang kompleks, suatu proses yang tersusun dari pelbagai biologis dan psikologis. Dua diantara yang terpenting adalah proses-proses pengamatan dan ingatan.

Nasution (Sugiyono, 2014:226) menyatakan bahwa, observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Peneliti hanya dapat bekerja atau mengamati berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Data itu dikumpulkan dan sering dengan bantuan berbagai alat yang sangat canggih, sehingga benda-benda yang sangat kecil maupun yang sangat jauh dapat diobservasi dengan jelas.

Observasi digunakan untuk mengukur Keberanian siswa berbicara di depan kelas (rasa percaya diri) siswa sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan konseling dengan teknik *Assertive Training* sehingga dapat diperoleh data yang relevan dari hasil pemberian perlakuan.

Sugiyono (2014:227) Dari Segi proses pelaksanaan pengumpulan data, observasi dapat dibedakan menjadi *participant observation* (observer berperan serta) dan *non participant observation*, selanjutnya dari segi

instrumentasi yang digunakan, maka observasi dapat dibedakan menjadi observasi terstruktur dan observasi tidak terstruktur.

Dari Segi proses pelaksanaan pengumpulan data :

a. Observasi Berperan serta (*participant observation*)

Dalam Observasi ini, peneliti terlibat dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian.

b. Observasi non partisipan (*non participant observation*)

Dalam observasi non partisipan peneliti tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen.

Dari segi instrumentasi yang digunakan :

a. Observasi Terstruktur

Adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang apa yang akan diamati, kapan dan dimana tempatnya. Jadi observasi terstruktur dilakukan jika peneliti telah tahu dengan pasti tentang variabel apa yang akan diamati.

b. Observasi tidak terstruktur

Adalah observasi yang tidak dipersiapkan secara sistematis tentang apa yang akan diobservasi. Hal ini dilakukan karena peneliti tidak tahu secara pasti tentang apa yang akan diamati

Observasi yang digunakan peneliti yaitu observasi terstruktur. Observasi terstruktur adalah observasi yang telah dirancang secara sistematis, tentang

apa yang diamati, kapan dan di mana tempatnya. Pada penelitian ini, peneliti mengamati Keberanian siswa berbicara dalam diskusi kelas.

Pada pengamatan terstruktur telah mengetahui aspek dari aktivitas yang diamatinya yang relevan dengan masalah serta tujuan peneliti, dengan pengungkapan yang sistematis untuk menguji hipotesisnya (Nazir, 2009). Seperti yang tercantum dalam pedoman observasi, peneliti telah mengetahui aspek percaya diri yang diamati dalam penelitiannya. Observasi dalam penelitian ini digunakan saat *pre-test* dan *post-test*. Hal ini dikarenakan yang diteliti adalah perilaku siswa, sehingga pengamatan terhadap perubahan perilakunya akan lebih mudah dilakukan. Observasi dilakukan oleh dua orang observer, agar peneliti dapat membandingkan hasil observasi antara observer satu (I) dengan observer dua (II). Untuk mengurangi adanya penilaian subjektivitas saat observasi.

Saat pelaksanaan observasi peneliti dan observer lain yaitu guru bimbingan dan konseling akan mengamati perilaku siswa dalam satu hari selama jam sekolah berlangsung. Dalam pengamatan tersebut akan diperhatikan berapa kali perilaku-perilaku yang menjadi target pengamatan muncul pada siswa (sesuai dengan lembar observasi). Setelah hasil observasi diketahui, kemudian hasil observasi direkapitulasi dengan kriteria tingkat keberanian berbicara siswa yang ditentukan dengan interval yang dibuat. Kriteria keberanian berbicara siswa dikategorikan menjadi tiga yaitu, tinggi, sedang dan rendah. Sugiyono (2014) untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$I = \frac{NT-NR}{K}$$

Keterangan:

I = Interval

NT = Nilai Tertinggi

NR = Nilai Terendah

K = Kriteria

Jadi, untuk menentukan kriteria keberanian berbicara siswa adalah:

$$I = \frac{NT-NR}{K} = \frac{(12 \times 1) - (12 \times 0)}{3} = \frac{12-0}{3} = 4$$

Tabel 3.1 Kreteria keberanian siswa berdasarkan Observasi

Interval	Kreteria
9 – 12	Tinggi
5 – 8	Sedang
0 – 4	Rendah

F. Uji Persyaratan Instrumen Penelitian

Untuk mendapatkan data yang lengkap, maka instrumen pengumpulan data harus memenuhi persyaratan yang baik, instrumen yang baik dalam suatu penelitian harus memenuhi dua persyaratan penting yaitu valid dan reliabel (Arikunto, 2006).

1. Uji Validitas Instrumen Observasi

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan ketika observasi sebelum dan sesudah perlakuan adalah lembar observasi yang merupakan pengembangan dari pedoman observasi berisi rincian dari aspek-aspek yang diobservasi. Validitas yang digunakan adalah validitas isi (*content validity*). Menurut Sukardi (2003) validitas isi atau sering disebut validitas wajah (*face validity*) adalah dimana tes mengukur tentang suatu kondisi yang ingin diukur. Untuk menguji validitas isi setelah instrumen

disesuaikan tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, dapat digunakan pendapat dari ahli (*judgments experts*). Dalam hal ini, para ahli yang dimintai pendapatnya adalah Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila. Kemudian hasil *judgment expert* dianalisis dengan rumus *Aiken's V* (Azwar, 2013:134), yaitu:

$$V = \sum S / [n(c - 1o)]$$

Ket:

- 1o : angka penilaian validitas terendah
- c : angka penilaian validitas tertinggi
- r : angka yang diberikan oleh seorang penilai
- s : r-1

Hasil perhitungan uji validitas lembar observasi penelitian menunjukkan nilai rata rata 0,869 termasuk kategori tinggi (lampiran 3)

2. Uji Reliabilitas Instrumen Observasi

Reliabilitas merujuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2006:167). Teknik mencari reliabilitas untuk reliabilitas lembar observasi dalam penelitian ini yaitu menggunakan kesepakatan dua pengamat. Hal ini dikarenakan penelitian ini menggunakan dua orang pengamat (peneliti sebagai pengamat 1 dan pengamat 2 yaitu guru bimbingan dan konseling). Menurut Arikunto (2006) jika pengamatannya lebih dari satu orang, perlu diadakan penyamaan-pengamat sampai dicapai persamaan persepsi dari semua pengamat yang akan bekerja mengumpulkan data.

Penelitian ini menggunakan metode observasi yang dilakukan oleh dua observer maka uji reabilitas dihitung dengan melihat nilai kesepakatan dengan menggunakan rumus :

$$KK = \frac{2S}{N_1 + N_2}$$

Keterangan :

- KK : koefisien kesepakatan
 2S : sepakat, jumlah kode yang sama untuk objek yang sama
 N₁ : jumlah kode yang dibuat pengamat I
 N₂ : jumlah kode yang dibuat oleh pengamat II

Tolak ukur klasifikasi rentang koefisien reliabilitas dari Riduwan (2004) sebagai berikut :

Tabel 3.2 Rentang Koefisien Reliabilitas Observasi

Koefisien Reliabilitas	Kategori
0,80 - 1,00	Derajat keterandalan sangat tinggi
0,60 - 0,799	Derajat keterandalan tinggi
0,40 - 0,599	Derajat keterandalan sedang
0,20 - 0,399	Derajat keterandalan rendah
0,00 - 0,199	Derajat keterandalan sangat rendah

Hasil perhitungan uji reliabilitas lembar observasi penelitian menunjukkan nilai rata rata 0,878 termasuk kategori sangat tinggi (lampiran 4)

G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul (Sugiyono, 2014:166). Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis. Arikunto (2006) menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan, yaitu mencoba sesuatu, lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan Analisis yang digunakan untuk mengetahui peningkatan keberanian berbicara siswa setelah dilakukannya *assertive training* adalah dengan menggunakan *Paired sample t-test*. (Sugiyono, 2010) Syarat – syarat penggunaan *Paired sample t-test* terdiri dari :

1. Uji komparasi antar dua nilai pengamatan berpasangan, misalnya: sebelum dan sesudah
2. Digunakan pada uji parametrik dimana syaratnya sebagai berikut:
 - a. satu sampel (setiap elemen mempunyai 2 nilai pengamatan)
 - b. merupakan data kuantitatif (rasio-interval)
 - c. Data berdistribusi normal (di populasi terdapat distribusi difference = d yang berdistribusi normal dengan mean $\mu d=0$ dan variance =1)

Skor yang dijadikan perhitungan adalah *gain score*. *Paired sample t-test* dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)¹⁷. Hasil analisis data dengan menggunakan *t-test* diperoleh harga $t_{hitung} = 16.522$

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018 , maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan keberanian siswa berbicara pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Natar tahun pelajaran 2017/2018.

B. Saran

Ada dua saran yang ingin penulis ajukan setelah menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, yaitu kepada guru bimbingan konseling jika ingin memanfaatkan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keberanian berbicara pada siswa, dan untuk peneliti selanjutnya, saran tersebut meliputi :

1. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mempertimbangkan kelemahan dan kelebihan dari penelitian ini jika ingin mengadakan kegiatan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keberanian berbicara siswa. Kelemahan dan kelebihan yang dialami peneliti pada penelitian ini adalah :
 - a. Sulit memancing konseli untuk berani berbicara dengan asertif pada konseli yang terlalu pasif. Kesulitan ini dapat diatasi dengan membatasi konseli yang dominan agar konseli yang aktif dapat

lebih banyak berbicara, hal ini dilakukan supaya konseli yang pasif dapat lebih melatih keberanian berbicaranya.

- b. Penulis juga terkendala dengan sarana dan prasarana di sekolah belum memadai. Hal ini dapat diatasi dengan menggunakan ruang kelas atau lab yang kosong agar terhindar dari gangguan di luar ruangan sehingga proses konseling kelompok dapat berjalan dengan fokus dan efektif.

Dalam penelitian ini juga peneliti menemukan kekuatan dari teknik *assertive training* yang dilakukan peneliti yaitu

- a. Dalam layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* ini langsung melakukan praktek latihan yaitu simulasi presentasi, hal ini dapat mempermudah konseli untuk memahami dan langsung mengaplikasikan pemahaman tersebut.
 - b. Dapat memanfaatkan dinamika kelompok yang sudah terbangun.
 - c. Dengan menggunakan alat peraga untuk mempresentasikan materi dapat membuat suasana presentasi lebih menarik dan tidak membosankan.
2. Masih terdapat banyak keterbatasan dalam penelitian ini, maka dari itu peneliti menyarankan bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang penggunaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan keberanian berbicara siswa hendaknya dapat mengkaji lebih lanjut penelitian ini serta mengatasi kelemahan dari penelitian ini dan mengoptimalkan kelebihan dari penelitian ini agar mendapatkan penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- A. Aleka, dan H. Achmad H. P. 2010. *Bahasa Indonesia untuk perguruan Tinggi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Alvonco, Johnson. 2014. *Practical Communication Skill*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Bandung: Rineka Cipta.
- Arumsari, Cucu, 2017. *Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying*.
https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/download/23/7, diakses september 2017
- Arzia Purita, Sumedi P. Nugraha 2015. *Peningkatan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) 'X' Di Yogyakarta Melalui Pelatihan Asertivitas*.
<http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/intervensipsikologi/article/view/7750>, diakses pada 20 September 2017
- Corey, G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Dahlan, Syarifuddin. 2013. *Konseling Individual Konsep dan Aplikasi*. Bandar Lampung: Aura Printing & Publishing.
- Digital Repository Universitas Jember 10 2.2.1.
- Fatimah, Enung. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Fauzan, L. 2010. *Assertive Training*. Lutfifauzan.blogspot.com (diakses pada tanggal 7 Agustus 2016)
- Gunarsah, S. D. 2007 . *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : Gunung Mulia
- Hakim, R. 2010. *Kiat Jitu Mahir Pidato*. Yogyakarta: Shira Media.
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.

- Hurlock, E.B. 2004. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka
- Indra. 2010. *Pengertian Keberanian*. Diakses dalam <http://www.indoskripsi.com>. Diunduh pada tanggal 14 Mei 2017.
- Irons, Peter. 2003. *Keberanian Mereka yang Berpendirian*. Bandung: Angkasa.
- Jannah, Izzatul. 2006. *Pengembangan Diri Remaja: Every Day is Pede Day*. Solo: Era Eureka.
- Marini, 2008. *Penggunaan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 29 Bandar Lampung*. digilib.unila.ac.id/10775/21/BAB%20II.pdf, diakses pada September 2017
- Muttakin, I. & Heryana, N. 2016. *Peningkatan Keberanian Dalam Berbicara Menggunakan Metode Sosiodrama Pada Siswa Kelas Xi Madrasah Aliyah*. <http://portalgaruda.ilkom.unsri.ac.id/index.php?ref=browse&mod=viewarticle&article=385166>, diakses pada 21 September 2017
- Musfiqon. 2012. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.
- Nazir, M. 2009. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Novianti, M.C. 2015. *Perilaku Asertif Pada Remaja Awal*. www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/.../Artikel_10503107.pdf, diakses pada Oktober 2017
- Oktavisa, Mitra, 2015. *Pelatihan Assertive Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Anggota HIMA Prodi Psikologi FIP UNESA*. ejournal.unesa.ac.id/article/7146/17/article.pdf, diakses pada juli 2017
- Pramesti, AD. 2016. *Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Pelatihan Asertif Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Berbah*. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/ojs/index.php/fipbk/article/view/4986>, diakses pada 21 September 2017
- Pratama, Rian, 2014. *Peningkatan Kepercayaan Diri Melalui pelatihan asertif pada siswa kelas VIII C SMP N 2 Bukateja Tahun Pelajaran 2013/2014*. eprints.uny.ac.id/13250/1/SKRIPSI.pdf, diakses pada September 2017
- Purwanta, Edi. 2012. *Modifikasi Perilaku alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Ramadhani, Fitri, 2014. *Peningkatan Kemampuan Mengungkapkan Pendapat Dengan Menggunakan Teknik Assertive Training*. jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/download/2014/1207, diakses pada Agustus 2017
- Riduwan. 2004. *Belajar Mudah Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

- Seniati, L., Yulianto, A., dan Setiadi, B.N. 2005. *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: indeks.
- St. Y. Slamet dan Amir. 1996. *Peningkatan Keterampilan Berbahasa Indonesia*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling Di Sekolah* Jakarta : Rineka Cipta Tahun
- Sulistiyana, 2016. *Upaya Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Menggunakan Latihan Asertif Di Smp Negeri 1 Banjarbaru*. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/552>, diakses pada 15 September 2017
- Sulistyarini dan Jauhar, Mohammad. 2014. *Dasar-dasar Konseling*. Jakarta: Prestasi Pustaka
- Tarigan, Henry Guntur. 2009. *Berbicara sebagai suatu keterampilan berbahasa*. Bandung ; Angkasa
- Willis, Sofyan. 2011. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta