

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN *ASSERTIVENESS TRAINING* FORMAT
KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN HUBUNGAN
INTERPERSONAL SISWA**

(Studi pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Panyabungan)

TESIS



OLEH

**KHADIJAH LUBIS
NIM. 16151059**

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mendapatkan gelar Magister Pendidikan

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2019**

ABSTRACT

Khadijah Lubis. 2019. "Effectiveness of the Use of Assertiveness Training of Group Setting to Improve Interpersonal Relationships of Students". Thesis. Post Graduate Study Program Guidance and Counseling, Faculty of Education, Universitas Negeri Padang.

Interpersonal relationships are an interaction between someone and others that involve human relationships, ethics, morals, daily activities and generally aims to gain happiness for both parties. This research is motivated by students who cannot develop interpersonal relationships with peers. The efforts made in improving interpersonal relationships of students are by using the assertiveness training group setting. This study aims to examine the effectiveness of the use of assertiveness training group setting to improve students interpersonal relationships.

This research uses quantitative methods. This type of research is a quasi-experiment with the design of the non-equivalent control group design. The subject of this study was the eighth-grade students of the junior high school at Panyabungan. The instrument used in this study is the scale of interpersonal relationships compiled by researchers with validity 0,535 and reliability of 0,881. Data were analyzed using the wilcoxon signed ranks test and kolmogorov smirnov two independent sample test.

The results showed that the use of the assertiveness training group setting was effective in improving interpersonal relationships of students. This can be seen from the alpha probability number 0,015. The results of this study can be used as a reference in making guidance and counseling service programs, especially the use of assertiveness training group settings to improve students interpersonal relationships.

Keywords: Interpersonal Relationships, Assertiveness Training, Group Setting, Student.

ABSTRAK

Khadijah Lubis. 2019. “Efektivitas Penggunaan *Assertiveness Training* Format Kelompok untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal Siswa”. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Hubungan interpersonal merupakan interaksi antara seseorang dengan orang lain yang menyangkut hubungan manusiawi, etika, moral, aktivitas sehari-hari dan umumnya bertujuan untuk memperoleh kebahagiaan bagi kedua belah pihak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih ditemukan siswa yang kurang memiliki kemampuan membina hubungan interpersonal dengan teman sebaya. Upaya yang dilakukan dalam meningkatkan hubungan interpersonal siswa adalah dengan menggunakan *assertiveness training* format kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas penggunaan *assertiveness training* format kelompok untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa.

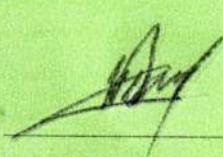
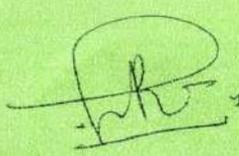
Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan rancangan *the non equivalent control group design*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Panyabungan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala hubungan interpersonal yang disusun oleh peneliti dengan validitas 0,535 dan reliabilitas 0,881. Data dianalisis menggunakan *wilcoxon signed ranks test* dan *kolmogorov-smirnov two independent sampel*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *assertiveness training* format kelompok efektif dalam meningkatkan hubungan interpersonal siswa. Hal ini dapat dilihat dari angka probabilitas *alpha* 0,015. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan dalam membuat program layanan bimbingan dan konseling, terutama penggunaan *assertiveness training* format kelompok untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa.

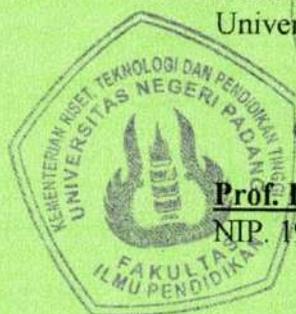
Kata Kunci: Hubungan Interpersonal, *Assertiveness Training*, Format Kelompok, Siswa.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : *Khadijah Lubis*
NIM : 16151059

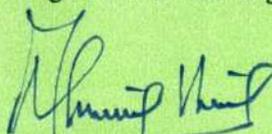
Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Dr. Daharnis, M.Pd., Kons.</u> Pembimbing I		_____
<u>Dr. Yarmis, M.Pd., Kons.</u> Pembimbing II		_____

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang,

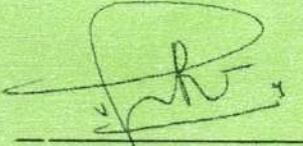
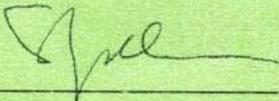
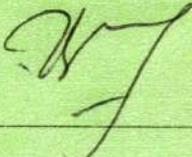


Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd.
NIP. 19630320 198803 1 002

Koordinator Program Studi S2
Bimbingan dan Konseling FIP UNP,


Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
NIP. 19620405 198803 1 001

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

No	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Dr. Daharnis, M.Pd., Kons.</u> (Ketua)	 _____
2.	<u>Dr. Yarmis, M.Pd., Kons.</u> (Sekretaris)	 _____
3.	<u>Dr. Syahniar, M.Pd., Kons.</u> (Anggota)	 _____
4.	<u>Dr. Afdal, M.Pd., Kons.</u> (Anggota)	 _____

Mahasiswa :
Nama : *Khadijah Lubis*
NIM : 16151059
Tanggal Ujian :

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul “Efektivitas Penggunaan *Assertiveness Training* Format Kelompok untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal Siswa” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan menyebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Juli 2019
Saya yang Menyatakan



KHADIJAH LUBIS
NIM. 16151059

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat, taufik dan hidayahNya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan tesis yang berjudul “Efektivitas Penggunaan *Assertiveness Training* Format Kelompok untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal Siswa”. Peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam menyusun dan menyelesaikan hasil penelitian ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Daharnis, M.Pd., Kons., selaku pembimbing I dan Ibu Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons., selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan dan motivasi kepada peneliti demi kesempurnaan tesis ini.
2. Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons., dan bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku kontributor yang telah meluangkan waktu dan pikiran dalam memberikan masukan yang berarti untuk perbaikan penyusunan tesis ini.
3. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons., dan bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., selaku validator instrumen yang telah meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan masukan yang berarti dalam penyusunan instrumen penelitian yang digunakan untuk menyelesaikan tesis ini.
4. Pimpinan dan segenap staf tata usaha Program Studi S2 Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP, yang telah memberikan pelayanan terbaik dan kelancaran administrasi pada peneliti dalam penyelesaian tesis ini.
5. Dosen Program Studi S2 Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP, yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan yang sangat membantu dalam penyelesaian tesis ini.
6. Kepala sekolah, guru, staf, dan siswa SMP Negeri 2 Panyabungan, yang telah memberikan kesempatan dan bantuan kepada peneliti untuk melaksanakan uji coba instrumen penelitian.

7. Kepala sekolah, guru, staf, dan siswa SMP Negeri 1 Panyabungan, yang telah memberikan kesempatan dan bantuan kepada peneliti selama melaksanakan penelitian.
8. Kedua orangtua tercinta, Ayahanda H. M. Sakolan Lubis dan Ibunda Hj. Saimah Hasibuan. Terima kasih atas semua dukungan moril dan materil, cinta, kasih sayang, doa, perhatian, semangat, dan kepercayaan yang tanpa kenal lelah diberikan kepada peneliti.
9. Teman-teman mahasiswa Program Studi S2 BK FIP UNP angkatan 2016 atas dukungan, perhatian, semangat serta ide-ide yang telah diberikan dalam menyusun dan menyelesaikan tesis ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan secara keseluruhan yang telah membantu peneliti dalam menyusun tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan, untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini masih terdapat kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak demi kesempurnaan tesis ini.

Padang, Juli 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR DIAGRAM	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	12
C. Pembatasan Masalah	14
D. Rumusan Masalah	14
E. Tujuan Penelitian	15
F. Manfaat Penelitian	16
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	19
1. Hubungan Interpersonal	19
a. Pengertian Hubungan Interpersonal	19
b. Faktor yang Menumbuhkan Hubungan Interpersonal	22
c. Tahap-tahap Hubungan Interpersonal	25
d. Model Hubungan Interpersonal	30
e. Aspek-aspek Hubungan Interpersonal	32
f. Cara Memelihara dan Mengembangkan Hubungan Interpersonal	35

2. <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	39
a. Pengertian <i>Assertiveness Training</i>	39
b. Kelebihan dan Kelemahan <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	41
c. Ciri-ciri Perilaku Asertif	42
d. Tujuan <i>Assertiveness Training</i>	44
e. Manfaat <i>Assertiveness Training</i>	45
f. Prosedur Pelaksanaan <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	46
3. Penggunaan <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal	55
B. Kajian Penelitian Relevan	58
C. Kerangka Berpikir	60
D. Hipotesis Penelitian	61
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	63
1. Rancangan Penelitian	63
2. Prosedur Penelitian	64
B. Subjek Penelitian	67
C. Definisi Operasional	72
D. Pengembangan Instrumen Penelitian	72
1. Jenis Instrumen Penelitian	72
2. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	75
E. Teknik Pengumpulan Data	80
F. Teknik Analisis Data	81
1. Deskripsi Data	81
2. Pengujian Hipotesis	82
G. Pelaksanaan Penelitian	83
1. Izin Penelitian	83
2. Pengadministrasian Instrumen <i>Pretest</i>	84
3. Kegiatan Penelitian	84

4. Deskripsi Proses Pemberian Perlakuan pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	86
5. Pengadministrasian Instrumen <i>Posttest</i>	89
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	90
1. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	91
2. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	95
B. Pengujian Hipotesis	102
1. Pengujian Kesetaraan <i>Pretest</i> Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	104
2. Pengujian Hipotesis Pertama yaitu Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Eksperimen	105
3. Pengujian Hipotesis Kedua yaitu Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Kontrol	107
4. Pengujian Hipotesis Ketiga yaitu Perbedaan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	109
C. Pembahasan	110
1. Hubungan Interpersonal Siswa	111
2. Perbedaan Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah Diberikan <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	114
3. Perbedaan Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok Tanpa <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	119
4. Perbedaan Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	122
D. Keterbatasan Penelitian	125
BAB V. KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	127
B. Implikasi.....	128
C. Saran.....	128

DAFTAR RUJUKAN	132
LAMPIRAN	140

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Langkah-langkah <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	54
2. Rancangan Kegiatan <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal Siswa	65
3. Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	70
4. Kisi-kisi Instrumen Hubungan Interpersonal	73
5. Pedoman Skor	75
6. Validitas Butir Item Instrumen Hubungan Interpersonal	78
7. Reliabilitas Instrumen Hubungan Interpersonal	80
8. Kategorisasi Hubungan Interpersonal	82
9. Jadwal Pelaksanaan Layanan Kelompok Eksperimen	85
10. Jadwal Pelaksanaan Layanan Kelompok Kontrol	86
11. Perbedaan Pelaksanaan Kegiatan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	87
12. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Eksperimen	91
13. Distribusi Frekuensi Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen ..	93
14. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Kontrol	95
15. Distribusi Frekuensi Skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	98
16. Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol	100
17. Hasil Analisis <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples Pretest</i> Hubungan Intepersonal Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol	105
18. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Perbedaan Hubungan Interpersonal Siswa pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	106
19. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Eksperimen	106
20. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Ranks Test</i> Perbedaan Hubungan Interpersonal Siswa Pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	107
21. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Kontrol	108

22. Hasil Analisis *Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples Posttest*
Hubungan Interpersonal Siswa Kelompok Eksperimen dan Kontrol 109

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir	61
2. Rancangan Penelitian <i>The Non Equivalent Control Group Design</i>	63
3. Kerangka Prosedur Penelitian	71

DAFTAR DIAGRAM

Diagram	Halaman
1. Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Eksperimen	95
2. Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Hubungan Interpersonal Siswa pada Kelompok Kontrol	99

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Penelitian Hubungan Interpersonal	141
2. Hasil Uji Coba Instrumen Hubungan Interpersonal	150
3. Tabulasi Hasil <i>Pretest</i> Klasikal	155
4. Tabulasi Hasil <i>Pretest & Posttest</i> Kelompok Eksperimen	158
5. Tabulasi Hasil <i>Pretest & Posttest</i> Kelompok Kontrol	160
6. Hasil Uji Hipotesis Penelitian	162
7. Rancangan Materi Penelitian	167
8. Daftar Hadir dan Lembar Observasi Pelaksanaan <i>Assertiveness Training</i> Format Kelompok	170
9. Dokumentasi Penelitian	182
10. Surat Izin Uji Coba Instrumen Penelitian	187
11. Surat Balasan Uji Coba Instrumen Penelitian	188
12. Surat Izin Penelitian dari Universitas	189
13. Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan	190
14. Surat Balasan Penelitian	191

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan orang lain untuk keberlangsungan hidupnya. Proses kehidupan manusia dimulai dari sejak lahir hingga dewasa terus mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu tahap perkembangan yang dilalui manusia adalah masa remaja. Masa remaja merupakan periode transisi dari anak menuju dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan fisik, kognitif dan psikososial (Papalia & Feldman, 2014). Masa remaja merupakan periode yang sangat berisiko, sehingga sebagian remaja mengalami kesulitan dalam menghadapi perubahan yang terjadi pada dirinya (Monks & Knoers, 2013; Papalia & Feldman, 2014). Oleh karena itu, remaja membutuhkan orang lain untuk memahami setiap perubahan fisik maupun psikis yang dialami (Santrock, 2014).

Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja adalah perubahan dalam hubungan interpersonal. Erickson (Papalia & Feldman, 2014) menyatakan bahwa tugas utama remaja adalah mencari identitas diri, agar tidak terjadi krisis identitas dan kebingungan peran. Identitas diri yang dimiliki remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya, dan apa peranannya dalam masyarakat. Keberhasilan remaja dalam mengatasi krisis identitas, membuatnya mampu mengembangkan hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain, seperti kesetiaan, keyakinan, kepercayaan, dan dicintai teman atau sahabat (Monks & Knoers, 2013).

Pada masa remaja, hubungan dengan orang tua juga mengalami perubahan. Remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya daripada orang tua (Kenny, Dooley, & Fitzgerald, 2013; Monks & Knoers, 2013; Santrock, 2014) dan sering terjadi konflik antara orang tua dengan remaja (De Goede, Branje, & Meeus, 2009).

Remaja memiliki kebutuhan untuk disukai dan diterima oleh teman sebaya. Penerimaan tersebut menimbulkan perasaan senang dan bahagia, sebaliknya remaja akan merasa gelisah apabila ditolak dan diremehkan oleh teman sebaya (Santrock, 2014). Bagi remaja, teman merupakan seorang yang penting dalam hidupnya (Ardi, Ibrahim, & Said, 2012). Hal ini ditandai dengan kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja saling mencari teman sebaya karena mengerti bahwa mereka memiliki nasib yang sama. Melalui teman sebaya, remaja memperoleh umpan balik mengenai kemampuan yang dimiliki, dan mengetahui baik buruknya tindakan yang dilakukan (Monks & Knoers, 2013). Hal ini memungkinkan remaja dapat menjalin hubungan persahabatan dengan remaja lainnya (Santrock, 2014).

Kondisi di atas relevan dengan tugas perkembangan remaja yang dikemukakan oleh Havighurst bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah menerima peran sosial, belajar mandiri, serta membina hubungan interpersonal dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan (Monks & Knoers, 2013). Berdasarkan tugas perkembangan tersebut, remaja diharapkan mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial dan dituntut untuk mampu membina hubungan interpersonal yang baik dengan teman sebaya.

Kleptsova & Balabanov (2016) mendefinisikan bahwa hubungan interpersonal adalah interaksi antara seorang individu dengan individu lain yang saling mempengaruhi dan terjalin melalui proses komunikasi yang disertai dengan ikatan emosional. Hubungan interpersonal ditandai dengan beberapa hal, yaitu adanya saling ketergantungan, pemenuhan kebutuhan, dan ikatan emosional (Jackson-Dwyer, 2014). Aktivitas yang dilakukan bersama, komunikasi serta adanya interaksi juga merupakan hal penting dalam hubungan interpersonal (Kleptsova & Balabanov, 2016). Komunikasi merupakan salah satu alat untuk membina hubungan dengan orang lain (Berdibayeva, Garber, Ivanov, Massalimova, Kukubayeva, & Berdibayev, 2016; Tirmidzi, Nursalim, Pratiwi, & Setiawati, 2013).

Kemampuan menjalin hubungan interpersonal meningkat pada masa remaja yang ditandai dengan terjalinnya persahabatan, pengungkapan diri, dukungan emosional, penerimaan, dan kegembiraan (Kenny et al., 2013; Papalia, Old, & Feldman, 2009). Pada masa remaja, persahabatan merupakan hubungan yang paling penting (Rubin, Dwyer, Booth-LaForce, Kim, Burgess, & Rose-Krasnor, 2004) dan pada masa ini, remaja memiliki banyak teman dekat (Kenny et al., 2013).

Remaja dapat membangun hubungan interpersonal dengan cara saling menyapa, memberi senyum, berjabat tangan, dan pada saat tertentu memberikan sentuhan empati sebagai ungkapan senasib sepenanggungan, dan merasakan langsung apa yang dirasakan oleh orang lain (Lutfiyanti & Nursalim, 2013). Remaja yang memiliki hubungan interpersonal tinggi akan

memiliki banyak teman dekat, memiliki pandangan yang baik tentang diri sendiri, mampu menjalani pendidikan di sekolah dengan baik, mampu bergaul, serta memiliki kemungkinan kecil untuk berperilaku agresif, cemas, dan depresi (Berndt & Perry, dalam Papalia, Old, & Feldman, 2009).

Tinggi rendahnya hubungan interpersonal siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu perbedaan ras (McGowan, 2016), perbedaan jenis kelamin, dan usia (Kenny et al., 2013), karakteristik pribadi, perubahan sosiokultural, tekanan emosi (Kleptsova & Balabanov, 2016), konsep diri, pola asuh orang tua, dan keterampilan sosial (Batubara, 2010). Kebahagiaan hidup juga dapat mempengaruhi hubungan interpersonal dengan teman sebaya (La Greca & Harrison, 2005). Hubungan interpersonal berkembang dengan baik karena adanya dukungan, dan keterbukaan dalam hubungan yang memungkinkan terjadinya penyelesaian masalah individu dalam kelompok (Kenny et al., 2013).

Hubungan interpersonal yang baik memiliki dampak positif di antaranya: mengurangi kecemasan sosial (La Greca & Harrison, 2005), depresi (Kenny et al., 2013; Luo, Xiang, Zhang, & Wang, 2017), meningkatkan kesehatan mental (Du Plooy, 2015), kebahagiaan (Michek & Loudová, 2014), serta meningkatkan minat belajar siswa (Yang, 2016). Oleh karena itu, hubungan interpersonal yang baik tentu akan sangat memberikan kontribusi positif bagi remaja.

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada tahap perkembangan remaja. Sari & Muhari (2013) menyatakan dalam

penelitiannya bahwa gambaran hubungan interpersonal siswa SMP secara rata-rata berada pada kategori rendah. Terdapat 70% siswa SMP mengaku mempunyai permasalahan hubungan yang kurang baik dengan teman-temannya, seperti dikucilkan, diperolok, suasana kelas yang tidak menyenangkan, kurang bersosialisasi, kurang kompak, dan mementingkan diri sendiri.

Hubungan interpersonal yang rendah akan mempengaruhi pergaulan remaja. Remaja yang mempunyai kemampuan hubungan interpersonal rendah, akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal, dan kesulitan bergaul dengan teman-temannya (Tirmidzi et al., 2013). Du Plooy (2015) juga menyatakan bahwa banyak remaja yang kurang memiliki keterampilan memelihara hubungan interpersonal secara efektif di lingkungannya.

Hubungan interpersonal yang rendah dapat menimbulkan perilaku anti sosial seperti perilaku agresif, perkelahian, dan sebagainya (Santrock, 2014). Fenomena *bullying* juga merupakan salah satu bentuk rendahnya kemampuan hubungan interpersonal siswa. Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2011-2017 terdapat 26 ribu kasus *bullying* yang dilakukan remaja di sekolah. Laporan tertinggi yang diterima KPAI adalah remaja yang berhadapan dengan hukum. Berdasarkan data tersebut, dapat dipahami bahwa kasus *bullying* merupakan satu hal yang sangat serius. Apabila perilaku *bullying* terus meningkat akan banyak dampak negatif yang diterima oleh pelaku maupun korban. KPAI juga mencatat ada 229 kasus

tawuran pelajar sepanjang Januari-Oktober tahun 2013. Jumlah ini meningkat sekitar 44% dibanding tahun 2012 yang hanya 128 kasus. Terdapat 229 kasus kekerasan antar pelajar SMP/SMA, dan 19 siswa meninggal dunia (Rozali, 2015).

Data tersebut didukung dengan hasil penelitian Burk & Laursen (2005) yang menyatakan bahwa hubungan interpersonal yang rendah mengakibatkan terjadinya konflik. Konflik tersebut dapat membawa remaja pada pertengkaran atau pemutusan hubungan. Pada umumnya, dampak konflik yang dialami remaja laki-laki lebih berbahaya daripada konflik yang dialami oleh perempuan Burk & Laursen (2005). Rendahnya hubungan interpersonal siswa akan berdampak buruk pada prestasi akademiknya, dan dapat berakibat pada keputusan untuk berhenti sekolah (Du Plooy, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan interpersonal yang rendah akan memberikan dampak buruk bagi remaja.

Kondisi yang dijabarkan di atas, relevan dengan keadaan yang dialami oleh siswa di SMP Negeri 1 Panyabungan. Berdasarkan data sosiometri, diperoleh bahwa terdapat siswa yang terisolir dan adanya beberapa siswa yang berteman dengan kelompok-kelompok tertentu saja. Selain itu, berdasarkan hasil observasi, dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) pada 22 Januari 2018 diperoleh keterangan bahwa masih ditemukan siswa yang sulit untuk membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya, siswa kurang menghargai teman, memukul teman tanpa alasan yang jelas, siswa masih enggan bertegur sapa ketika bertemu dengan siswa

lain yang tidak dikenal, kurangnya kekompakan, kurang peduli terhadap kesulitan yang dihadapi oleh teman, mengeluarkan kata-kata kasar dan tidak sopan sehingga menyakiti perasaan teman, beberapa siswa sulit menyatakan keinginannya kepada teman, terdapat siswa yang senang menyendiri, terdapat siswa yang pasrah menerima ejekan teman, dan saling mengejek yang akhirnya mengakibatkan terjadinya perselisihan atau perkelahian.

Adapun tindak lanjut yang dilakukan oleh guru BK di SMP Negeri 1 Panyabungan ialah melakukan layanan konseling perorangan, layanan mediasi, layanan bimbingan kelompok, dan layanan informasi tentang membina hubungan sosial. Pada saat pemberian layanan, guru BK kurang memanfaatkan media dan teknik konseling untuk penanganan permasalahan siswa terkait hubungan interpersonal sehingga pelayanan yang dilakukan masih bersifat konvensional. Hal ini menyebabkan pengentasan permasalahan tersebut belum begitu efektif.

Pelayanan bimbingan dan konseling diselenggarakan secara sistematis dan terjadwal dengan menggunakan metode serta teknik khas bimbingan dan konseling yang menarik, interaktif, menyenangkan, dan reflektif. Hal ini bertujuan agar pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling dapat berjalan dengan baik dan menyenangkan. Salah satu teknik pelayanan bimbingan dan konseling yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan kemampuan hubungan interpersonal siswa adalah *assertiveness training* format kelompok.

Penggunaan format kelompok dianggap cukup efektif dalam mengembangkan kemampuan hubungan interpersonal siswa seperti komunikasi efektif, toleransi, tanggung jawab, memperluas wawasan dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Prayitno, 2017). Setiap siswa bebas berinteraksi dan berekspresi mengeluarkan pendapat masing-masing sehingga terjalin keakraban, memahami karakteristik teman, saling mendukung, dan menghargai antar sesama anggota kelompok (Alizamar, 2012).

Melalui *assertiveness training* format kelompok seseorang dapat mengembangkan hubungan yang jujur dengan orang lain, mengetahui tentang diri sendiri dengan lebih baik, dan merasa lebih percaya diri dalam hubungan interpersonal. Siswa yang mengalami permasalahan hubungan interpersonal, perlu dilatih agar mampu membangun hubungan interpersonal yang lebih efektif dengan teman sebaya, menciptakan suasana yang hangat dan bersahabat (Santrock, 2003).

Corey (Suryawati, 2018) menjelaskan bahwa *assertiveness training* merupakan latihan yang dapat membantu individu untuk mengembangkan kemampuan berhubungan dengan orang lain. *Assertiveness training* membantu individu untuk dapat mengungkapkan perasaan, pikiran dan keinginan secara tegas tanpa mengganggu hak orang lain. *Assertiveness training* mengajarkan individu bagaimana berperilaku tegas dalam berbagai situasi sosial yang dihadapinya, serta bagaimana mempertahankan apa yang seharusnya dilakukan tanpa melanggar hak, dan menyakiti orang lain (Corey, 2009; Spiegler & Guevremont, 2010).

Remaja perlu belajar bagaimana cara berteman dan berinteraksi dengan lawan jenis dalam hubungan interpersonal. Melalui teknik *assertiveness training* format kelompok individu dapat belajar untuk membina hubungan interpersonal baik di rumah, tempat kerja, sekolah, maupun di lingkungan masyarakat (Corey, 2009). *Assertiveness training* format kelompok bermanfaat bagi (1) individu yang memiliki kesulitan untuk mengungkapkan rasa marah dan jengkel, (2) individu yang mengalami kesulitan untuk mengatakan tidak, (3) individu yang terlalu sopan dan membiarkan orang lain memanfaatkannya, (4) individu yang sulit mengungkapkan perasaan kasih sayang dan sulit memberikan respon positif pada orang lain, (5) individu yang merasa tidak memiliki hak untuk mengekspresikan pemikiran, keyakinan dan perasaannya pada orang lain, dan (6) individu yang memiliki fobia sosial/takut memulai hubungan dengan orang lain (Corey, 2009).

Assertiveness training format kelompok berlangsung menggunakan metode permainan peran, dan pemodelan (Corey, 2009; Miltenberger, 2012; Spiegler & Guevremont, 2010). Pemodelan dianggap sangat efektif dan efisien untuk mengajarkan kemampuan asertif kepada siswa. Konselor dan siswa sama-sama bermain peran untuk mengajarkan siswa bagaimana bersikap tegas tanpa menyakiti atau melanggar hak orang lain serta membentuk perilaku yang diinginkan oleh siswa (Corey, 2009). Perilaku tersebut dipraktikkan di depan konselor, kemudian dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari (Corey, 2009). Melalui pemodelan dalam *assertiveness training*, individu merasakan kenyamanan, dan kebahagiaan dalam

berhubungan dengan orang lain (Corey, 2009; Spiegler & Guevremont, 2010).

Salah satu tujuan *assertiveness training* adalah mengajarkan siswa untuk mampu bersikap tegas namun tetap memahami perasaan orang lain. Bersikap asertif tidak berarti agresif. Siswa yang benar-benar asertif tidak mengekspresikan dirinya dengan segala cara dan mengabaikan perasaan orang lain (Corey, 2009). *Assertiveness training* menumbuhkan kesadaran pada siswa bahwa mereka berhak membela diri dari upaya penindasan yang dilakukan oleh orang lain serta dapat membangun hubungan sosial yang baik dengan orang lain (Avsar & Alkaya, 2017). Seseorang dapat lebih tegas, jujur terhadap perasaan dan keinginannya dengan perilaku asertif (Suryawati, 2018). Avsar & Alkaya (2017) menyatakan bahwa penggunaan *assertiveness training* dapat meningkatkan hubungan interpersonal dengan orang tua, saudara kandung, teman sebaya, serta meningkatkan prestasi akademik di sekolah.

Cecen-erogul & Zengel (2009) menyatakan bahwa *assertiveness training* dapat meningkatkan perilaku asertif pada remaja. Selain itu, *assertiveness training* juga dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan sosial (Eskin, 2003), konsep diri, menurunkan rasa rendah diri, meningkatkan *self esteem* (Anyamene, Chinyelu, & Nneka, 2016), dan meningkatkan hubungan interpersonal (Korsgaard et.al, dalam Cecen-erogul & Zengel, 2009; Corey, 2009; Rahmi, 2016). Dwairy (2004) menyatakan bahwa *assertiveness training* sebagai proses belajar membela hak seseorang,

dan mengatasi permasalahan yang dihadapi secara asertif, tidak pasif atau agresif. *Assertiveness training* dirancang untuk memperbaiki keyakinan, dan perilaku yang tidak asertif, membantu mengubah cara pandang individu (Lin, Shiah, Chang, Lai, Wang, & Chou, 2004), membangun kepercayaan diri (Susanti, 2016), meningkatkan komunikasi interpersonal (Lin et al., 2004; Muthohharoh, 2016; Sembiring, 2016), meningkatkan perilaku asertif, kebahagiaan hidup dan prestasi akademik (Paezy, Shahraray, & Abdi, 2010), mengurangi perilaku *bullying* (Arumsari, 2017; Avsar & Alkaya, 2017), dan mengurangi kecemasan sosial (Manesh, Fallahzadeh, Panah, Koochebiuki, Arabi, & Sahami, 2015; Suryawati, 2018).

Miltenberger (2012) menyatakan bahwa penggunaan *assertiveness training* format kelompok memiliki beberapa keuntungan, diantaranya: (1) *assertiveness training* format kelompok lebih efisien daripada yang dilakukan secara individual karena instruksi dan pemodelan disajikan di depan seluruh anggota kelompok, (2) setiap anggota kelompok dapat belajar dengan melihat anggota kelompok lainnya berlatih asertif dan menerima umpan balik mengenai penampilan mereka, (3) anggota kelompok dapat mengevaluasi penampilan anggota kelompok lainnya dan memberikan umpan balik, (4) dengan banyaknya anggota kelompok yang berpartisipasi dalam bermain peran (*role playing*) sehingga dapat diputuskan perilaku mana yang akan diterapkan oleh klien dalam kehidupannya, dan (5) adanya penguatan dan dukungan dari anggota kelompok yang dapat membantu individu untuk lebih yakin terhadap perilaku yang akan diterapkan nantinya.

Keberhasilan dan kegagalan siswa dalam belajar, karir dan sosial ditentukan oleh hubungan interpersonal yang dimilikinya. Mengingat pentingnya membina hubungan interpersonal bagi siswa dan pentingnya penyelenggaraan BK di sekolah untuk membantu siswa mengoptimalkan potensi yang dimilikinya baik dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir serta banyaknya permasalahan sosial yang dialami siswa di sekolah, maka perlu didalami bagaimana gambaran hubungan interpersonal siswa. Hal ini yang menjadi ketertarikan peneliti untuk mengadakan penelitian yang berjudul “Efektivitas Penggunaan *Assertiveness Training* Format Kelompok untuk Meningkatkan Hubungan Interpersonal Siswa”.

B. Identifikasi Masalah

Secara hakiki, manusia tidak pernah lepas dari orang lain, individu selalu membutuhkan orang lain untuk menjalani kehidupan. Oleh karena itu, manusia perlu menjalin hubungan interpersonal yang baik dengan manusia lain. Hubungan interpersonal dapat terjadi di rumah, sekolah dan lingkungan masyarakat. Misalnya di rumah, remaja berhadapan dengan orang tua, di lingkungan remaja berhubungan dengan masyarakat sekitar mulai dari yang muda hingga tua dan di sekolah, remaja berhubungan dengan teman sebaya dan guru (Burk & Laursen, 2005). Hal ini menunjukkan bahwa remaja tidak pernah terlepas dari orang lain.

Hubungan interpersonal siswa dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu perbedaan ras (McGowan, 2016), perbedaan jenis kelamin dan usia (Kenny et al., 2013), karakteristik pribadi, perubahan sosiokultural, tekanan emosi

(Kleptsova & Balabanov, 2016), konsep diri, pola asuh orang tua dan keterampilan sosial (Batubara, 2010). Kebahagiaan hidup juga dapat mempengaruhi hubungan interpersonal dengan teman sebaya (La Greca & Harrison, 2005). Hubungan interpersonal berkembang dengan baik karena adanya dukungan dan keterbukaan dalam hubungan sosial yang memungkinkan terjadinya penyelesaian masalah individu dalam kelompok (Kenny et al., 2013).

Hubungan interpersonal yang baik memiliki dampak positif, yaitu: dapat mengurangi kecemasan sosial (La Greca & Harrison, 2005), depresi (Kenny et al., 2013; Luo et al., 2017), dan kebahagiaan (Michek & Loudová, 2014), serta meningkatkan minat belajar siswa (Yang, 2016). Adapun berbagai intervensi yang dapat digunakan untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa yaitu, layanan bimbingan kelompok (Ambarini, 2013; Hazrina, Yakub, & Saam, 2016), sosiodrama (Nursafitri & Setiawati, 2013; Tirmidzi et al., 2013), metode belajar *jigsaw* (Alsa, 2010), teknik *group exercise* (Krisnawati & Indah, 2016), latihan membuka diri (Fitriya, 2017), dan teknik *assertiveness training* (Korsgaard et al., dalam Cecen-erogul & Zengel, 2009; Corey, 2009; Rahmi, 2016).

Berdasarkan latar belakang dan teori di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi dalam penelitian ini adalah:

1. Kurang terjalin hubungan yang baik antar siswa.
2. Kurangnya kekompakan antar siswa.
3. Kurangnya saling menghargai antar siswa.

4. Beberapa siswa kurang peduli terhadap kesulitan yang dihadapi teman baik dalam kehidupan pribadi dan belajar.
5. Beberapa siswa menuturkan kata-kata kasar dan tidak sopan yang menyakiti perasaan teman.
6. Beberapa siswa saling mengejek dan memberi *label* kepada temannya, serta siswa yang pasrah menerima ejekan teman.
7. Terdapat siswa yang sulit menolak permintaan teman yang tidak ingin dilakukan.
8. Guru BK/Konselor belum secara efektif memberikan pelayanan bimbingan dan konseling mengenai hubungan interpersonal melalui penggunaan *assertiveness training* format kelompok.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dalam penelitian ini, terdapat berbagai strategi intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan hubungan sosial siswa. Adapun permasalahan penelitian ini dibatasi pada efektivitas penggunaan *assertiveness training* format kelompok untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa di SMP Negeri 1 Panyabungan.

D. Rumusan Masalah

Secara umum, rumusan masalah dari penelitian ini yaitu: “apakah penggunaan *assertiveness training* format kelompok efektif untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa di SMP Negeri 1 Panyabungan?”. Secara khusus, rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat perbedaan hubungan interpersonal pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan melalui *assertiveness training* format kelompok?
2. Apakah terdapat perbedaan hubungan interpersonal pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan tanpa menggunakan *assertiveness training* format kelompok?
3. Apakah terdapat perbedaan hubungan interpersonal pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan menggunakan *assertiveness training* format kelompok dengan kelompok kontrol yang diberikan perlakuan tanpa menggunakan *assertiveness training* format kelompok?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan secara umum dalam penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan efektivitas penggunaan *assertiveness training* format kelompok dalam meningkatkan hubungan interpersonal siswa. Adapun tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan:

1. Perbedaan hubungan interpersonal siswa pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan *assertiveness training* format kelompok.
2. Perbedaan hubungan interpersonal siswa pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan tanpa menggunakan *assertiveness training* format kelompok.

3. Perbedaan hubungan interpersonal siswa pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan menggunakan *assertiveness training* format kelompok dengan kelompok kontrol yang diberikan perlakuan tanpa menggunakan *assertiveness training* format kelompok.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dijabarkan ke dalam manfaat teoretis dan manfaat praktis sebagai berikut.

1. Manfaat Teoretis

Secara teoretis, diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi dunia pendidikan, khususnya BK terkait dengan pengembangan teori efektivitas penggunaan *assertiveness training* format kelompok untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Siswa

Setelah *assertiveness training* format kelompok diberikan, siswa mampu membangun dan membina hubungan interpersonal dengan teman sebaya baik di sekolah, maupun di lingkungan masyarakat.

- b. Bagi Guru BK/Konselor

Bahan masukan bagi guru BK/konselor baik dalam penyusunan program layanan BK, dalam menumbuhkan dan meningkatkan hubungan interpersonal siswa.

c. Bagi Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman kepada seluruh personel sekolah terkait dengan kinerja dan pelayanan BK terutama dalam rangka meningkatkan hubungan interpersonal siswa.

d. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNP

Mempersiapkan calon guru BK/konselor yang nantinya akan bertugas di lembaga pendidikan, dengan meningkatkan keterampilan melaksanakan layanan bimbingan dan konseling, khususnya dalam hal ini berkaitan dengan penggunaan *assertiveness training* format kelompok untuk meningkatkan hubungan interpersonal siswa.

e. Bagi Dinas Pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan untuk memberikan dukungan dan turut berpartisipasi dalam meningkatkan hubungan interpersonal siswa. Menyelenggarakan pelatihan (*workshop*) kepada guru BK/Konselor berkenaan dengan *assertiveness training* format kelompok sehingga guru BK/Konselor lebih terampil dan profesional.

f. Bagi Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling (MGBK)

Hasil penelitian dapat digunakan untuk penyelenggaraan pelatihan bagi guru BK/Konselor dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan konseling di sekolah dengan menerapkan teknik dan pendekatan konseling khususnya *assertiveness training* format kelompok dalam meningkatkan hubungan interpersonal.

g. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat menjadi referensi awal bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai hubungan interpersonal dan *assertiveness training* format kelompok.