

PENERAPAN KONSELING KELOMPOK LATIHAN ASERTIF PADA SISWA KORBAN BULLYING DI SMPN 34 SURABAYA

Devi Shintia Fatmawati

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan
Email : (devifatmawati2@mhs.unesa.ac.id)

Titin Indah Pratiwi

Bimbingan dan konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan
Email : (titinindahpratiwi@unesa.ac.id)

Abstrak

Bullying adalah suatu perilaku negative yang dilakukan seseorang atau kelompok untuk menyakiti orang lain dengan persaan senang dan dilakukan secara berulang – ulang sehingga korban merasa tertekan dan tidak berdaya. Seseorang yang cenderung menjadi korban *bullying* salah satunya adalah karena memiliki sikap asertif yang rendah. Fenomena yang terjadi di lapangan yang mengarah pada terjadinya kasus *bullying* pada siswa perlu adanya peran serta berbagai pihak terutama guru bimbingan dan konseling untuk membantu siswa yang menjadi korban *bullying* agar dapat berperilaku lebih asertif dengan menggunakan teknik latihan asertif. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektifitas konseling kelompok latihan asertif untuk meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* kelas VIII SMPN 34 Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian pre experiment dengan rancangan penelitian yaitu one group pre test – post test, metode pengumpulan data berupa angket. Teknik analisis penelitian ini yaitu uji statistic non parametik menggunakan uji Wilcoxon. Subjek penelitian ini adalah 5 siswa dari kelas VIII yang menjadi korban *bullying* dan memperoleh hasil pretest termasuk kategori yang memiliki sikap asertif rendah.

Berdasarkan hasil analisis *test statistic* uji Wilcoxon di ketahui asymp. Sig (2-tailed) bernilai 0,043, karena nilai $0,043 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima. Artinya terdapat peningkatan asertif siswa korban *bullying* di SMPN 34 Surabaya setelah diberikan konseling kelompok Latihan Asertif.

Kata kunci : Konseling Kelompok, Latihan Asertif, Perilaku Asertif, *Bullying*

Abstract

Bullying is a negative behavior done by a person or group to hurt others they did it happily and continuously so that the victim feels depressed and helpless. One of the reasons why someone tends to be a victim of bullying is because of their low assertiveness. The phenomenon occurring in the field showed that the cases lead to bullying in students need the participation of various parties, especially counselling teachers to help students who become the victims of bullying behave more assertively by using assertive training techniques. The purpose of this study was to examine the effectiveness of assertive training group counseling to improve the assertiveness of eighth (VIII) grade students as bullying victims at SMPN 34 Surabaya. This research is pre-experimental research type and used one group pre-test - post test research design, data collection methods used was questionnaire. The data analysis technique of this research is non-parametric statistical tests using the Wilcoxon test. The subjects of this study were 5 students from class VIII who were the victims of bullying and the pretest results belonged to the category that had a low assertiveness.

Based on the results of the statistical analysis of the Wilcoxon test it is known that the Asymp. Sig (2-tailed) is 0.043, because the value is $0.043 < 0.05$, it can be concluded that H_1 is accepted. This means that the assertiveness of students as bullying victims increases after being given assertive training in group counselling.

Keywords: *Counseling Groups, Assertive Training, Assertive Behavior, Bullying*

PENDAHULUAN

Dalam bahasa Inggris istilah *bullying* diartikan sebagai suatu tindakan menggertak atau mengganggu. *Bullying* merupakan sebuah keinginan yang dimiliki seseorang untuk menyakiti orang lain, keinginan tersebut ditunjukkan dalam sebuah tindakan yang menyebabkan orang lain menderita. Tindakan tersebut pada umumnya dilakukan secara berulang – ulang kepada seseorang yang dianggap lebih lemah darinya. Berbagai macam perilaku *bullying* yang sering terjadi dikalangan pelajar di sekolah yakni seperti mengejek menggunakan nama julukan, menghasut, mencemoohkan teman dengan anggota kelompok, menakut-nakuti, mengancam, atau menyerang secara fisik. *Bullying* secara fisik yang dilakukan tersebut seperti mendorong, menendang, mencakar, dan menjambak. Tindakan *bullying* seperti ini sebagian besar orang atau guru menganggap adalah suatu hal yang biasa dan wajar terjadi di kalangan pelajar dan seringkali hanya dianggap sebagai gurauan biasa. Padahal jika tindakan *bullying* seperti ini tidak segera ditangani atau hanya dibiarkan saja, maka akan menimbulkan dampak yang lebih besar di kemudian hari.

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMPN 34 Surabaya akhir – akhir ini sering terjadi kasus *bullying* antar teman, hal ini terjadi berawal dari gurauan, yang akhirnya siswa saling menghina melontarkan kata-kata kotor bahkan sampai terjadi kontak fisik.

Sejauh ini upaya yang telah dilakukan guru bimbingan dan konseling di SMPN 34 Surabaya dalam menangani kasus *bullying* masih pada tahap memberikan pemahaman mengenai *bullying* secara umum. Terkait pada tindakan kasus *bullying* yang terjadi, tindakan yang dilakukan guru bimbingan dan konseling hanya melakukan sebuah teguran pada siswa, konseling pada pelaku dan mendatangkan orang tua pada kasus yang dirasa memang cukup serius. Dalam hal ini guru bimbingan dan konseling belum memberikan layanan kepada para siswa yang menjadi korban *bullying*.

Kaitannya dengan perilaku *bullying* yang sering terjadi pada siswa di SMPN 34 Surabaya, maka pemberian bantuan dari guru bimbingan dan konseling akan difokuskan pada siswa yang menjadi korban *bullying*. Siswa yang mengalami tindakan *bullying* (korban *bullying*) perlu mendapatkan bantuan berupa konseling kelompok latihan asertif. Hal ini dilakukan agar siswa yang menjadi korban *bullying* mampu mengekspresikan apa yang mereka rasakan, jauh dari kekerasan dan penindasan yang dilakukan oleh orang lain.

Seorang siswa yang mengalami suatu tindakan *bullying* pada umumnya merupakan siswa yang memiliki tingkat atau kemampuan asertif yang

rendah. Oleh karenanya perilaku asertif perlu dimiliki seorang siswa korban *bullying* agar memiliki keberanian untuk melindungi dirinya dari tindakan *bullying* yang dilakukan oleh orang lain. (Soedjojo, 2009). Menurut Jakuwboski & Lange dalam (Nursalim, 2014) mendefinisikan sebuah perilaku asertif sebagai perilaku yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kepentingan pribadi dengan cara mengungkapkan hal – hal yang sedang dirasakan baik itu perasaan positif maupun negative secara jujur akan tetapi tanpa mengurangi hak – hak orang lain.

Menanggapi hal tersebut diatas perlu adanya upaya pemberian layanan konseling pada siswa yang menjadi korban *bullying*, salah satunya dengan memberikan suatu layanan konseling kelompok latihan asertif. Konseling kelompok merupakan suatu cara dalam memberikan sebuah layanan bimbingan dan konseling kepada siswa yang memiliki persoalan secara pribadi yang dapat dibahas dan diatasi secara bersama melalui dinamika kelompok (Hallen, 2002). Menurut Prayitno & Amti (2004) pada dasarnya sebuah layanan konseling kelompok sebenarnya merupakan sebuah layanan konseling individual yang dilaksanakan secara berkelompok.

Latihan asertif adalah suatu latihan yang diberikan kepada seseorang yang mengalami kesulitan berkomunikasi, tidak mampu atau takut dalam menolak tindakan orang lain agar dapat mengungkapkan keinginan dan pendapatnya kepada secara jujur dan terbuka tanpa menyinggung atau menyakiti perasaan orang lain. Lazarus (1973) dalam (Nursalim, 2014) menyatakan bahwa tujuan latihan asertif adalah untuk meningkatkan kemampuan interpersonal seseorang untuk berani menyatakan tidak, membuat sebuah permintaan, mampu mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif, dan kemampuan dalam membuka dan mengakhiri percakapan.

KAJIAN PUSTAKA

Menurut Sejiwa (2008) *bullying* merupakan sebuah tindakan yang dilakukan oleh seseorang maupun kelompok dengan menyalahgunakan sebuah kekuatan dan kekuasaan kepada seseorang yang lemah secara fisik maupun mental. Wiyani (2012) *bullying* memiliki makna segala tindakan yang dilakukan untuk menyakiti orang lain sehingga membuat orang lain merasa tertekan dan trauma.

Dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan suatu tindakan negative yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok untuk menyakiti dan mengganggu orang lain secara verbal maupun non verbal dengan intensitas waktu yang sering atau berulang-ulang.

Rigby (2002) membagi *Bullying* dalam beberapa bentuk yaitu bentuk fisik berupa menendang, memukul dan mencubit. Bentuk verbal seperti menghina, memberikan julukan nama untuk

dijadikan bahan ejekan. Bentuk isyarat tubuh seperti memberikan ancaman pada orang lain melalui pandangan sinis / gerakan tangan. Bentuk kelompok seperti mengucilkan orang lain dalam satu kelompok.

Pendapat lain dari Sullivan et al, (2004) menyebutkan bahwa seseorang yang menjadi korban bullying pada umumnya adalah seseorang yang memiliki kemampuan atau perilaku asertif yang rendah. Kaitannya dengan hal ini, maka memiliki perilaku asertif sangat penting dimiliki oleh siswa yang menjadi korban *bullying*.

Menurut Jakuwoski & Lange dalam (Nursalim, 2014) mendefinisikan sebuah perilaku asertif sebagai perilaku yang dapat dilakukan untuk mempertahankan kepentingan pribadi dengan cara mengungkapkan hal – hal yang sedang dirasakan baik itu perasaan positif maupun negative secara jujur akan tetapi tanpa mengurangi hak – hak orang lain. Towned (2007) menjelaskan bahwa perilaku asertif merupakan cara hidup individu dalam menjalani kehidupannya yang didasari kepada penghormatan dan penghargaan, asertif juga berkaitan dengan perkembangan hubungan dengan orang lain yang didasarkan pada kepercayaan, kejujuran, keterbukaan dan penghormatan.

Terdapat beberapa ciri asertif yang dijelaskan oleh Fensterheim dan Baer dalam (Sikone, 2006) adalah bahwasanya seseorang yang memiliki perilaku asertif akan memiliki kebebasan dalam mengungkapkan pikiran dan pendapat kepada orang lain baik dengan kata – kata maupun dengan tindakan, memiliki kemampuan berkomunikasi dengan baik secara langsung dan terbuka, mampu menolak dan mengungkapkan ketidaksetujuan atas pendapat orang lain, memiliki sikap percaya diri yang tinggi terhadap kemampuan yang dimiliki.

Dari beberapa penjabaran diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku asertif merupakan suatu perilaku dimana seseorang memiliki kemampuan yang baik dalam berperilaku dan berkomunikasi dengan orang lain secara jujur, terbuka kepada orang lain dan mampu menjaga hak – hak orang lain.

Matheson dalam (Nursalim, 2014) mengungkapkan bahwa beberapa laporan penelitian membuktikan bahwa latihan asertif dapat digunakan sebagai teknik untuk meningkatkan perilaku asertif. Hal tersebut didukung oleh para ahli yang mengungkapkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan konsep diri seseorang dengan baik.

Latihan asertif adalah salah satu teknik yang terdapat di dalam pendekatan behaviorial dan merupakan sebuah keterampilan khusus yang digunakan untuk mengajarkan individu cara mengekspresikan perasaan positif dan negative secara terbuka dan langsung. Corey (2013) mengungkapkan asumsi dasar dari asertif training/latihan asertif ini adalah seseorang memiliki hak untuk mengungkapkan atau mengekspresikan dirinya.

Teori Latihan asertif ini Menurut Bruno(2000) dalam (Nursalim, 2014) bahwa teori latihan asertif ini diasumsikan karena banyak manusia yang menderita karena perasaan cemas, tidak bahagia, bahkan depresi akibat tidak mampu mempertahankan hak dan membela kepentingan pribadinya. Lazarus (1973) dalam (Nursalim, 2014) mengungkapkan tujuan dari latihan asertif yaitu untuk meningkatkan kemampuan interpersonal yang dimiliki oleh seseorang agar mampu menyatakan tidak, membuat permintaan, mengekspresikan perasaan secara positif maupun negative, dapat membuka dan mengakhiri sebuah percakapan.

Jadi dapat diambil kesimpulan bahwa latihan asertif ini memiliki tujuan untuk melatih individu agar berani mengungkapkan sesuatu yang sedang dirasakan kepada orang lain dengan cara terbuka, jujur, tanpa rasa cemas namun tetap memperhatikan hak atau kepentingan orang lain. Dengan demikian ketika seorang individu telah memiliki kemampuan asertif dengan baik, maka individu tersebut mampu mempertahankan hak nya sendiri dan memiliki kemampuan interaksi yang baik dengan orang lain.

Adapun langkah – langkah latihan asertif yang dikemukakan oleh Nursalim (2014) adalah sebagai berikut :

- (1) Rasional strategi yaitu memberikan penjelasan kepada konseli maksud dari strategi latihan asertif
- (2) Identifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan yaitu konselor meminta konseli untuk menceritakan permasalahan yang terjadi/yang sedang dialami
- (3) Membedakan perilaku asertif dan tidak asertif yaitu membantu konseli untuk membedakan perilaku asertif dan tidak asertif sesuai dengan permasalahan konseli, agar suatu permasalahan dapat diatasi sesuai dengan tujuan yang diharapkan
- (4) Bermain peran yaitu memainkan sebuah peran atau drama sesuai dengan permasalahan yang dihadapi, dengan tujuan untuk memberikan contoh perilaku yang lebih baik
- (5) Melaksanakan latihan dan praktik yaitu konseli diminta untuk mempraktikkan perilaku asertif sesuai dengan tujuan yang diinginkan
- (6) Mengulang latihan yaitu konseli diminta untuk terus berlatih mempraktikkan perilaku asertif, tanpa adanya bantuan dari konselor
- (7) Tugas rumah dan tindak lanjut yaitu konselor memberikan tugas pada konseli untuk mempraktikkan latihan asertif dan mencatat situasi / keadaan yang menimbulkan permasalahan serta solusi (perilaku yang asertif), hal ini dapat

digunakan sebagai cara untuk mengontrol konseli apakah sudah sesuai dengan yang diharapkan

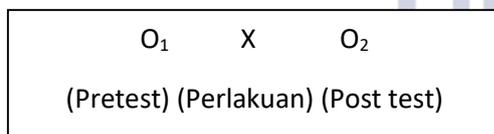
- (8) Terminasi yaitu ketika konseli sudah mampu menerapkan latihan asertif dengan baik, maka konselor menghentikan latihan

Dalam penelitian ini, teknik latihan asertif yang akan diberikan pada siswa korban *bullying* adalah menggunakan setting konseling kelompok. konseling kelompok menurut Latipun(2015) adalah sebuah proses konseling yang dilakukan dengan cara berkelompok agar konseli memperoleh umpan balik dan mendapatkan sebuah pengalaman belajar dari anggota kelompoknya. Menurut Munro & Dikmeyer dalam (Nurasalim & Suradi, 2002) Tujuan dari konseling kelompok yaitu agar konseli mampu memahami dan memiliki penerimaan terhadap dirinya sendiri, mampu mengembangkan kemampuan sosial agar memiliki kepekaan atau empati terhadap orang lain dan lingkungan sekitar, serta membantu tiap individu untuk mewujudkan tujuan yang ingin dicapai sesuai dengan komitmen yang telah dibuat dalam kelompok.

METODE

Penelitian yang dilakukan termasuk dalam penelitian eksperimen dengan menggunakan desain *one group pre – post test design*, yang mana dalam rancangan penelitian ini menggunakan satu kelompok tanpa pembandingan. Rancangan tersebut digunakan dalam penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh dari diberikannya perlakuan kepada subyek penelitian.

Hal pertama yang dilakukan dalam pengukuran awal terhadap Variabel terikat yang telah dipilih (*pre-test*) kemudian diberikan perlakuan (*treatment*), selanjutnya dilakukan kembali terhadap variabel terikat (*post-test*) yang di gambarkan sebagai berikut :



Prosedur dalam pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan rancangan sebagai berikut :

1. Memilih satu kelompok yang akan digunakan sebagai subyek penelitian yaitu dari dua kelas siswa kelas VIII SMPN 34 yang memiliki karakteristik menjadi korban *bullying* dan memiliki tingkat asertif rendah.
2. Memberikan O₁, yaitu 5 dengan menggunakan angket untuk mengukur tingkat asertif pada siswa korban *bullying* sebelum diberikan perlakuan.
3. Memberikan subyek dengan X_m yaitu perlakuan dengan konseling kelompok latihan Asertif.
4. Memberikan O₂, yaitu post test dengan menggunakan angket untuk mengukur tingkat

asertif pada siswa korban *bullying* setelah diberikan perlakuan.

5. Membandingkan *pre-test* (O₁) dan *post – test* (O₂) untuk mengetahui seberapa besar pengaruh yang akan timbul akibat dari diberikannya perlakuan.

Untuk mendapatkan data yang sesuai dengan variabel, maka diperlukan suatu teknik pengumpulan data. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa angket dengan judul angket perilaku asertif.

Pada penelitian ini pengukuran diberikan pada siswa menggunakan angket perilaku asertif. Pengukuran ini dilakukan sebanyak dua kali, yaitu pengukuran awal (*pretest*) yang dilakukan sebelum memberikan perlakuan (*treatment*), kemudian yang kedua (*posttest*) diberikan setelah dilakukan perlakuan (*treatment*). Setelah mendapat hasil dari *pretest* maka selanjutnya mengambil siswa yang mendapat skor rendah untuk diberikan *treatment* berupa konseling kelompok latihan asertif. Kegiatan konseling kelompok latihan asertif ini dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan. Setelah selesai pemberian *treatment* selama 6 kali, siswa diberikan angket sebagai pengukuran akhir (*post test*) Pengukuran tersebut dilakukan guna untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan sebelum dan sesudah pemberian konseling kelompok latihan asertif.

Analisis data merupakan langkah selanjutnya dari pengumpulan data yang telah diperoleh, yaitu dengan mengolah data atau informasi yang telah diperoleh agar mendapatkan sebuah simpulan hasil dari penelitian.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menguji sebelum dan sesudah mendapatkan *treatment* atau perlakuan, dengan demikian *uji statistic non parametic* yang digunakan yaitu uji Wilcoxon.

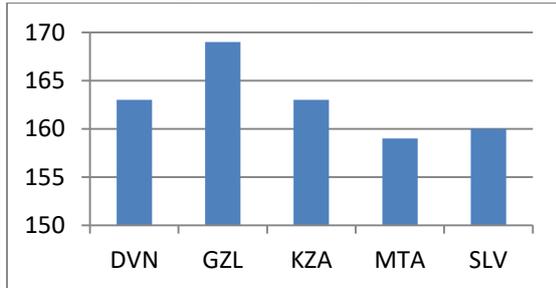
HASIL PENELITIAN

Hasil pretest

Hasil pre-test subjek penelitian

No.	Nama	Kelas	Skor	Kategori
1.	DVN	VIII - H	163	Rendah
2.	GZL	VIII - H	169	Rendah
3.	KZA	VIII - H	163	Rendah
4.	MTA	VIII - H	159	Rendah
5.	SLV	VIII - H	160	Rendah
Rata-rata			162,8	

Grafik *pre-test* subjek penelitian



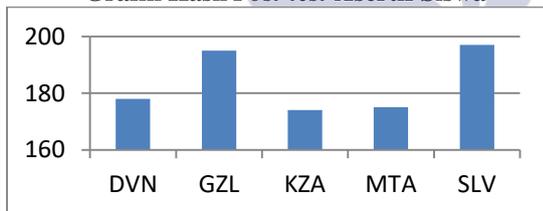
Dari hasil pretest, siswa yang memiliki tingkat perilaku asertif yang rendah kemudian diberikan perlakuan konseling kelompok latihan asertif sebanyak 6 kali pertemuan.

Hasil *post-test* subjek penelitian

No.	Nama	Kelas	Skor	Kategori
1	DVN	VIII - H	178	Sedang
2	GZL	VIII - H	195	Sedang
3	KZA	VIII - H	174	Sedang
4	MTA	VIII - H	175	Sedang
5	SLV	VIII - H	197	Sedang
Rata-rata			183,8	

Hasil akhir angket *post-test* asertif diatas menunjukkan kondisi akhir setelah subjek diberikan perlakuan

Grafik Hasil *Post-test* Asertif Siswa

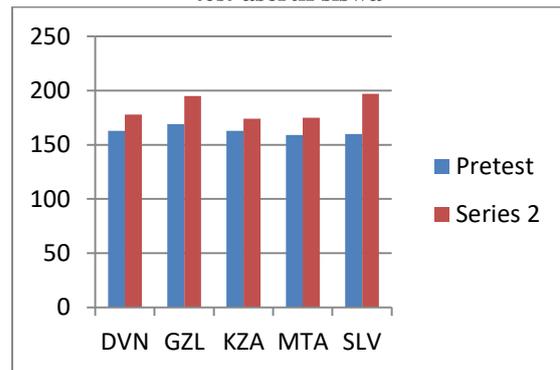


Untuk mengetahui adanya perbedaan hasil skor yang diperoleh oleh konseli antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan (*treatment*) konseling kelompok latihan asertif, maka data tersebut disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Hasil Analisis data *Pre-test* dan *post-test*

No.	Nama	Pre-test (XB)	Post-test (XA)	Arah Perbedaan	Tanda	Keterangan
1	DVN	163	178	XA > XB	+	Meningkat
2	GZL	169	195	XA > XB	+	Meningkat
3	KZA	163	174	XA > XB	+	Meningkat
4	MTA	159	175	XA > XB	+	Meningkat
5	SLV	160	197	XA > XB	+	Meningkat
Rata-rata		162,8	183,8	Jumlah tanda +	5	
				Jumlah tanda -	0	

Grafik Perbedaan perbedaan *pre-test* dan *post-test* asertif siswa



Setelah memperoleh hasil dari *pretest* dan *post test* selanjutnya peneliti melakukan analisis data dengan uji Wilcoxon menggunakan SPSS versi 22, analisis data tersebut didapatkan hasil sebagai berikut

Test Statistics^a

	<i>posttest - pretest</i>
Z	-2,023 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,043

- Wilcoxon Signed Ranks Test
- Based on negative ranks.

Jika nilai asymp. Sig(2-tailed) lebih kecil dari 0,05 maka H1 diterima, dan sebaliknya jika nilai asymp. Sig (2-tailed) lebih besar dari 0,05 maka H1 ditolak. Berdasarkan dari hasil *test statistic* di atas, dapat di ketahui *asymp. Sig (2-tailed)* bernilai 0,043, karena nilai 0,043 < 0,05 yang artinya H1 diterima. Jadi kesimpulannya, bahwa terdapat peningkatan asertif siswa korban *bullying* di SMPN 34 Surabaya setelah diberikan konseling kelompok Latihan Asertif.

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian pre experimental one group pretest posttest, yang berarti memberikan pengukuran awal dan akhir dengan menggunakan angket pada satu kelompok tanpa adanya kelompok control atau pembanding. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII H di SMPN 34 Surabaya yang menjadi korban *bullying* karena memiliki tingkat asertif rendah.

Berdasarkan hasil pretest yang dilakukan pada 33 siswa, terdapat 5 siswa yang memiliki skor tingkat asertif rendah. Kemudian 5 siswa tersebut dijadikan sebagai subjek penelitian yang diberikan perlakuan konseling kelompok latihan asertif. Pada akhir pertemuan 5 siswa yang telah diberikan *treatment* atau perlakuan kemudian diberikan *posttest* sebagai pengukuran akhir, untuk membandingkan kondisi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Penelitian ini dilakukan selama 6 kali pertemuan, sesuai dengan tahap – tahap latihan asertif yang telah dijelaskan sebelumnya. Setiap pertemuan konseling kelompok latihan asertif dilaksanakan dalam durasi \pm 45 menit.

Pada penelitian ini, siswa diberikan pemahaman tentang pentingnya berperilaku asertif, memahami perbedaan perilaku asertif dan tidak asertif, serta mempraktikkan latihan asertif dengan bermain peran. Selanjutnya konseli diminta untuk mencatat situasi yang menimbulkan permasalahan serta sikap asertif yang harus dilakukan, hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman konseli dan sebagai bahan untuk melakukan tindak lanjut.

Kemudian, setelah perlakuan telah selesai diberikan pada siswa selama 6 kali pertemuan, pada pertemuan terakhir siswa diberikan posttest sebagai pengukuran akhir.

Dari hasil pengukuran yang telah digambarkan pada tabel dan grafik diatas, diketahui bahwa terdapat perbedaan skor pada masing – masing subjek antara pretest dan posttes. Skor tersebut menunjukkan peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori tinggi.

Berikut adalah hasil pembahasan dari masing – masing subjek penelitian :

a. SLV

Berdasarkan hasil *pre-test* asertif siswa subyek mendapatkan skor 160 yang termasuk dalam kategori rendah. Tingkat asertif SLV selama ini tergolong rendah meskipun SLV merupakan siswa yang cukup berani dalam berbicara namun SLV kerap menjadi korban bullying karena kondisi fisiknya, hal ini lah yang membuat SLV cenderung memilih untuk diam dan tidak asertif pada teman yang membully nya. Dengan bantuan konselor, SLV melakukan evaluasi terhadap perilakunya dan SLV mampu menyadari dengan sikap nya yang hanya diam ketika mendapat perlakuan bullying tidak lah membuat keadaan semakin membaik. Setelah melalui konseling kelompok latihan asertif, SLV sedikit demi sedikit mulai mampu memahami dan mampu menerapkan sikap asertif serta berani mengungkapkan perasaannya padad orang lain, dan ketika akhir *post-test*, SLV menunjukkan kenaikan skor yaitu 197 termasuk kategori sedang.

b. DVN

Berdasarkan hasil *pre-test* asertif siswa subyek DVN mendapatkan skor 163 yang termasuk dalam kategori rendah. Tingkat asertif DVN selama ini tergolong rendah DVN selama ini sering mendapatkan perlakuan bullying dari teman – teman nya yaitu penggunaan nama orang tuanya sebagai nama julukan atau panggilan nya bagi DVN hal tersebut sangat mengganggu dan tak jarang DVN merasa sakit hati karena menurutnya yang dilakukan teman – teman nya itu merupakan sikap yang tidak sopan. Akan tetapi selama ini DVN hanya memilih diam dan memandang sinis pada teman yang membully nya dengan harapan perlakuan itu tidak

akan mereka ulangi lagi, namun ternyata tetap saja. Dengan bantuan konselor DVN mulai melakukan evaluasi terhadap sikapnya dan menyadari dengan apa yang telah DVN lakukan tidaklah akan mengubah suatu keadaan yang terjadi. Setelah melalui konseling latihan asertif sedikit demi sedikit DVN mulai memahami dan mengerti bagaimana cara menyikapi ketika DVN memperoleh perlakuan tersebut. Pada pengukuran akhir (*post test*) DVN menunjukkan kenaikan skor yaitu 178 termasuk kategori sedang.

c. GZL

Berdasarkan hasil *pre-test* asertif siswa subyek GZL mendapatkan skor 169 yang termasuk dalam kategori rendah. Tingkat asertif GZL selama ini tergolong rendah, di kelas GZL sering di dijaili dengan bentuk kontak fisik secara langsung maupun menggunakan benda – benda di sekitarnya, GZL merasa sangat terganggu, selama ini hal yang dilakuan GZL hanya marah dan diam bahkan suatu hari GZL pernah menangis karena merasakan sakit akibat perlakuan tersebut, GZL mengaku tidak penting menegur temannya karena menurutnya percuma menanggapi karena akan tetap mendapatkan perlakuan yang sama, GZL cenderung menunjukkan sikap yang acuh seolah tidak menjadikan hal tersebut sebuah masalah. Dengan bantuan konselor GZL menyadari bahwa tindakan yang dilakukan selama ini adalah hal yang kurang benar, setelah memperoleh bantuan koselor dengan konseling latihan asertif , GZL sedikit demi sedikit tahu apa yang harus dilakukan ketika diperlakukan demikian agar temannya tersebut tahu dan tidak mengulangi perbuatan yang sama. GZL menunjukkan kenaikan skor dari hasil *post-test* nya yaitu 195 dengan kategori sedang.

d. MTA

Berdasarkan hasil *pre-test* asertif siswa subyek MTA mendapatkan skor 159 yang termasuk dala kategori rendah. Tingkat asertif MTA tergolong rendah karena selama ini MTA memiliki sebuah genk (kelompok) dengan beberapa temannya namun MTA merasa selalu mendapatkan perlakuan yang tidak adil, MTA sering diminta melakukan sesuatu dan disuruh-suruh oleh teman satu genk (kelompok) nya, jika MTA menolak maka MTA akan diasingkan oleh teman – temannya tersebut. Selama ini MTA hanya bisa mengikuti permintaan teman satu genk nya karena MTA tidak mudah bersosialisasi dengan teman yang lainnya (diluar kelompok). Dengan bantuan konselor MTA mulai mengevaluasi tindakannya dan menyadari jika MTA harus berubah, setelah proses konseling latihan kelompok MTA sedikit demi sedikit mulai mampu mengekspresikan apa yang dirasakannya dan berani mengungkapkan perasaannya. Dan dari hasil pertemuan terakhir diberikannya *post-test* MTA menunjukkan kenaikan skor yaitu 175 dengan kategori sedang.

e. KZA

Berdasarkan hasil *pre-test* asertif siswa subyek KZA memperoleh skor 163 dengan kategori rendah. Tingkat asertif KZA tergolong rendah karena KZA tidak berani menolak ketika dimintai contekan tugas oleh teman-temannya. Setiap kali KZA menolak selalu diejek pelit, padahal alasan KZA tidak memberikan contekan karena takut jika apa yang telah dicontek oleh temannya nanti akan salah, namun hal ini tidak pernah diungkapkan langsung oleh KZA. Menurut KZA apa yang telah dilakukan KZA ini sudah baik demi teman-temannya, namun justru karena penolakannya itulah membuat dirinya semakin dibully dengan label pelit. Dengan bantuan konselor KZA mulai mengevaluasi tindakannya dan menyadari semakin diam maka akan tetap mendapat perlakuan yang sama. Setelah dilakukannya proses konseling latihan asertif sedikit demi sedikit KZA mengerti hal/tindakan yang harus dilakukan dan berani mengungkapkan keinginannya secara terbuka. Dan dipertemuan terakhir diberikannya *post-test* menunjukkan peningkatan, KZA mendapatkan skor 174 dengan kategori sedang.

PENUTUP

Simpulan

Pelaksanaan penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan penerapan konseling kelompok latihan asertif untuk meningkatkan asertifitas siswa korban *bullying* SMP Negeri 34 Surabaya. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 34 Surabaya pada siswa kelas VIII H dengan tingkat asertif yang rendah. Dari hasil *pretest* yang diberikan pada siswa diketahui terdapat 5 siswa yang tergolong pada siswa dengan kategori tingkat asertif yang rendah, sehingga 5 siswa tersebut dijadikan sebagai subyek penelitian dengan menerapkan konseling kelompok latihan asertif.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, penerapan konseling kelompok asertif dapat meningkatkan asertif siswa korban *bullying*, hal ini diperoleh dari hasil uji Wilcoxon dengan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Dari hasil yang diperoleh nilai *Asymp.Sig. (2- tailed)* bernilai 0,043 dengan taraf kesalahan 5% atau 0,05. Karena nilai $0,043 < 0,05$ maka dapat diambil kesimpulan bahwa H_1 diterima. Hal tersebut memiliki makna bahwa terdapat suatu peningkatan asertif siswa korban *bullying* di kelas VIII H SMPN 34 Surabaya setelah diberikan konseling latihan asertif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, konseling kelompok latihan asertif dapat digunakan sebagai alternatif dalam meningkatkan asertif siswa korban *bullying*.

Saran

Dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka ada beberapa saran dari peneliti untuk beberapa pihak terkait, diantaranya yaitu

- (1) Untuk guru bimbingan dan konseling

Dalam upaya untuk meningkatkan asertif siswa, penggunaan teknik latihan asertif ini dibutuhkan kemampuan komunikasi yang baik serta keterbukaan dari peserta didik, sehingga guru bimbingan dan konseling bisa mempererat kedekatan kepada para peserta didik/ konseli agar permasalahan konseli dapat teratasi dengan baik

- (2) Peserta didik

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik latihan asertif, diharapkan peserta didik untuk terus mengembangkan kemampuan asertif yang dimiliki agar mampu berkomunikasi dengan baik dan terhindar dari perilaku *bullying*

- (3) Peneliti lain

Penelitian yang sudah dilakukan hanya dilakukan selama 6 kali pertemuan, peneliti lain diharapkan dapat melakukan penelitian dengan kurun waktu yang lebih lama agar hasil yang diperoleh maksimal. Kemudian penelitian ini hanya berfokus pada meningkatkan asertif siswa yang menjadi korban *bullying*, untuk itu diharapkan dalam penelitian selanjutnya dapat mencakup segala aspek permasalahan lainnya yang dapat di atasi menggunakan teknik latihan asertif.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, Gerald (2013). *Student Manual For Theory & Practice Of Counseling & Pshycotherapy* (9th Ed). Belmont : Brooks/Cole
- Hallen, A. 2002. *Bimbingan dan Konseling dalam Islam*. Jakarta : Ciputat Press.
- Latipun. 2015. *Psikologi Konseling*. Malang : UMM Press
- Nursalim, M & Suradi S A. 2002. *Layanan Bimbinga dan Konseling*. Surabaya: Unesa Press.
- Nursalim, Mochamad. 2014. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta : PT. Indeks
- Prayitno & Amti, Erman. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rieka Cipta.
- Rigby, K. 2002. *New Perspectives on Bullying*. London : Jessica Kingsley.
- SEJIWA. 2008. *Bullying : Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. Jakarta: PT. Grasindo
- Sikone, Stefan. 2006. *Menanamkan Sikap Asertif di Sekolah*. <https://www.mail->

archive.com/proletar@yahoogroups.com/msg26545.html. diakses pada 11 Februari 2018

- Soendjojo, D. 2009. Mengajarkan asertifitas pada remaja. *Jurnal Psikologi*. 4, (3), 5-7
- Sullivan, K., Clearly, M. & Sullivan, G. 2004. *Bullying In secondary Schools: What it looks like and how to manage it*. Thousand Oaks, CA: Crowin Press.
- Townend, Anni. 2007. *Assertiveness and Diversity*. New York : Palgrave Macmillan
- Wiyani, Novan Ardi. 2012. *Save Our Childern From School Bullying*. Jogjakarta : Ar-Ruzz. Media.

