

**MENINGKATKAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL MELALUI LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ASERTIVE TRAINING PADA SISWA KELAS
VII SMP NEGERI 1 TERIAK**

Ana¹⁾, Uray Herlina²⁾, dan Hendrik³⁾

Fakultas Ilmu Pendidikan Dan Pengetahuan Sosial

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Persatuan Guru Republik Indonesia Pontianak

Jl. Ampera No. 88 Pontianak, Telp, (0561) 748219/6589855

Email : anapella09@gmail.com¹⁾, ainauray@yahoo.co.id²⁾, hen82hendrik@gmail.com³⁾

Abstrak

Penelitian Ini Bertujuan untuk meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Teriak, Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian tindakan, dengan bentuk penelitiannya adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK), adalah penelitian kolaborasi yang dilakukan dalam 2 siklus dimana setiap siklus dilakukan 2 kali pertemuan, setiap siklus terdiri dari empat tahap yaitu perencanaan, pelaksanaan, kegiatan dan refleksi . Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak dengan jumlah 9 siswa yang terdiri dari 5 siswi perempuan dan 4 siswa laki-laki. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik observasi langsung, teknik komunikasi langsung, teknik komunikasi tidak langsung, dan studi dokumenter sedangkan alat pengumpulan data adalah pedoman observasi, panduan wawancara, skala psikologis dan dokumentasi. Indikator kinerja menggunakan hitungan rumus persentase. Berdasarkan hasil penelitian tindakan Bimbingan dan Konseling yang telah dipaparkan, maka dapat dapat disimpulkan sebagai berikut: menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII. Peningkatan dapat dilihat dari hasil persentasi di siklus I dengan hasil persentase 50% dengan kategori “Cukup” dan pada pelaksanaan siklus II terjadi peningkatan serta sudah mendapat hasil sesuai dengan harapan peneliti dengan persentase 79% dengan kategori “Baik”

Kata Kunci : Komunikasi Interpersonal, Layanan Bimbingan Kelompok, dan *Assertive training*.

Abstract

This research aims to improve interpersonal communication in class VII students at SMP Negeri 1 Teriak. The research method used in this research is action research, with the form of research being Guidance and Counseling Action Research (PTBK), which is collaborative research carried out in 2 cycles where Each cycle is held in 2 meetings, each cycle consists of four stages, namely planning, implementation, activity and reflection. The subjects in this research were class VII students at SMP Negeri 1 Teriak with a total of 9 students consisting of 5 female students and 4 male students. The data collection techniques used in this research are direct observation techniques, direct communication techniques, indirect communication techniques, and documentary studies, while the data collection tools are observation guides, interview guides, psychological scales and documentation. Performance indicators use percentage formula calculations. Based on the results of the Guidance and Counseling action research that has been presented, it can be concluded as follows: using group guidance services with assertive training techniques can improve interpersonal communication in class VII students. The increase can be seen from the percentage results in cycle I with a percentage result of 50% in the "Enough" category and in the implementation of cycle II there was an increase and the results were in line with the researchers' expectations with a percentage of 79% in the "Good" category.

Keywords: *Interpersonal Communication, Group Guidance Services, and Assertive training.*

PENDAHULUAN

Siswa sekolah menengah pertama (SMP) merupakan siswa tingkat pendidikan dasar secara formal setelah melalui tingkat sekolah dasar. Pada umumnya peserta tingkat pendidikan ini berusia 12-15 tahun. Pada usia 12-15 tahun, dapat dikatakan sebagai remaja, namun pada kenyataannya kemampuan berkomunikasi siswa belum dapat dikatakan maksimal, karena masih banyak siswa yang kurang mampu mengekspresikan diri lewat kegiatan komunikasi interpersonal dengan peningkatan pergaulan disekolah maupun dilingkungan rumah, yang terpenting adalah menjadikan komunikasi sebagai sarana untuk bergaul.

Salah satu sumber penyebab kesalahpahaman dalam berkomunikasi adalah cara penerima menangkap suatu pesan berbeda dengan yang dimaksud oleh pengirim, karena pengirim gagal mengkomunikasikan maksudnya dengan tepat dan dapat menyebabkan seseorang menjadi terisolasi (Supraktiknya dalam Ningrum 2015). Dalam komunikasi interpersonal dapat diterima oleh lawan komunikasi apabila tujuan dan harapan yang dibahas mudah dipahami oleh penerima komunikasi baik ada fisik, psikologis, maupun sosial.

Menurut Prayitno dan Erman (2015:309) layanan bimbingan kelompok

merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat". Sedangkan menurut Nurihsan (2009:23) "bimbingan kelompok adalah bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

Komunikasi interpersonal adalah penyampaian pesan oleh satu orang dan penerimaan pesan oleh orang lain atau sekelompok kecil orang dengan berbagai dampaknya dan dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera. Akan tetapi dalam proses komunikasi, banyak siswa yang gagal dalam berkomunikasi dengan orang lain. Komunikasi interpersonal sangat penting dimiliki siswa/I SMP Negeri 1 Teriak terutama dalam berhubungan dengan teman-teman, masyarakat, dan bersosialisasi, karena dalam komunikasi interpersonal tersebut terdapat juga sikap positif, empati, sikap terbuka, dan sopan santun. Penampilan yang sopan dan santun membuat suasana lebih nyaman percaya diri dalam berkomunikasi.

Menurut Prayitno dan Erman (2015:309) layanan bimbingan kelompok merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu

mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat". Sedangkan menurut Nurihsan (2009:23) "bimbingan kelompok adalah bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.

Komunikasi interpersonal yang kurang ini terjadi dikarenakan siswa yang kurang tegas dalam penyampaian pendapatnya, sehingga diperlukan teknik yang dapat membantu siswa tersebut. Teknik yang cocok adalah teknik *assertive training* dimana siswa dilatih untuk bersikap tegas sehingga tidak sulit dalam menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak dan benar. Dalam hal ini seorang pembimbing bisa menggunakan tindakan yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling, khususnya Penelitian Tindakan, dalam Bimbingan dan Konseling (PTBK).

Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 14 Agustus 2023 yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 1 Teriak, peneliti menemukan permasalahan mengenai komunikasi interpersonal siswa yang masih malu, gugup, ragu dan pasif saat menyampaikan pendapat, memiliki perilaku komunikasi yang kurang baik dengan siswa lainnya, sulit dalam beradaptasi, takut memulai pembicaraan dan bertegur sapa dengan teman sekelasnya. Sedangkan

dilingkungan sekolah siswa dituntut mampu berkomunikasi yang baik dengan warga sekolah yakni guru, staff tata usaha dan teman sebaya, maupun personal Sekolah lainnya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai meningkatkan komunikasi interpersonal melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak. Dengan menggunakan bimbingan kelompok diharapkan siswa dapat mengalami perubahan dan mencapai peningkatan yang baik dan positif.

METODOLOGI PENELITIAN

Bentuk dan jenis penelitian

Bentuk penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling PTBK yang dilaksanakan berdasarkan prosedur penelitian. Kemmis dan McTaggart (Hidayat Dede Rahmat dan Aip Badrujman, 2012: 12), penelitian tindakan kelas pada hakikatnya berupa rangkaian kegiatan yang terdiri dari empat langkah, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi.

Arikunto (2014:203) menyatakan metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data penelitiannya". Metode yang digunakan peneliti dalam penelitian

ini adalah metode deskriptif yang merupakan metode atau cara pemecahan masalah dalam suatu penelitian berdasarkan pada fakta yang ada di lapangan. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian *actionresearch* dengan menggunakan cara Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK). *Action research* atau penelitian tindakan menurut Hidayat dan Badjuran (2012: 156)” Penelitian tindakan (*action research*) adalah salah satu strategi pemecahan masalah yang memanfaatkan tindakan nyata dan proses pengembangan kemampuan dalam mendeteksi dan memecahkan masalah”. Kemmis dan Mc Taggart menjelaskan bahwa penelitian tindakan pada hakikatnya berupa kajian kegiatan yang terdiri dari empat langkah, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Keempat tahap tersebut di jelaskan pada satuan siklus.

Subjek penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah adalah siswa kelas VII A, VII B, dan siswa kelas VII D yang diambil dari hasil skala psikologi, Berdasarkan siswa yang memiliki komunikasi interpersonalnya kurang yang berjumlah 9

orang yang terdiri dari 4 orang siswa laki-laki dan 5 orang siswi perempuan.

Setting penelitian

Tempat atau lokasi pelaksanaan penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Teriak, lebih tepatnya di kelas VII. Adapun waktu penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Sekolah Menengah pertama Negeri 1 Teriak, Desa Dharma Bhakti, Kecamatan Teriak, Kabupaten Bengkayang, yang dilaksanakan pada bulan November-Desember 2023 pada semester 1 (ganjil) tahun pelajaran 2023.

Prosedur dan Rencana Tindakan

Setiap siklus dilakukan sesuai dengan perubahan yang ingin dicapai tindakan yang digunakan peneliti dalam penelitian untuk meningkatkan komunikasi interpersonal melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Menurut Kemmis Dkk. (Hidayat dan Badrujaman, 2012: 12) mengemukakan suatu putaran kegiatan dari penelitian tindakan yang terdiri dari empat langkah, yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi.

Teknik Dan Alat Pengumpulan Data

- a. Teknik Observasi langsung
- b. Teknik Komunikasi langsung
- c. Teknik komunikasi tidak langsung
- d. Teknik studi dokumenter

Alat Pengumpulan Data

- a. Pedoman Observasi

- b. Panduan Wawancara
- c. Skala Psikologis
- d. Dokumentasi

Teknik Analisis Data

1. Sub masalah pertama dijawab menggunakan pedoman observasi dan dokumen yang akan diinterpretasikan secara deskriptif.
2. Sub masalah kedua dijawab menggunakan panduan wawancara.
3. Sub masalah ketiga dijawab dari perolehan hasil skala psikologis menggunakan rumus perhitungan persentase yang mengacu pada pendapat Dede Rahmat Hidayat dan Aip Badjuran (2012:45) dengan menggunakan rumus persentase sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P = Persentase yang dicari

F = Jumlah skor aktual tiap aspek variabel

N = Jumlah skor maksimal ideal aspek variable

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Gambaran awal komunikasi interpersonal siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Teriak, peneliti memperoleh hasil dari beberapa kegiatan penelitian yang telah dilakukan.

Tabel 4.6

Tolok ukur penilaian skala psikologi

Kategori	Skor	Persentase
Baik	61 - 90	67% - 100%
Cukup	30 – 60	33% - 66%
Kurang	0 - 29	0% - 32%

Tabel 4.7

Data Hasil Pra Tindakan

No	Kode siswa	Aspek yang diamati					Jml. skor aktual	Jml. skor maksimal	%	Kategori
		1	2	3	4	5				
1	AP	6	7	6	6	6	31	90	34%	Cukup
2	DE	6	7	7	8	6	34	90	38%	Cukup
3	GE	6	6	8	7	6	33	90	37%	Cukup
4	KA	7	6	7	6	6	32	90	36%	Cukup
5	H	6	8	7	6	6	33	90	37%	Cukup
6	F	7	6	8	6	7	34	90	38%	Cukup
7	SS	7	6	8	8	7	36	90	40%	Cukup
8	JY	9	6	8	7	8	38	90	42%	Cukup
9	SA	8	8	6	8	7	37	90	41%	Cukup
Jumlah Presentase Keseluruhan							308	810	38%	Cukup

Berdasarkan tabel diatas komunikasi interpersonal subjek penelitian sebelum dilakukan tindakan dalam kategori cukup dengan presentase 38%.

Data diatas digunakan untuk menjawab sub masalah satu tentang gambaran umum tanggung jawab siswa dan diperkuat dengan wawancara yang dilakukan.

Tabel 4.9

Data Hasil Tindakan Siklus I

No	Kode siswa	Aspek yang diamati					Jml skor aktual	Jml skor maksimal	%	Kategori
		1	2	3	4	5				
1	AY	9	7	7	8	8	39	90	43%	Cukup
2	DE	10	9	9	8	7	43	90	48%	Cukup
3	GE	10	9	9	8	7	43	90	48%	Cukup
4	KA	11	7	9	8	8	43	90	48%	Cukup
5	H	11	9	9	8	8	45	90	50%	Cukup
6	F	11	8	9	8	9	45	90	50%	Cukup
7	SS	10	10	9	8	9	46	90	51%	Cukup
8	JY	10	10	10	10	9	49	90	54%	Cukup
9	SA	12	10	12	11	8	53	90	59%	Cukup
Jumlah persentase keseluruhan							406	810	50%	Cukup

Berdasarkan tabel diatas komunikasi interpersonal subjek penelitian sebelum

dilakukan tindakan dalam kategori cukup dengan presentase 50%.

Setelah dilakukan kegiatan bimbingan kelompok siklus 1 terlaksanakan, maka kegiatan selanjutnya yaitu akan dilakukan observasi untuk melihat hasil serta peningkatan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak. Observasi terhadap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dilakukan oleh guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 1 Teriak yang berperan sebagai kolaborator. Tujuan utama dilaksanakannya kegiatan layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mengetahui keterlibatan antara peneliti dan anggota kelompok dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilaksanakan serta untuk melihat sejauh mana keberhasilan pemimpin kelompok dalam melakukan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.

Tabel 4.11
Data Hasil tindakan siklus II

No	Kode siswa	Aspek yang diamati					Jml. skor actual	Jml. skor maksimal	%	Kategori
		1	2	3	4	5				
1	AY	14	14	15	15	12	70	90	78%	Baik
2	DE	15	14	15	13	12	69	90	77%	Baik
3	GE	15	15	16	14	12	72	90	80%	Baik
4	KA	14	16	15	16	12	73	90	81%	Baik
5	H	15	15	14	14	13	71	90	79%	Baik
6	F	15	15	14	16	12	72	90	80%	Baik
7	SS	14	16	14	15	12	71	90	79%	Baik
8	JY	15	13	16	14	14	72	90	80%	Baik
9	SA	15	14	16	16	12	73	90	81%	Baik
Jumlah persentase keseluruhan						643	810	79%	Baik	

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* dapat

meningkatkan komunikasi interpersonal siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak. Peningkatan komunikasi interpersonal siswa tergolong kategori “Baik” dengan presentase secara keseluruhan yaitu 79%.

Tabel 4.12
Hasil peningkatan komunikasi interpersonal siswa pelaksanaan tindakan siklus I dan siklus II

No	Kode siswa	Siklus 1		Siklus 2		Jumlah peningkatan
		Persentase	Kategori	Persentase	Kategori	
1	AY	43 %	Cukup	78%	Baik	30%
2	DE	48%	Cukup	77%	Baik	29%
3	GE	48%	Cukup	80%	Baik	32%
4	KA	48%	Cukup	81%	Baik	33%
5	H	50%	Cukup	79%	Baik	29%
6	F	50%	Cukup	80%	Baik	30%
7	SS	51%	Cukup	79%	Baik	28%
8	JY	54%	Cukup	80%	Baik	26%
9	SA	59%	Cukup	81%	Baik	22%

Selanjutnya, berdasarkan hasil skala psikologi komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Teriak, sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa. Pada pelaksanaan tindakan siklus I dan siklus II terjadi peningkatan terhadap komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak. Adapun peningkatan pada setiap subjek dengan melihat persentase hasil dari aspek yang diamati yaitu tentang komunikasi interpersonal, yaitu sebagai berikut:

a) Apri Yani sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 43% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 78%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 30%

- b) Devin Emmanuel sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 48% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 77%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 29%
- c) Glen Elikel sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 48% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 80%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 33%
- d) Kelly Arkuleta sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 48% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 81%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 33%
- e) Herkules sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 50% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 79%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 29%
- f) Fitri sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 50% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 80%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 30%
- g) Sifa Susilawati sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 51% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 79%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 28%
- h) Juliyanto sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 54% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 80%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 26%.
- i) Salsabibila Atifa sebelum diberikan tindakan memperoleh persentase 59% kemudian setelah diberikan siklus II memperoleh persentase 81%, maka dapat dilihat peningkatan persentase sebesar 22%

PEMBAHASAN

1. Pembahasan yang dijabarkan merupakan hasil dari pengumpulan data untuk menjawab rumusan masalah secara umum dan rumusan masalah secara khusus yaitu gambaran awal komunikasi interpersonal pada siswa SMP Negeri 1 Teriak, sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan *assertive taining*, dan juga perbandingan komunikasi interpersonal siswa sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Sebelum peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* tindakan siklus I dan siklus II siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Teriak memiliki komunikasi interpersonal yang terbilang rendah yaitu seperti banyak siswa kurang sopan

terhadap lawan bicaranya baik kepada guru maupun sesama siswa, kurang siap dalam berbicara dengan orang lain, siswa sulit untuk bergaul dan menutup diri, siswa kurang dalam mengutarakan pujian atau penghargaan, pendapat kepada komunikannya. sering memotong pembicaraan orang lain yang belum selesai bicara, kurang memiliki kepedulian terhadap apa yang dikerjakan oleh teman-temannya, kurang berempati terhadap permasalahan orang lain.

Hasil penelitian Kristinus Sembiring (2016) menunjukkan bahwa penerapan *assertiveness training* melalui metode bermain peran dalam bimbingan kelompok efektif meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa SMA Katolik Xaverius Padang. Hasil studi dapat dijadikan sebagai strategi bagi guru BK di sekolah dalam meningkatkan komunikasi interpersonal siswa dengan menggunakan *assertive training* melalui bermain peran dalam layanan bimbingan kelompok.

Hasil penelitian Ika Trione Pribadi (2015) menunjukkan bahwa (1) skor rata-rata kemampuan komunikasi interpersonal siswa sebelum diberi bimbingan kelompok dengan metode *games social* adalah 83,9 (masuk kategori kurang) dengan jumlah siswa

yang masuk dalam kategori sedang ada 2, kategori ada 4, dan kategori rendah ada 4 siswa,(2) layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam 2 siklus. Siklus 1 dengan 2 kali pertemuan dan siklus 2 dengan 2 kali pertemuan. skor rata-rata kemampuan komunikasi interpersonal siswa setelah diberi bimbingan dengan metode *games social* adalah 124,7 (masuk kategori tinggi), dengan jumlah 7 siswa masuk dalam kategori tinggi, dan hanya ada 3 siswa yang masuk dalam kategori sedang. Berdasarkan hasil dan teori diatas, menunjukkan bahwa hasil dari pelaksanaan siklus 1 dengan kategori cukup dan siklus 2 dengan kategori baik dengan demikian penelitian dengan teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak.

2. Pelaksanaan Layanan Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak. Menggunakan layanan bimbingan kelompok pada komunikasi interpersonal dengan teknik *assertive training* di SMP Negeri 1 Teriak berjalan lancar. Hasil yang didapatkan oleh peneliti saat melaksanakan

penelitian atau tindakan, dengan bimbingan kelompok siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak siswa dengan senang dan ceria dalam mengikuti kegiatan penelitian ini. Hasil observasi aktivitas dengan peneliti dan siswa dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pra tindakan dengan hasil persentase keseluruhan per aspek yang diamati dengan kategori "Cukup", siklus I dengan persentase kategori "Cukup" sedangkan hasil dari siklus II dengan persentase kategori "Baik"

Hasil penelitian siklus I dan siklus II, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat peningkatan komunikasi interpersonal siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Berdasarkan hasil skala psikologi pertama sampai pertemuan terakhir, terlihat peningkatan komunikasi interpersonal setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Komunikasi interpersonal pada dasarnya adalah komunikasi yang dilakukan oleh paling tidak sedikitnya dua orang yang saling berinteraksi satu sama lain. Selain itu, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* merupakan salah satu layanan yang bertujuan agar siswa mampu untuk mengkomunikasikan apa yang

diinginkan, dirasakan dan dipikirkan pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan teman. Berdasarkan lembar pedoman observasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*, peneliti menggunakan permainan peran. Kegiatan bimbingan kelompok yang diikuti siswa mencapai perubahan yang baik pada setiap pertemuan. Pertemuan yang dilaksanakan semakin bagus dan siswa sangat menyenangi dan menghayati jalannya bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hal ini ditunjukkan siswa mampu bekerja sama dengan baik dan mampu memusatkan konsentrasi pada perannya masing-masing sehingga pemeran tersebut benar-benar membawa perubahan terhadap komunikasi interpersonal.

Pemeran bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* sudah dilaksanakan dengan maksimal, meskipun pada awal pertemuan terdapat beberapa kendala yaitu anggota masih malu untuk mengungkapkan permasalahannya terkait komunikasinya serta pemimpin kelompok yang lupa menjelaskan tentang latihan *assertive training* dengan jelas sehingga pada saat pemeranan pertama terjadi kebingungan anggota kelompok. Penggunaan games sebelum dilakukan

tahap kegaitan sangat membantu dalam menciptakan suasana yang menyenangkan dalam mengikuti bimbingan kelompok. Pertemuan selanjutnya, kegiatan berjalan sesuai dengan harapan. Berdasarkan kegiatan penelitian tindakan yang telah dilakukan oleh peneliti, ditemukan beberapa hal penting selama kegiatan penelitian yaitu :

- a. Penggunaan games diawal kegiatan ternyata cukup membantu terciptanya suasana yang menyenangkan dan dapat membangkitkan semangat anggota kelompok.
- b. Secara umum kelemahan anggota kelompok dalam pemeran yang masih adanya kebingungan dan kurang menghayati perannya. Hal ini bisa diatasi pada pertemaun selanjutnya yaitu di siklus II.
- c. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive raining* mampu melibatkan anggota kelompok aktif dan bekerja sama dengan baik dan sesuai dengan harapan peneliti.

Hasil penelitian M.Umar (2016) menunjukkan bahwa Bentuk pelatihan asertif dalam layanan bimbingan kelompok pada peserta didik kelas XI TKJ 1 SMK Islam Nusantara Comal Kabupaten Pematang Tahun

Pelajaran 2015/2016 dengan melalui diskusi kelompok, ceramah, role playing, studi kasus dan pengisian lembar kerja peserta didik. Tingkat kepercayaan diri peserta didik mengalami peningkatan yang cukup baik yaitu sebagian besar dalam kategori tinggi sebanyak 17 peserta didik atau 45%.

3. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan komunikasi interpersonal. Ditunjukkan dengan hasil penelitian siklus I dan siklus II, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat peningkatan komunikasi interpersonal siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Berdasarkan hasil skala psikologi pertama sampai pertemuan terakhir, terlihat peningkatan komunikasi interpersonal setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* . komunikasi interpersonal pada dasarnya adalah komunikasi yang dilakukan oleh paling tidak sedikitnya dua orang yang saling berinteraksi satu sama lain. Selain itu, layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* merupakan salah satu layanan yang bertujuan agar siswa mampu uantuk mengkomuniasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan

pada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan teman. Berdasarkan lembar pedoman observasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*, peneliti menggunakan permainan peran. Kegiatan bimbingan kelompok yang diikuti siswa mencapai perubahan yang baik pada setiap pertemuan. Pertemuan yang dilaksanakan semangin bagus dan siswa sangat menyenangi dan menghayati jalannya bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hal ini ditunjukkan siswa mampu bekerja sama dengan baik dan mampu memuaskn konsentrasi pada perannya masing-masing sehingga pemeran tersebut benar-benar membawa perubahan terhadap komunikasi interpersonal.

Hasil penelitian Anita Dewi Astuti (2013) menunjukkan bahwa menggunakan model layanan bimbingan kelompok teknik permainan (games) yang dikembang terbukti efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Berdasarkan pembahasan diatas yang meliputi pelaksanaan tindakan, hasil tindakan, dan dukungan teori serta hasil penelitian yang ada maka dapat disimpulkan bahwa Teknik *Asertive Training* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan

Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Teriak.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan pada siswa kelas VII di SMP Negeri 1 Teriak dapat peneliti simpulkan dari hasil penelitian ini, yang bersadarkan dari rumusan masalah dan sub masalah yaitu sebagai berikut:

1. Gambaran awal komunikasi interpersonal siswa sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Teriak masih cukup rendah atau belum optimal. Hal ini dapat dilihat dari perilaku subjek penelitian yang telah dilaksanakn ternyata masih kurangnya komunikasi interpersonalnya seperti seing tidak mendengarkan teman berbicara, cuek saat diajak berbicara serta tidak memperhatikan lawan bicara dan masih malu-malu dalam mengungkapkan pendapat.
2. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan komunikasi interpersonal pada siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Teriak berjalan cukup lancar sehingga dapat dinilai cukup berhasil. Hal ini dapat dilihat dari adanya antusias siswa dalam mengikuti kegiatan laynan bimbingan

kelompok dengan teknik *asertive training*, serta meningkatkan yang ditunjukkan oleh siswa dan peneliti dalam setiap pelaksanaan tahapan-tahapan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hal ini dibuktikan dengan hasil deskripsikan skala psikologi setelah pelaksanaan siklus I yang dimana nilai keseluruhan skala psikologi keseluruhan aspek dengan kategori “Cukup”. Dari hasil pelaksanaan Siklus I karena belum mendapatkan hasil yang diharapkan oleh peneliti maka peneliti melanjutkan penelitian ini dengan memberikan tindakan Siklus II. Adapun hasil hasil skala psikologi setelah pelaksanaan siklus II yaitu memperoleh hasil persentase dengan kategori “Baik” dikarenakan hasil yang diperoleh telah mendapatkan hasil serta telah sesuai dengan harapan dan tujuan peneliti.

3. Layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Teriak telah mengalami peningkatan . hal ini dapat dilihat dari peningkatan komunikasi interpersonal siswa yang telah baik atau optimal dari sebelumnya seperti mulai mendengarkan teman berbicara, tidak cuek saat diajak berbicara, serta selalu memperhatikan lawan bicara, tidak malu-malu lagi dalam berpendapat. Adapun hasil dari penyebaran skala psikologi sebelum dilaksanakan siklus I

dan siklus II, dengan kategori “Cukup” hasil skala psikologi pelaksanaan tindakan Siklus 1 memperoleh hasil persentase dengan kategori “Cukup”, dan setelah pelaksanaan tindakan Siklus II memperoleh hasil persentase dengan kategori “Baik”, dari hasil penelitian diatas maka peneliti memutuskan untuk tidak lagi melakukan tindakan karena sudah memperoleh hasil yang sesuai dengan harapan penelitian tindakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto.Suharsimi dkk.(2014). Penelitian Tindakan Kelas. Jakarta: BUmi aksara
- Asrowi.; Chadidjah.; Utami, P. F. (2017). "Implementasi Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Self-Confidence Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Karanganyar". *Jurnal Ilmiah Pesantren*,
- Astuti, A. D. (2013). Model layanan BK Kelompok teknik permainan (games) untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1).
- Damayanti, Nidya. (2012). Buku Pintar Panduan Bimbingan Konseling. Yogyakarta: Araska.
- Fijriani, dan Rediska Amaliawati. (2017) "Layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan komunikasi interpersonal siswa." *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 24-32.
- Hidayat Dede Rahmat dan Aip Badrujman(2012:12).Penelitian

- Tindakan dalam Bimbingan Konseling. Jakarta: PT Indeks.
- Kesitawahyuningtyas, Maya Theofany, dll (2014). "Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Klasikal Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Getasan, Kabupaten Semarang." *Satya Widya* 30.2 : 63-70.
- Madihah, Husnul, and Didi Susanto. (2017). "Meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik assertive training." *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 3.3 : 13-17.
- Muhamad, U. (2019). *UPAYA MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MELALUI PELATIHAN ASERTIF DALAM BIMBINGAN KELOMPOK (Studi PTBK Pada Peserta Didik Kelas XI TKJ 1 SMK Islam Nusantara Comal Tahun Pelajaran 2015/2016)* (Doctoral dissertation, Universitas Pancasakti Tegal).
- Muzainah., Elisabeth, C., Titin, I. P., & Muhari. (2012). Meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dengan menggunakan latihan asertif pada siswa kelas VIII-D SMP Negeri 1 Kokop Bangkalan.
- Nawawi, Hadari. (2012). *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Ngalimun. (2017:9) . *komunikasi interpersonal*. Palangkaraya : Pustaka Belajar
- Nursalim dan Trisnaningtyas. (2010). Online. Penerapan Latihan Asertif untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi In-terpersonal Siswa.
- Prayitno dan Amti. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta: Renika Cipta
- Prayitno. (2012). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Pribadi, I. T. (2015). Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Games Social. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*, 1(2).
- Pribadi, Ika Trione. (2015) "Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Metode Games Social." *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*.
- Purba , A.W.D. (2016). Hubungan komunikasi interpersonal kepada sekolah dengan motivasi kerja guru di smk multi karya Medan. *Jurnal Diversita*, 2(2).
- Rahmat Jalaluddin. (2008). *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Rasimin, Affan Yusra, (2012). "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Problem Based Learning untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa." *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3.2: 314-320.
- Riska. A. N. F., Husnul. M., & Didi, S. 2017. Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Inter- personal Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training.
- Sarmiati Elva.R.R (2019). *Komunikasi Interpersonal*. Malang: CV IRDH
- Sembiring, K. (2016). Assertiveness Training melalui Bermain Peran dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Komunikasi

Interpersonal. *Universitas Katolik Widya Mandira Kupang*, 5.

Sugiyo, Sugiyo.(2016)."Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Modeling Simbolis." *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 5.3 : 1-6.

Sulistiyana. 2016. Upaya Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Menggunakan Latihan Asertif Di SMP Negeri BanjarBaru.

Suranto A W. (2011) Komunikasi Interpersonal. Yogyakarta : Graha Ilmu

Wicaksono, Galih. (2013). Penerapan teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas X multimedia SMK IKIP Surabaya. Diss. State University of Surabaya.

Yulianti, and Ria Hayati. (2021)."Komunikasi Interpersonal melalui Layanan Bimbingan Kelompok di STAI Ma'arif Jambi." *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2.2 : 58-64.

Zuldafrial. (2012), Penelitian Kuantitatif. Yogyakarta: Media Perkasa

https://books.google.com/books/about/Buku_Ajar_Komunikasi_Interpersonal.html?hl=id&id=2k8MEAAAQBAJ#v=onepage&q&f=false