

# **Penerapan Teknik Assertive Training Untuk Meningkatkan Asertivitas Siswa Korban Bullying di Madrasah Tsanawiyah di Kota Makassar**

(Application of Assertive Training Techniques to Increase the Assertiveness of Students Victims of Bullying at Madrasah Tsanawiyah in Makassar City)

**Nurul Ramadhani\*, Abdul Saman, Sahril Buchori**

Department of Guidance and Counseling, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

\*Corresponding Author: [nurulramadhani1818@gmail.com](mailto:nurulramadhani1818@gmail.com)

## **Abstract**

*This research focuses on the implementation of Assertive Training Techniques to enhance the assertiveness of students who are victims of bullying at Madrasah Tsanawiyah 1 Kota Makassar. The research problems encompass the description of assertive behavior among students who are victims of bullying, the implementation process of Assertive Training Techniques, and the impact of its application on student assertiveness. The research aims to understand the level of assertive behavior among students, provide an overview of the implementation process of the technique, and assess the improvement in assertiveness following its application. The study adopts a quantitative approach with a Quasi-Experimental design. Data collection involves the use of an assertiveness scale, and data analysis includes descriptive and inferential statistical analysis using SPSS v.25. The results indicate that the assertiveness of students who are victims of bullying in the experimental group increased from a low category (pretest) to a high category (posttest). In contrast, assertiveness in the control group remained low. The implementation of Assertive Training Techniques involved seven sessions with steps such as needs analysis for training, inclusion of informational materials, practice in building self-esteem, practice in refusal, completion of homework assignments, discussion of homework results, and termination.*

**Keywords:** Assertiveness, Bullying

## **Abstrak**

Penelitian ini berfokus pada penerapan Teknik Assertive Training untuk meningkatkan asertivitas siswa korban bullying di Madrasah Tsanawiyah 1 Kota Makassar. Masalah penelitian mencakup gambaran perilaku asertif siswa korban bullying, proses pelaksanaan Teknik Assertive Training, dan dampak penerapannya terhadap asertivitas siswa. Tujuan penelitian mencakup pemahaman tingkat perilaku asertif siswa, gambaran proses pelaksanaan teknik, dan peningkatan asertivitas setelah penerapan teknik tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen Quasi Experimental. Pengumpulan data dilakukan dengan skala asertivitas, dan analisis data melibatkan analisis deskriptif dan statistik inferensial menggunakan SPSS v.25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asertivitas siswa korban bullying dalam kelompok eksperimen meningkat dari kategori rendah (pretest) menjadi tinggi (posttest). Sementara pada kelompok kontrol, asertivitas tetap rendah. Pelaksanaan Teknik Assertive Training melibatkan 7 pertemuan dengan langkah-langkah analisis kebutuhan latihan, pencantuman bahan informasi, latihan membangun harga diri, latihan melakukan penolakan, pengerjaan pekerjaan rumah, pembahasan hasil pekerjaan rumah, dan terminasi.

**Kata Kunci:** Asertivitas, Bullying



© by the authors. Licensee by Pinisi Journal of Education

This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY) International License. (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

## 1. PENDAHULUAN

Coloroso (Visty 2021) sekolah sebagai lembaga pendidikan formal yang menjadi faktor terbesar penentu bagi perkembangan kepribadian siswa baik dalam hal berpikir, dan bersikap. Namun hingga saat ini di dalam lingkungan sekolah tidak dapat di ungkiri masih banyak masalah yang sering terjadi salah satu masalahnya yaitu masalah *bullying*. *Bullying* sendiri merupakan tindakan bermusuhan yang dilakukan oleh satu orang atau sekelompok orang dengan tujuan untuk menakuti atau menyakiti orang lain.

Wiyani (Bu'ulolo dkk, 2022) (Buchori et al., 2016) fenomena *bullying* telah lama menjadi bagian dari dinamika sekolah. Umumnya orang lebih mengenalnya dengan istilah-istilah seperti penggencetan, pemalakan, menggertak, menghina, pengucilan, intimidasi dan lain-lain. Istilah *bullying* sendiri memiliki makna yang lebih luas mencakup berbagai bentuk penggunaan kekuasaan atau kekuatan untuk menyakiti orang lain sehingga korban merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya.

Visty (2021) menyatakan maraknya kasus-kasus *bullying* yang dilakukan oleh siswa dalam lingkungan sekolah sudah sering di jumpai pada deretan berita di halaman media cetak maupun elektronik. Seseorang dikatakan menjadi korban *bullying* apabila mendapatkan perilaku negatif baik terjadi satu kali maupun berulang-ulang kali, siswa yang mengalami hal tersebut akan memunculkan penilaian diri yang rendah. Umumnya remaja yang memiliki kekurangan secara ekonomi dan fisik (cacat) mudah menjadi korban *bullying* oleh temannya. Bentuk dari *bullying* ini bermacam-macam, bisa berbentuk olok-olokan, penghinaan maupun pemukulan.

Perilaku *bullying* tidak bisa dibiarkan begitu saja sebab menimbulkan dampak negatif pada siswa baik yang menjadi korban maupun pelaku. *Bullying* dapat merugikan bagi semua manusia apabila cara penyaluran emosi atau regulasi emosi individu tidak dapat dikendalikan dengan baik. Di lingkungan sekolah tindakan *bullying* biasanya dilakukan oleh siswa yang kuat dan tentu saja yang menjadi korbannya adalah siswa yang lemah, atau siswa yang menganggap dirinya superior melakukan tindakan *bullying* kepada siswa yang dianggapnya inferior.

Dachi (2022) menyatakan adapun yang menjadi bahaya terhadap tindakan *bullying* ini yaitu pertama, memberikan dampak psikologis seperti mengalami depresi, merasa rendah diri, dan akhirnya menarik diri dari lingkungan sosial kedua, *bullying* dapat memperburuk prestasi akademik dan kondisi psikologi korban *bullying* menjadi rapuh dan berisiko bunuh diri. Ainiyah & Cahyanti (2020) juga menyatakan perilaku *bullying* ini meliputi tindakan secara fisik seperti menendang dan memukul, secara verbal seperti menyebarkan isu dan melalui perangkat elektronik atau *cyberbullying*.

Masalah *bullying* ini di ketahui sangat berakibat fatal jika tidak di tangani dengan sebagaimana mestinya, masalah ini banyak melibatkan berbagai pihak baik pada pelaku *bullying* korban dan orang di sekitarnya. Melalui pelayanan bimbingan konseling di sekolah mampu membantu peserta didik mengatasi berbagai masalah yang dihadapi. Bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam hal ini. Bu'ulolo, dkk (2022) (Henrietta, 2023) mengemukakan Bimbingan dan Konseling merupakan upaya bantuan untuk mewujudkan perkembangan individu secara optimal sesuai dengan potensinya masing-masing. Guru Bimbingan dan konseling dapat mengupayakan berbagai teknik dalam mengatasi masalah-masalah yang terkait pada perkembangan siswa, sehingga mampu merubah perilaku negatifnya dan mampu mengembangkan perilaku positif yang lebih menjamin kebahagiaan bagi dirinya sendiri maupun dalam hubungannya dengan orang lain.

Berdasarkan survei awal yang telah peneliti lakukan pada tanggal 27 Februari 2023 melalui observasi terhadap siswa korban *bullying* dan wawancara dengan guru BK di MTsN 1 Kota Makassar, maka diperoleh informasi bahwa perilaku *bullying* di sekolah tersebut masih sering terjadi, banyaknya kasus-kasus korban *bullying* dapat di ketahui selain dari wawancara guru BK dan di sertakan rincian berbagai macam kasus yang di alami korban *bullying* dalam data yang di miliki guru BK di MTsN 1 Kota Makassar, dari hasil observasi tersebut di ketahui perilaku *bullying* yang paling sering terjadi adalah *bullying* secara verbal, dan *cyberbullying*, hal ini mengakibatkan siswa yang menjadi korban *bullying* selalu merasa cemas, tidak berani berpendapat, dan kurang mampu mengekspresikan apa yang di inginkan. Guru pembimbing MtsN 1 Kota Makassar sudah melakukan upaya dengan melakukan konseling individual, mediasi untuk mengatasi permasalahan *bullying* tersebut tetapi beberapa siswa yang menjadi korban *bullying* masih ragu untuk mengekspresikan perasaannya.

*Bullying* secara verbal yang terjadi pada siswa korban *bullying* yaitu mengejek menghina, mengolok-olok, menyebarkan rumor salah satu penyebabnya adalah karena faktor fisik, faktor masa lalu siswa, faktor penampilan, yang menjadi bahan ejekan, maupun pernyataan-pernyataan yang kurang baik terhadap korban *bullying*. Sedangkan pada kasus *cyberbullying* salah satu bentuknya melakukan fitnah, celaan, dan tuduhan-tuduhan yang tidak benar atau keliru hal ini dilakukan di sosial media seperti grub sesama siswa, dan status di sosial media. Pada *cyberbullying* sangat merugikan korban *bullying* karena fitnah atau tuduhan-tuduhan yang di dapatkan dapat tersebar secara luas dan cepat yang berpotensi mengakibatkan korban lebih banyak mendapatkan *bullying* dari berbagai pihak yang melihat serta jejak digital yang sulit untuk dihilangkan dapat berpotensi korban *bullying* akan mendapatkan *bullying* secara terus menerus.

Dalam hal ini korban *bullying* tetap berusaha menjalani keseharian di sekolah dan berusaha untuk menyesuaikan diri agar diterima oleh kelompok meskipun mengikutinya tanpa memedulikan keadaan diri sendiri, korban *bullying* juga selalu merasa sedih atas perlakuan yang didapatkan, tetapi selalu merasa kurang mampu untuk melawan dan mengungkapkan keresahan hatinya saat mendapatkan perlakuan yang kurang baik dari teman-temannya, dalam keadaan permasalahan seperti ini siswa perlu memiliki tingkat perilaku asertif yang baik. Dengan perilaku asertif diharapkan korban *bullying* lebih terbantu untuk mengkomunikasikan keinginan dan perasaan yang ada pada dirinya secara tegas.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti menggunakan salah satu teknik yaitu *Assertive Training* karena dalam penggunaan teknik ini di tujukan kepada individu yang mengalaih kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain mendorong dirinya, dan tidak mampu mengungkapkan perasaan yang ada di dalam hatinya. Yauditama dkk (2019) menyatakan pendekatan behavioristik dalam teknik *assertive training* ini untuk melatih keberanian peserta didik dalam mengekspresikan tingkah laku tertentu yang di harapkan melalui latihan-latihan atau meniru model-mode tertentu.

Menurut Alberti dan Emmons (Putri dkk, 2021) perilaku asertif atau asertivitas adalah suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengungkapkan apa yang sedang ia rasakan, apa yang sedang dipikirkan, diinginkan, terhadap individu lain tetapi tetap dengan menjaga perasaan pribadi serta menghargai hak-hak dari pihak lain. *Assertive Training* adalah salah satu teknik dalam konseling behavioral. Dimana hakikat konseling behavioral adalah proses pemberian bantuan dalam situasi kelompok belajar untuk menyelesaikan masalah interpersonal, emosional, dan mengambil keputusan dalam mengontrol kehidupan mereka sendiri dan mempelajari tingkah laku

baru yang sesuai Ratnasari, dkk (2021) Individu yang memiliki perilaku asertif yang baik akan membuat individu tersebut mampu menyatakan perasaan mereka, meminta apa yang mereka inginkan tentang suatu hal.

Menurut Azmi dan Nurjannah (2022) latihan asertif merupakan teknik yang digunakan untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan perilaku-perilaku yang diharapkan, sehingga dapat melatih ketegasan yang merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Sedangkan (Putri dkk, 2021) mengemukakan penggunaan teknik *Assertive Training* ditujukan kepada individu yang mengalami kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain mendorong dirinya, dan tidak mampu mengungkapkan perasaan yang ada di dalam hatinya, termasuk yang dialami oleh korban *bullying*.

Tujuan dari latihan asertif ini adalah agar seseorang belajar bagaimana mengganti respons yang tidak sesuai dengan respons baru yang sesuai. Ainiyah dan Cahyanti (2020) menjelaskan peningkatan kemampuan asertif pada individu, khususnya siswa remaja dapat dilakukan dengan pelatihan asertif yang mana menjadi salah satu program efektif dalam menurunkan *bullying* pada kelompok pertemanan pelatihan asertifitas dapat efektif karena mampu meningkatkan pengetahuan, kepercayaan, dan sikap asertif sehingga siswa lebih mampu bersikap berani dalam mengemukakan pendapat dalam hubungan interpersonal selain itu juga mereka dapat merubah pandangan negatif mengenai dirinya dan dapat mengekspresikan pemikiran dan ide mereka dengan cara yang sesuai.

Teknik *Assertive Training* juga telah diteliti oleh beberapa peneliti di antaranya Wardah dan Fariat (2019) yang menunjukkan bahwa “Pelatihan Asertivitas efektif untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik korban *bullying* di SMPN 4 Banjarmasin” Selanjutnya hasil penelitian Permadi dan Suyanti (2022) yang menunjukkan bahwa “Pelatihan Asertivitas memiliki dampak signifikan terhadap penurunan kecemasan sosial siswa korban *bullying* peserta didik SMP 17 Agustus 1945 Surabaya”, hasil penelitian (Putri dkk 2021) juga menunjukkan bahwa “Teknik *Assertive Training* pada konseling kelompok mampu meningkatkan perilaku asertif peserta didik di SMK Teuku Umar Semarang secara signifikan”

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Asertivitas Siswa Korban *Bullying* di MtsN 1 Kota Makassar”.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

- ***Assertive Training***

Asertif berasal dari kata asing “*to assert*” yang berarti menyatakan dengan tegas. Latihan asertif merupakan pendekatan behaviorisme penerapan berbagai macam teknik dan prosedur yang berakar dari berbagai teori belajar. Menurut Alberti & Emmons (Putri & Wahyuningrum, 2021) perilaku asertif atau asertivitas adalah suatu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengungkapkan apa yang sedang di rasakan, apa yang sedang dipikirkan, diinginkan, terhadap individu lain tetapi tetap dengan menjaga perasaan pribadi serta menghargai hak-hak dari pihak lain.

Menurut Corey (2011) asumsi dasar yang mendasari pelatihan asertif adalah bahwa orang memiliki hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat dan apa yang di yakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak orang lain.

Menurut Azmi dan Nurjannah (2022) pelatihan asertif ini merupakan teknik yang digunakan untuk melatih keberanian individu dalam mengekspresikan perilaku-perilaku yang diharapkan, sehingga dapat melatih ketegasan yang merupakan kegiatan yang dilakukan untuk membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal.

Menurut Lazarus (Nursalim, 2014) tujuan latihan asertif adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respons-respons emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional. (Putri dkk, 2021) mengatakan maksud utama teknik *Assertive Training* dengan pendekatan behavioristik adalah mendorong kemampuan peserta didik mengekspresikan berbagai hal yang berhubungan dengan emosinya, membangkitkan kemampuan konseli dalam menangkap hak asasinya sendiri, mendorong peserta didik untuk meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri, meningkatkan kemampuan untuk memilih tingkah laku - tingkah laku yang cocok untuk diri.

Berdasarkan beberapa pernyataan di atas, maka dapat di simpulkan bahwa latihan asertif merupakan suatu proses latihan keterampilan sosial yang di berikan kepada individu untuk membantu meningkatkan kemampuan dalam menyatakan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan kepada orang lain tetapi tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain.

Pelatihan asertif membantu seseorang lebih memahami asertif agar mampu mengembangkan diri sehingga mampu menyampaikan perasaan-perasaan dan keinginannya secara lebih baik hal ini dapat membantu siswa terhindar dari perilaku *bullying* karena perilaku asertif dapat membuat pelaku *bullying* terintimidasi karena menyadari kekuatan yang dimiliki oleh korban *bullying* tersebut.

#### • **Dasar Teori *Assertive Training***

*Assertive training* merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan behavior yang berlandaskan teori belajar yang berfokus pada tingkah laku individu untuk membantu konseli mempelajari tingkah laku baru dalam memecahkan masalahnya. Oleh karena itu *Assertive Training* salah satu teknik dalam konseling behavior yang digunakan untuk membantu individu mempelajari perilaku baru yang lebih positif.

Corey (2011) menyatakan bahwa asumsi dasar dari *Assertive Training* adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut.

Joyce & Weil (Nursalim, 2014) mengemukakan bahwa :

- Latihan asertif merupakan asumsi pendekatan perilaku yang dipelajari dan disubstitusikan ke dalam pola perilaku tertentu.
- Bahwa tindakan individu berfungsi sebagai basis konsep dirinya.
- Latihan asertif menyatakan secara tidak langsung seperangkat prinsip umum, suatu filosofi hubungan antar manusia.

Menurut Redd (Nursalim, 2014) *Assertive Training* direkomendasikan untuk individu yang

mengalami kecemasan interpersonal, tidak mampu menolak tindakan orang lain, dan memiliki kesulitan berkomunikasi dengan orang lain. Menurut Albert & Emmons (2017) bahwa aspek-aspek perilaku asertif itu terdiri dari :

- Mampu menyatakan pendapat
- Mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman
- Tidak mengabaikan hak-hak orang lain
- Mampu mempertahankan diri

• **Manfaat *Assertive Training***

Latihan asertif ini di harapkan agar siswa mampu membuat sikap tegas, mampu memahami apa yang di rasakan, dan juga siswa tidak perlu takut ataupun cemas lagi untuk berkomunikasi atau berinteraksi dengan teman-teman di sekelilingnya.

Menurut Dobson (Aryani, 2022) menyatakan manfaat latihan asertif adalah anda dapat meningkatkan kesehatan, diterima secara sosial dan merasa bahagia. Aryani (2022) juga menambahkan bahwa mereka yang terlihat asertif lebih menunjukkan inisiatif dalam arti tindakan mereka langsung, jujur, terbuka, menghormati hak orang lain, dan subjek mendapatkan apa yang mereka inginkan, hemat energi.

• **Tujuan *Assertive Training***

Latihan asertif bertujuan untuk melatih serta membiasakan individu untuk berperilaku asertif dalam berinteraksi dengan orang lain. Menurut Lazarus (Nursalim, 2014) tujuan *Assertive Training* adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respons-respons emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran irasional. Serta dapat meningkatkan kemampuan interpersonal yaitu :

- Menyatakan tidak
- Membuat permintaan
- Mengekspresikan perasaan
- Membuka dan mengakhiri percakapan
- 

*Assertive Training* juga bertujuan untuk mengatasi kecemasan yang sedang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil dilingkungan sekitarnya, serta agar mampu meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif.

**2.5 Prosedur Pelaksanaan *Assertive Training***

Ratnasari dan Arifin (2021) mengemukakan *Assertive Training* merupakan latihan keterampilan sosial dalam konseling kelompok. Pada dasarnya pelatihan asertif merupakan penerapan tingkah laku pada kelompok dengan sasaran membantu individu dalam mengembangkan cara berhubungan lebih langsung dalam situasi-situasi intrapersonal.

Menurut Aryani (2022) prosedur keterampilan asertif sebagai berikut :

- Instruksi  
Instruksi yang dimaksud dalam pelatihan ini adalah penjelasan verbal tentang apa yang dimaksud dengan keterampilan asertif, mengapa perlu dilatihkan, serta bagaimana meningkatkan keterampilan asertif.
- Pemberian Model  
Pemberian model adalah suatu proses pelatihan yang menyangkut tindakan memberi contoh perilaku/respon yang dikehendaki oleh peserta pelatihan.

- Bermain Peran  
Bermain peran ialah suatu cara belajar untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan asertif yang diajarkan dengan jalan memerankan situasi-situasi yang terjadi dalam kehidupan yang sebenarnya.
- Pemberian Balikan  
Pemberian balikan kepada peserta didik dimaksudkan agar peserta didik memperoleh informasi yang konstruktif apakah dia telah mencapai perilaku yang dikehendaki pada saat bermain peran dilakukan.
- Pekerjaan Rumah  
Bentuk pekerjaan rumah terdiri dari pemrograman ulang jenis perilaku asertif yang telah Anda pelajari. Pada tahapan ini peserta didik juga diminta mengevaluasi setiap keterampilan yang dipraktikkannya di kehidupan nyata dalam lembaran pekerjaan rumah.

Jadi, dalam penerapan teknik *Assertive Training* ini, prosedur pelaksanaannya konseli dibantu untuk memberikan pemahaman tentang hambatan apa yang menjadi masalah dalam aktualisasi perilaku asertifnya, serta memberikan pemahaman tentang perilaku asertif, lalu di lanjutkan dengan mengembangkan perilaku asertif tersebut secara langsung melalui praktek di dalam proses pelatihan asertif.

- ***Bullying***

Kata *bullying* berasal dari bahasa Inggris "*bully*" yang artinya menggertak atau mengganggu. *Bullying* adalah ancaman dari pihak yang kuat kepada pihak yang lemah. Menurut Priyatna (Dachi, 2022) dalam KBBI, *bullying* dikenal dengan istilah 'merudung' yakni mengganggu atau mengusik.

Pendapat senada juga di ungkapkan oleh Ainayah dan Cahyanti (2020) menyatakan *bullying* adalah perilaku dengan karakteristik melakukan tindakan yang merugikan orang lain secara sadar dan dilakukan secara berulang-ulang dengan penyalahgunaan kekuasaan secara sistematis.

Maolana dan Wikanengsih (2019) mendefinisikan *bullying* sebagai perilaku kekerasan yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang dengan menggunakan kekuasaan dan kekuatan yang dimiliki untuk menyakiti sekelompok atau seseorang sehingga korban merasa tertekan, trauma dan tidak berdaya.

Berdasarkan beberapa definisi yang telah kemukakan, dapat disimpulkan bahwa *bullying* merupakan sebuah situasi dimana terjadi tindakan penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seorang atau kelompok yang melakukan tindakan negatif karena merasa memiliki kekuasaan dan kekuatan dengan menyakiti orang lain secara fisik, verbal, dan psikologis yang dilakukan tidak hanya sekali bahkan dapat berkelanjutan sehingga dapat merugikan orang lain dan mengakibatkan seseorang dalam keadaan tidak nyaman atau terluka.

Hal yang sama juga disebutkan Wiyani (Maolana, dkk 2019) bahwa perilaku *bullying* dapat mencakup pelecehan verbal, kekerasan fisik atau pemaksaan, dan dapat diarahkan berulangkali terhadap korban tertentu.

- **Bentuk-bentuk *Bullying***

Coloroso (Wardah dan Fariat 2019) membagi jenis-jenis *bullying* ke dalam 4 jenis yaitu :

- *Bullying* secara verbal

*Bullying* secara verbal berupa julukan nama, celaan, fitnah, kritikan kejam, penghinaan, pernyataan-pernyataan yang bernuansa ajakan seksual atau pelecehan seksual, terror, surat-surat yang mengintimidasi, tuduhan-tuduhan yang tidak benar kasak kusuk yang keji dan keliru, gossip dan sebagainya.

- *Bullying* secara fisik  
*Bullying* secara fisik misalnya memukul, menendang, menampar, mencekik, menggigit, mencakar, meludahi, dan merusak serta menghancurkan barang-barang milik anak yang tertindas.
- *Bullying* secara relasional atau sosial  
*Bullying* secara relasional atau sosial adalah pelemahan harga diri korban secara sistematis melalui pengabaian, pengucilan atau penghindaran. Perilaku ini dapat mencakup sikap-sikap tersembunyi seperti pandangan yang agresif, lirik mata, helaan nafas, cibiran, tawa mengejek dan bahasa tubuh yang mengejek.
- *Cyberbullying*  
*Cyberbullying* merupakan bentuk perilaku *bullying* yang dilakukan pelakunya melalui sarana elektronik seperti computer, handphone, interknit, website, chatting room, e-mail, SMS dan sebagainya. Biasanya ditujukan untuk meneror korban dengan menggunakan tulisan, animasi, gambar dan rekaman video atau film yang sifatnya mengintimidasi, menyakiti atau menyudutkan.

Bentuk *bullying* yang sering terjadi yaitu *bullying* verbal dan *cyberbullying*. Bentuk-bentuk *bullying* verbal yang terjadi pada korban *bullying* yaitu mengejek fisik korban, menghina, mengolok-ngolok, menyebarkan rumor, hal ini dapat menimbulkan dampak buruk yang cukup besar terhadap kesehatan mental dan perkembangan psikologis seseorang.

Sedangkan bentuk *cyberbullying* yang terjadi pada korban *bullying* yaitu sindiran dan ejekan melalui status media sosial dan hinaan melalui chat dalam grup sesama siswa.

#### • Peran dalam *Bullying*

Salmivalli (Suryani, 2022) berpendapat bahwa terdapat beberapa peran terjadinya skenario *bullying* di sekolah yaitu sebagai berikut:

- *Bully* adalah istilah untuk pelaku *bullying*. *Bullying* biasanya adalah siswa yang dianggap sebagai pemimpin, berinisiatif memulai perilaku *bullying* dan aktif terlibat didalamnya.
- *Assisting the bully* Orang yang menemani pelaku melakukan *bullying* disebut dengan *assisting the bully*. *Assisting the bully* juga terlibat aktif dalam perilaku *bullying*, namun ia akan mengikuti perintah atau apa yang dilakukan oleh *bully*.
- *Reinforcing the bully* adalah saksi yang ada saat perilaku *bullying* terjadi namun ikut menertawakan korban, memprovokasi *bully* serta mengajak siswa lain untuk menonton.
- Defender Saksi yang berusaha membela dan membantu korban disebut defender. Namun apabila defender tidak lebih berkuasa atau kuat dari pelaku maka defender bisa menjadi korban juga.
- Outsider adalah saksi yang tahu dan melihat *bullying* yang terjadi namun memilih untuk diam, seolah-olah tidak peduli pada korban karena takut atau tidak ingin menjadi target *bully* selanjutnya.
- Victim adalah korban yang menjadi sasaran perilaku *bullying* yang dilakukan oleh *bully*. Victim biasanya dicirikan dengan fisik yang lemah, memiliki suatu kekurangan atau perbedaan dengan lingkungan sekitarnya sehingga menjadi target yang tepat oleh *bully* untuk menunjukkan kekuasaannya.

- **Faktor yang Memengaruhi menjadi Korban *Bullying***

Menurut Djuwita (Suryani, 2022) pada umumnya, korban *bullying* memiliki beberapa faktor resiko yang bisa menjadi pemicu perilaku *bullying* yang dialaminya, diantaranya karena :

- Dianggap berbeda misalnya memiliki ciri fisik tertentu yang mencolok seperti lebih kurus, gemuk, tinggi atau pendek dibandingkan dengan yang lain, berbeda dalam status ekonomi, memiliki hobi yang tidak lazim atau menjadi siswa/siswi baru.
- Dianggap lemah atau tidak dapat membela dirinya.
- Memiliki rasa percaya diri yang rendah.
- Kurang populer dibandingkan dengan yang lain, tidak memiliki banyak teman.

Menurut Ardianti (Harahap & Saputri 2019) juga mengemukakan bahwa selain perasaan berkuasa, ada beberapa hal yang menyebabkan seseorang menjadi korban *bullying* di sekolah, di antaranya (1) Faktor penampilan korban; (2) Lingkungan; (3) Pengalaman masa lalu; (4) perasaan iri; dan (5) Latar belakang keluarga.

Menurut Visty (2021) remaja yang memiliki kekurangan secara ekonomi dan fisik (cacat) mudah menjadi korban *bullying* oleh temannya. Kepribadian yang pasif dan submisif merupakan karakteristik internal korban *bullying*. Adapun karakteristik lain yakni, korban *bullying* biasanya memiliki kecemasan, kegugupan atau rasa tidak aman, cenderung merupakan anak yang pemalu dan pendiam.

- **Dampak menjadi Korban *Bullying***

Menurut Wardah dan Farial (2019) dampak permasalahan yang sering dihadapi oleh korban *bullying* yaitu :

- Tertekan psikisnya (kejiwaannya) seperti rasa tidak nyaman, cemas, resah, tertekan, takut, dan gejala tekanan psikis lain.
- Terganggu fisiknya seperti cedera, terluka, sakit dan sebagainya.
- Terganggu pergaulan sosial seperti minder, menyendiri, grogi, pendiam, dan tertutup.
- Prestasi belajar menurun seperti tidak konsentrasi belajar, lupa mengerjakan tugas, nilai jelek, dan menurunnya prestasi belajar/ranking.
- Terganggunya proses pembelajaran di sekolah.

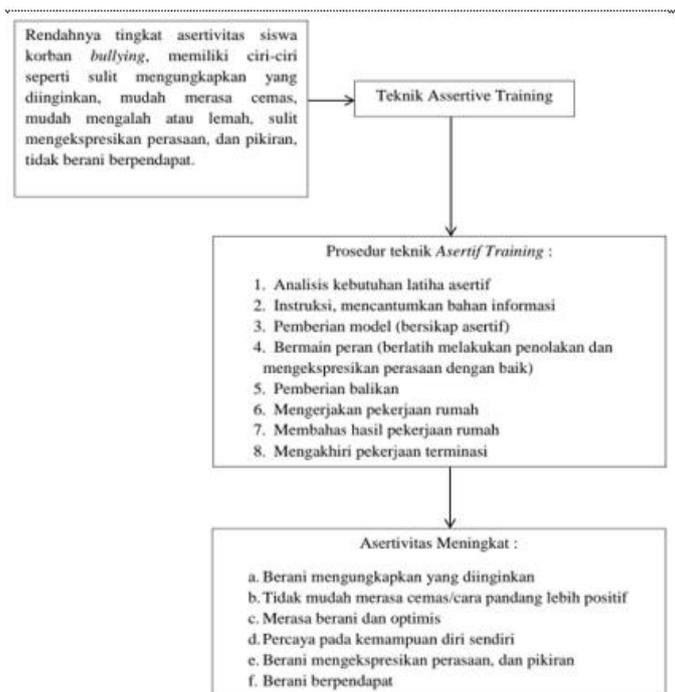
Soendjojo (Zamroni, 2021) mengemukakan pada umumnya siswa yang mengalami tindakan *bullying* adalah siswa yang memiliki tingkat asertivitas yang rendah, individu yang memiliki sikap asertif yang rendah memiliki banyak ketakutan yang irasional yang meliputi sikap menampilkan perilaku cemas dan tidak mempunyai kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadinya.

Begitupun korban *bullying*, mereka kurang mampu menunjukkan perasaan untuk melawan *bullying* yang diterimanya, karena korban *bullying* takut pelaku *bullying* semakin meng-intens-kan tindakannya. Oleh karena itu sikap asertif yang rendah lebih rentan mendapatkan *bullying* dari para pelaku di banding dengan siswa yang memiliki asertivitas tinggi.

Perilaku asertif merupakan titik tengah dan cara utama bagi remaja untuk terhindar menjadi korban *bullying*. Hal ini disebut sebagai titik tengah karena perilaku asertif mampu menghindarkan korban untuk membalas *bullying* dengan perilaku kekerasan lainnya serta menghindarkan korban dari perilaku pasif terhadap pelaku *bullying*.

Ainiyah dan Cahyanti (2020) menyatakan perilaku asertif membuat pelaku *bullying* terintimidasi karena menyadari kekuatan yang dimiliki oleh korban, para pelaku merasa adanya perlawanan dari lingkungan dan sikap asertif korban yang dapat membuat korban terhindar dari perilaku negatif tersebut.

• **Kerangka Pikir**



Gambar 1. Kerangka Pikir

• **Hipotesis**

Berdasarkan teori yang telah dibahas dalam tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraikan, maka peneliti merumuskan hipotesis dalam penelitian yaitu teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* di MtsN 1 Kota Makassar.

### 3. METODE PENELITIAN

#### 3.1. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, dengan jenis penelitian yang digunakan *quasi experimental design*. Peneliti memilih jenis penelitian *quasi experimental design*, karena peneliti akan mengkaji penggunaan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* dengan membandingkan perilaku asertif sebelum diberikan teknik *Assertive Training* dan sesudah diberikan *Assertive Training* di MtsN 1 Kota Makassar.

#### 3.2. Desain Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji dua variabel, yaitu “Teknik *Assertive Training*” sebagai variabel bebas (X) atau yang memberikan pengaruh (independen), dan “Asertivitas siswa korban *bullying*” sebagai variabel yang terikat (Y) atau yang dipengaruhi (dependen).

Desain yang digunakan adalah *nonequivalent control group design* yang dapat digambarkan sebagai berikut :

**Tabel 1.** Design Pretest-posttest, Non-Equivalent Control Group

Kelompok		Pretest	Perlakuan
Posttest			
Eksperimen (E)	O1	X	O2
Kontrol (K)	O3		O4

Sumber : Sugiyono (2021)

Keterangan :

- E = Kelompok eksperimen
- K = Kelompok control
- O1 = Pretest kelompok eksperimen
- O2 = Posttest kelompok eksperimen
- X = Treatment atau perlakuan (*Assertive Training*)
- O3 = Pretest kelompok kontrol
- O4 = Posttest kelompok kontrol

### 3.3. Populasi dan Sampel

- Populasi  
Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang teridentifikasi menjadi korban *bullying*. Berdasarkan wawancara dengan guru BK dan penelusuran data menggunakan *google form* yang berisi angket terbuka, diperoleh 32 siswa teridentifikasi pernah menjadi korban *bullying*, 32 orang siswa inilah yang menjadi populasi.
- Sampel  
Dalam penelitian menggunakan layanan konseling kelompok sehingga peneliti mengacu pada ukuran ideal untuk jumlah anggota kelompok dalam konseling kelompok. Menurut Carrol & Wiggis (Pandang & Anas, 2019) mengemukakan bahwa jika suatu kelompok telah diatur menurut tujuan terapi maka jumlah anggota kelompok harus terbatas pada 7 atau 8 orang dengan durasi 30- 45 menit per sesi.

Berdasarkan ketentuan tersebut, peneliti menentukan ukuran sampel dalam penelitian ini sebanyak 8 orang pada kelompok eksperimen dan 8 orang pada kelompok kontrol, sehingga jumlah keseluruhan pada sampel penelitian ini sebanyak 16 sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *propotional random sampling*. Teknik *propotional random sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari jumlah populasi secara propotional dan berimbang, terhadap kelas-kelas yang teridentifikasi pernah terjadi kasus *bullying*.

Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *propotional random sampling* dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- Menentukan 5 kelas sebagai populasi penelitian kemudian menetapkan sampel sebanyak 16 siswa.
- Menetapkan sampel setiap kelas

Tabel 2. Sampel penelitian

No	Kelas	Populasi	Sampel Penelitian
1	VIII 1	6	$6/32 \times 16 = 3$
2	VIII 2	8	$8/32 \times 16 = 4$
3	VIII 3	6	$6/32 \times 16 = 3$
4	VIII 4	6	$6/32 \times 16 = 3$
5	VIII 5	6	$6/32 \times 16 = 3$
Total		32	16

Sumber : Teknik pengambilan sampel *propotional random sampling*

### 3.4. Definisi Operasional Variabel

Secara operasional, definisi variabel penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut :

- Teknik *Assertive Training* merupakan latihan yang biasanya dilakukan untuk membantu siswa yang tidak mampu mempertahankan hak-haknya, tidak bisa mengungkapkan perasaan yang ada pada dirinya, serta melatih kemampuan individu untuk menyampaikan perasaan, pikiran, keinginan dan kebutuhannya dengan penuh rasa percaya diri serta kejujuran sehingga mampu berhubungan baik dengan lingkungan sosialnya. Adapun tahap-tahap dalam pelaksanaan *Assertive Training* yaitu : (1) Analisis kebutuhan latihan keasertifan ; (2) Mencamtumkan bahan informasi ; (3) Berlatih membangun harga diri ; (4) Berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak ; (5) Mengerjakan pekerjaan rumah ; (6) Membahas hasil pekerjaan rumah ; (7) Mengakhiri pekerjaan terminasi.
- Asertivitas rendah, merupakan perilaku yang kurang tegas, tidak mampu menyatakan pendapat, kurang mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman, kurang mampu mempertahankan diri sendiri, akibat dari asertivitas rendah akan berdampak pada emosi dan selalu merasa tidak yakin pada dirinya sendiri. Seseorang dengan asertivitas rendah tidak dapat membela dirinya sendiri sehingga mengakibatkannya mendapatkan perlakuan *bullying*. Asertivitas yang rendah menjadikan siswa rentan menjadi korban *bullying* ketika seseorang yang memiliki asertivitas rendah mengalami *bullying* akan memberikan dampak psikologis seperti mengalami depresi, merasa rendah diri, dan akhirnya menarik diri dari lingkungan sosialnya.

### 3.5. Teknik dan Prosedur Pengumpulan Data

- Skala Perilaku Asertif Korban *Bullying*
- Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu dengan menggunakan *skala Likert*. Dalam *Skala Likert* memiliki gradasi nilai yang positif sampai sangat negatif dengan 4 pilihan jawaban yaitu, Sangat setuju (SS), setuju (S), kurang setuju (KS), tidak setuju (TS) dengan pilihan sebagai berikut :

Tabel 3. Skor Item Skala Asertivitas

Alternatif Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Kurang Setuju	2	3
Tidak Setuju	1	4

Sebelum skala digunakan dalam penelitian lapangan, skala terlebih dahulu divalidasi oleh dosen validator Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, kemudian diuji coba lapangan untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya.

Adapun kisi-kisi skala perilaku pada penelitian ini dikembangkan oleh peneliti berdasarkan (Alberti and Emmons, 2017: 35) yaitu :

**Tabel 4.** Kisi-kisi Skala Asertivitas Sebelum Uji Validitas

ASPEK	DESKRIPSI	ITEM	JUMLAH
Mampu menyatakan pendapat	1. Kemampuan mengemukakan perasaan, pendapat, pikiran dan keinginan yang dirasakan melalui kata dan tindakan	3,4,7,18,21, 22,32,33,37, 41	10
Mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman	1. Kemampuan berkomunikasi dengan orang lain, teman dan keluarga 2. Berkomunikasi secara langsung, jujur dan terbuka	1,6,15,17,20, 25,26,34,36, 38	10
Tidak mengabaikan hak-hak orang lain	1. Kemampuan membela diri saat mendapatkan perilaku <i>bullying</i> 2. Kemampuan mempertahankan hak-hak untuk dirinya	9,10,11,12, 13,14,19,23, 24,29,35,40, 42	13
Mampu mempertahankan diri	1. Mampu melakukan sesuatu tanpa paksaan 2. Melakukan sesuatu sesuai dengan tujuan dan keinginan	2,5,8,16,27, 28,30,31,39	9
Total			42

- Uji Validitas

Uji validitas berguna untuk mengetahui kevalidan atau kekhususan kuesioner yang digunakan oleh peneliti dalam mengukur dan memperoleh data penelitian.

Dasar pengambilan keputusan uji validitas *pearson product moment* dalam membandingkan nilai  $r$  hitung dengan  $r$  tabel.

Jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel = valid

Jika  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel = tidak valid

Dari hasil uji validitas dengan menggunakan komputer program SPSS v.25 *for windows* yang dilakukan oleh 30 siswa dapat ditentukan bahwa untuk variabel asertivitas korban *bullying* dari 42 butir pernyataan terdapat 22 butir valid sedangkan terdapat 20 butir invalid.

- Uji Reliabilitas

Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relative sama pada seorang responden, reliabilitas bertujuan untuk melihat apakah memiliki konsistensi jika pengukuran dilakukan secara berulang. Dalam penentuan tingkat

reliabilitas suatu instrumen penelitian dapat dikatakan reliabel jika nilai cronbach alpha > 0,6 (Sujerweni,2019).

Hasil uji reliabilitas skala asertivitas korban *bullying* menggunakan aplikasi SPSS v.25 *for windows*, yang diberikan kepada 30 responden dinyatakan reliabel. Reliabilitas skala asertivitas korban *bullying* dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 5.** Hasil Uji Reliabilitas Skala Asertivitas Korban Bullying

Cronbach's Alpha	N of Items
.822	42

Sumber : Data diolah SPSS v.25

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut diketahui bahwa nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh yaitu 0,822. Nilai tersebut berada di atas 0,60 yang berarti skala yang disebar memiliki reliabilitas yang baik atau sangat kuat.

### 3.6. Teknik Analisis Data

Analisis statistik yang akan digunakan ada dua jenis yaitu analisis statistik deskriptif dan analisis statistik inferensial.

- Analisis Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk menggambarkan perilaku asertif siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar sebelum dan sesudah penerapan *Assertive Training*, atau hasil *pre-test* dan *post-test* dan juga kelompok kontrol dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan presentase.

Teknik analisis deskriptif yang digunakan dalam penelitian ini yakni analisis presentase dengan penskoran model *likert*, dengan skor tertinggi mendapat nilai 4 dan skor terendah mendapatkan nilai 1. Untuk menyusun tabel kriteria menggunakan aturan yang sama dengan dasar jumlah skor responden, yaitu dicari skor tertinggi atau persentase skor tertinggi, skor terendah atau persentase skor terendah, dan jarak interval (widoyoko, 2016).

Adapun perhitungannya yaitu :

$$\text{Skor tertinggi} = 4 \times 24 = 96$$

$$\text{Skor terendah} = 1 \times 24 = 24$$

$$\text{Rentang/R} = (H - L) + 1$$

$$= (96 - 24) + 1 = 73$$

$$= R : K = 73 : 4 = 18$$

- Analisis Statistik Inferensial

Analisis Statistik Inferensial digunakan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Hipotesis yang telah diuji dengan teknik parametrik dengan menggunakan t-test. Penggunaan t-test mensyaratkan bahwa data setiap variabel yang akan dianalisis harus berdistribusi normal dan homogen. Oleh karena itu dilakukan pengujian normalitas data dan pengujian homogenitas data.

## 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 4.1. Hasil Penelitian

- **Gambaran Tingkat Asertivitas Siswa Korban *Bullying* Di MTsN 1 Kota Makassar**

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat asertivitas siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar. Tingkat asertivitas siswa korban *bullying* diperoleh melalui penyebaran skala asertivitas. Data hasil penelitian diperoleh melalui pengisian skala asertivitas. Hasil tersebut akan diuraikan sebagai berikut :

- **Tingkat asertivitas siswa korban *bullying* pada kelompok eksperimen**

Tingkat asertivitas siswa korban *bullying* pada kelompok eksperimen diperoleh berdasarkan hasil *pretest* yang dilaksanakan pada hari Kamis, 12 Juni 2023 dan hasil *posttest* yang dilaksanakan pada hari Kamis, 27 Juli 2023 terhadap 8 siswa di MTsN 1 Kota Makassar. Berikut ini disajikan data tingkat asertivitas siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar, hasil *pretest* dan *posttest* yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase dengan berdasarkan data penelitian sebagai berikut :

**Tabel 6.** Data Pretest dan Posttest kelompok Eksperimen dan Kontrol

Interval	Kategori	Kelompok Penelitian			
		Eksperimen		Kontrol	
		Pretest	Posttest	Pretest	Posttest
100 – 120	Sangat Tinggi	F 0	F 5	F 0	F 0
81 – 99	Tinggi	F 0	F 3	F 0	F 0
71– 80	Rendah	F 5	F 0	F 5	F 5
60 – 70	Sangat Rendah	F 3	F 0	F 3	F 3
Jumlah		F 8	F 8	F 8	F 8

Data di atas menjelaskan bahwa gambaran umum tentang tingkat asertivitas di MTsN 1 Kota Makassar untuk kelompok eksperimen. Pada saat *pretest*, tidak ada responden atau 0 persen siswa yang memiliki tingkat asertivitas sangat tinggi atau berada pada interval 100-120, begitupun pada kategori tinggi atau berada pada interval 81-99.

Selanjutnya, terdapat 5 responden atau 62,5% responden yang berada pada kategori rendah atau berada pada interval 71-80. Pada kategori sangat rendah atau berada pada interval 60-70 terdapat 3 responden atau 37,5%. Rendahnya asertivitas siswa korban *bullying* pada siswa ditandai dengan selalu memandang rendah kemampuan dirinya, takut dalam berpendapat, selalu merasa cemas, kurang mampu mengekspresikan apa yang diinginkan, selalu memandang kegagalan, dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Setelah dilakukan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training*, hasil *posttest* menunjukkan tingkat asertivitas siswa korban *bullying* mengalami peningkatan. Terdapat 5 responden atau 62,5% yang berada pada kategori sangat tinggi atau berada pada interval 100-120, terdapat 3 responden atau 37,5% yang berada pada kategori tinggi atau berada pada interval 81-99.

Tingkat asertivitas siswa korban *bullying* pada kelompok eksperimen ditandai dengan siswa sudah mampu menolak untuk hal yang kurang disukainya, sudah mampu berpendapat, lebih mampu

berfikir positif dan membangun harga diri, mampu bersikap tegas dan tetap menghargai orang-orang di sekelilingnya.

Dari data ini membuktikan bahwa responden dominan berada pada kategori sangat tinggi setelah diberikan perlakuan dengan teknik *assertive training* sebanyak tujuh kali pertemuan. Data tersebut menunjukkan terjadi peningkatan tingkat asertivitas siswa korban *bullying* setelah perlakuan / *treatment*.

- **Tingkat asertivitas siswa korban *bullying* pada kelompok kontrol**

Berdasarkan hasil *pretest* yang dilaksanakan pada hari Kamis, 12 Juni 2023 dan hasil *posttest* yang dilaksanakan pada hari Kamis, 27 Juli 2023 terhadap kelompok kontrol maka didapatkan hasil data yang berbeda dengan kelompok eksperimen. Perbedaan dapat dilihat pada tabel 4.1 di atas, disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

Gambaran umum tentang tingkat asertivitas siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar untuk kelompok kontrol. Pada saat *pretest*, terdapat 5 responden atau 62,5% berada pada kategori rendah yang berada pada interval 71-80, 3 responden atau 37,5% responden pada kategori sangat rendah yang berada pada interval 60-70 dan tidak ada responden atau 0% pada kategori, tinggi dan sangat tinggi. Rendahnya asertivitas siswa korban *bullying* pada siswa ditandai dengan selalu memandang rendah kemampuan dirinya, takut dalam berpendapat, selalu merasa cemas, kurang mampu mengekspresikan apa yang diinginkan.

Kondisi tersebut menunjukkan perubahan yang tidak berarti pada saat *posttest*. Pada saat *posttest*, tidak ada responden atau 0% pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Terdapat 3 responden atau 37,5% responden berada pada kategori sangat rendah atau berada pada interval 60-70. Kemudian terdapat 5 responden atau 62,5% responden pada kategori rendah atau berada pada interval 71-80. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang berarti/signifikan pada tingkat asertivitas siswa korban *bullying* pada kelompok kontrol.

- **Gambaran Pelaksanaan Teknik *Assertive Training***

Pelaksanaan pemberian teknik *assertive training* yang diberikan kepada kelompok eksperimen mulai dari *pretest* sampai pada *posttest* berlangsung selama tujuh kali pertemuan. Adapun rincian kegiatan sebagai berikut :

- **Persiapan**

Adapun kegiatan pada tahap ini adalah :

- Membuat skenario pelaksanaan kegiatan dan RPL
- Waktu pelaksanaan kegiatan yang telah disepakati dengan guru pembimbing untuk kegiatan ini dilaksanakan mulai pada hari Rabu, tanggal 8 Juni 2023 dan berakhir pada 31 Juli 2023
- Menata setting pertemuan untuk pelaksanaan kegiatan
- Mempersiapkan rancangan pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling.

- **Pelaksanaan Kegiatan**

Penelitian ini berlangsung selama satu bulan lebih di mulai tanggal 7 Juni 2023 sampai tanggal 31 Juli 2023. Setelah peneliti membawa surat rekomendasi ke sekolah, selanjutnya guru BK memperkenalkan peneliti kepada siswa, menjelaskan maksud dan tujuan kedatangan peneliti lalu guru BK mempersilahkan peneliti untuk melaksanakan penelitian setelah melalui proses administrasi yang berlaku di sekolah.

- Tahap Pembentukan Kelompok  
Pelaksanaan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *Assertive Training* dilaksanakan pada hari Selasa, 12 Juni 2023. Sesuai kontrak dengan kelompok penelitian, kegiatan ini dilaksanakan pada pukul 15:00 Wita sampai dengan 15:45 Wita, bertempat di ruang kelas MTsN 1 Kota Makassar. Kegiatan diawali dengan penyambutan (*attending*) para peserta di persilahkan duduk pada tempat yang sudah di sediakan. Konselor menanyakan kondisi para siswa hari ini dalam aktivitasnya sebelum sehingga tercipta hubungan yang hangat.

Pada tahap ini, pemimpin kelompok dan anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan menumbuhkan kepercayaan, keterbukaan, serta suasana yang hangat. Peneliti memberikan motivasi kepada anggota kelompok untuk tidak merasa takut dalam mengikuti kegiatan konseling serta memotivasi anggota kelompok untuk saling percaya, saling terbuka, dan menciptakan suasana yang hangat pada setiap kali pertemuan konseling. Peneliti juga menjelaskan kepada anggota kelompok bahwa pertemuan tersebut akan berlangsung selama beberapa kali.

Kegiatan pertama yang dilakukan oleh peneliti melakukan intervensi dengan membentuk kelompok penelitian. Tahap ini merupakan tahap pengenalan diri dari anggota dalam kelompok. Anggota kelompok terpilih merupakan konseli yang berasal dari berbagai kelas VIII. Setelah perkenalan, konselor menjelaskan tentang pengertian dan tujuan konseling kelompok. Konselor juga menjelaskan cara-cara dan asas-asas yang ada pada saat proses konseling kelompok.

- Tahap Peralihan  
Pada tahap ini, peneliti menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya yaitu melaksanakan treatment dengan menggunakan teknik *Assertive Training*. Setelah itu, peneliti menawarkan atau mengamati kesiapan para anggota untuk menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya dengan membahas suasana yang sedang terjadi.

Peneliti menjelaskan tujuan diadakannya kegiatan konseling kelompok dan melakukan tanda tangan pada lembar kesediaan mengikuti kegiatan konseling hingga selesai agar yang dikemukakan di kegiatan terjamin kerahasiaannya. Peneliti membahas suasana yang terjadi dalam kelompok konseling. Suasana yang dimaksudkan yaitu ada tidaknya kohesivitas kelompok, keterbukaan, kepercayaan, dan situasi yang hangat peneliti menanyakan kepada anggota kelompok tentang kesiapan anggota kelompok untuk memasuki tahap selanjutnya.

Peneliti meminta anggota kelompok untuk menyampaikan kesan-kesan yang dirasakan oleh anggota kelompok pada pertemuan hari ini, dilanjutkan dengan pemberian umpan balik oleh peneliti kepada anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin kelompok bersama dengan anggota kelompok membahas jadwal pertemuan selanjutnya dan menutup pertemuan.

- Tahap Kegiatan (analisis kebutuhan latihan keasertifan)

Pertemuan kedua pada hari kamis, tanggal 15 Juni 2023. Peneliti menjelaskan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu mengevaluasi pertemuan sebelumnya dan melakukan penyegaran kembali mengenai kegiatan sebelumnya.

Pada pertemuan ini peneliti membuka kegiatan dengan memberikan salam dan menanyakan kabar kepada anggota kelompok. Hal ini bertujuan untuk menjalin hubungan baik antara peneliti dengan anggota kelompok. Peneliti mendorong anggota kelompok untuk menyampaikan refleksi pada pertemuan sebelumnya. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana anggota kelompok bersungguh-sungguh mengikuti kegiatan bimbingan dan sejauh mana pengalaman belajar yang diperoleh anggota kelompok pada pertemuan sebelumnya.

Selanjutnya, peneliti memberikan penjelasan tentang kegiatan konseling pada pertemuan ketiga. Inti dari kegiatan pada pertemuan ketiga yaitu dimana konseli akan melaksanakan analisis kebutuhan latihan asertif. Peneliti kemudian membagikan lembar skala perilaku asertif dan terlebih dahulu peneliti memberikan instruksi kepada siswa untuk mengisi format biodata terlebih dahulu, kemudian mempersilahkan siswa untuk mengisi skala asertivitas.

Hasil yang diperoleh pada tahap pertama yaitu konseli dapat memahami tentang hal-hal perilaku yang berkaitan dengan tingkat keasertifan konseli. Selain itu, konseli juga mengetahui mengenai tingkat sikap agresi dan non asertif.

- Tahap mencantumkan bahan informasi  
Pada tahap ini, peneliti kembali mengulang kembali pertemuan sebelumnya kemudian mencantumkan bahan informasi yang diperoleh dari profil keasertifan yang telah di isi. Kemudian memberikan informasi kepada setiap siswa hasil dari kuis keasertifan yang telah diisinya.

Peneliti juga dapat mengungkapkan perilaku yang diinginkan konseli sehubungan dengan permasalahan yang dihadapi dan harapan-harapan apa saja yang diinginkannya. Setelah mengetahui permasalahan yang dihadapi konseli, pada tahap ini peneliti dapat menentukan dan memberitahukan kepada konseli perilaku yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga pada tahap ini konseli sudah mengenali perilaku-perilaku yang tidak menjadi pendukung ketidakasertifannya. Kemudian peneliti menentukan perilaku yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, peneliti menjelaskan kepada konseli tentang apa yang seharusnya konseli lakukan dan apa yang harus konseli hindari untuk menyelesaikan permasalahannya.

Pada sesi akhir, peneliti memberikan *ice breaking* agar suasana bimbingan kelompok tidak terlalu tegang. Selanjutnya, peneliti meminta konseli menceritakan pengalamannya mengikuti kegiatan ini. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kesulitan konseli yang menjadi penyebab dari kurangnya kepercayaan diri siswa.

Kemudian, peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir peneliti mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya sesuai kesepakatan bersama. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini yaitu konseli dapat mengetahui perilaku apa saja yang harus dimiliki konseli untuk menyelesaikan masalahnya dan juga pada tahap ini

konseli sudah mengenali perilaku-perilaku yang tidak menjadi pendukung ketidaksertifannya.

- Tahap berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak  
Pada tahap ini peneliti memberikan contoh-contoh yang dapat membantu konseli dalam melakukan penolakan dan berkata tidak. Selanjutnya, peneliti memandu siswa untuk mempraktikkan perilaku asertif yang diperlukan, menurut contoh yang telah diberikan oleh peneliti.

Proses berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak ini dilakukan setiap dua orang konseli maju kedepan dan mempraktikkan kata-kata dan situasi yang telah ditentukan lalu kedua konseli tersebut mengucapkan kalimat-kalimat penolakan dan berkata tidak seperti “ Saya tidak bisa meminjamkan buku pelajaran biologi saat ini, akan tetapi saya bisa pinjamkan buku ini besok sesudah pulan sekolah” atau contoh lainnya “Iya, saya dapat membantu anda mengetik tugas ini, tetapi tidak seluruh halaman”.

Selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir peneliti mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya. Hasil yang diperoleh pada pertemuan ini yaitu konseli mampu mempraktikkan dengan sendiri perilaku asertif dan mampu melakukan penolakan dan berkata tidak.

- Tahap Mengerjakan pekerjaan rumah  
Pada tahap ini, peneliti memberikan tugas rumah (*Homework Assignment*) kepada konseli secara bertahap untuk melancarkan perilaku asertif yang dimaksud. Untuk kelancaran dan kesuksesan latihan, peneliti memberikan tugas kepada konseli untuk berlatih sendiri di rumah ataupun tempat-tempat lain dan konseli diminta untuk melakukan tugas terstruktur di luar kelompok bimbingan dengan tujuan agar konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya.

Selanjutnya peneliti meminta konseli menceritakan pengalamannya selama mengikuti kegiatan, hal ini bertujuan untuk mengetahui perasaan konseli setelah mengikuti treatment *assertive training*. Selanjutnya peneliti menyimpulkan hasil kegiatan dan terakhir mengajak siswa untuk menyepakati waktu pertemuan selanjutnya. Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli mampu menunjukkan sikap asertif yang telah dipelajarinya seperti mampu berkata tidak dan menolak permintaan orang lain.

- Tahap membahas hasil pekerjaan rumah  
Pada tahap ini, peneliti mengajak siswa untuk membahas hasil PR yang dilakukan. Selanjutnya, peneliti meminta kepada siswa untuk menceritakan kembali hasil yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya. Konselor juga memberikan penguatan-penguatan kepada konseli seperti memberikan pujian kepada konseli atau dengan memberikan hadiah.

Penguatan dibutuhkan untuk meyakinkan bahwa konseli harus dapat bersikap tegas terhadap permintaan orang lain padanya, sehingga orang lain tidak memanfaatkan kita secara bebas. Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli mampu bersikap tegas terhadap permintaan orang lain, sehingga orang lain tidak memanfaatkan dirinya secara bebas.

Mengakhiri pekerjaan terminasi, sebelum memulai kegiatan peneliti membuka pertemuan dengan mengucapkan salam pembuka dan membangun *rapport*. Kegiatan ini, merupakan penutup dari rangkaian seluruh kegiatan. Peneliti mengajak siswa merefleksikan pengalaman-pengalaman siswa selama mengikuti proses konseling. Pada tahap ini dilakukan evaluasi diri sebagai unjuk keberhasilan konseli dalam mengimplementasikan sikap aseertifnya. Selanjutnya peneliti menutup kegiatan dengan mengucapkan terima kasih atas partisipasi konseli selama mengikuti kegiatan.

Hasil yang diperoleh dari pertemuan ini yaitu konseli sudah mampu mengimplementasikan sikap aseertifnya dalam kehidupan sehari-harinya sehingga konseli dengan mudah melakukan penolakan terhadap permintaan orang lain dalam kehidupan sehari-hari.

• **Penerapan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar**

Hipotesis teoritik yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Penerapan teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar”. Dilakukan dengan pengujian hipotesis melalui eksperimen dengan uji statistic independent t test, sehingga rumusan hipotesis statistiknya menjadi :

H0 : Tidak ada perbedaan tingkat asertivitas siswa korban *bullying* yang mendapatkan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Taringing* dengan siswa korban *bullying* yang tidak mendapatkan teknik *Assertive Taringing*.

H1 : Ada perbedaan tingkat asertivitas siswa korban *bullying* yang mendapatkan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* dengan siswa korban *bullying* yang tidak mendapatkan teknik *Assertive Training*.

**Tabel 7.** Perbandingan Skor Pretest dan Post Test Kelompok Eksperimen dan Kontrol Sebelum dan Sesudah Pemberian Perlakuan

Responden	kelompok eksperimen			Responden	kelompok control		
	Pretest	Posttest	Gainscore		Pretest	posttest	Gainscore
AKY	78	117	39	ASD	72	67	5
MD	80	95	15	NAD	74	72	2
ABR	80	120	40	NAZ	62	65	-3
ARS	69	101	32	BI	80	78	2
ZKJ	76	98	22	MIR	63	64	-1
DD	70	118	48	SAB	79	80	-1
AZM	65	98	33	ZTA	80	77	3
ATA	80	116	36	NA	70	75	-5
<b>Jumlah</b>	<b>598</b>	<b>863</b>	<b>265</b>		<b>580</b>	<b>578</b>	<b>2</b>
<b>rata-rata</b>	<b>74.75</b>	<b>107.875</b>	<b>33.125</b>		<b>72.5</b>	<b>72.25</b>	<b>0.25</b>

Tabel 7. diatas menunjukkan gambaran umum asertivitas siswa korban *bullying* pada kelompok kontrol berdasarkan hasil pretest dan posttest. Setelah pelaksanaan pretest, kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan berupa teknik *assertive training*.

**Tabel 8.** Hasil Analisis Statistik Untuk Pengujian Hasil Independent Sample t

Hasil Uji Independent Sampel T-test

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances				t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Hasil Asertivitas Korban	Equal variances assumed	2.426	.142	26.516	14	.000	47.125	1.777	43.313	50.937
Bullying	Equal variances not assumed			26.516	10.038	.000	47.125	1.777	43.167	51.083

Berdasarkan tabel 8. tersebut, diperoleh nilai sig. (2- tailed) = 0,000. Berarti nilai signifikansi hitung  $0,000 < \alpha 0,05$ . Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Ini berarti ada perbedaan signifikan asertivitas korban *bullying* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Selanjutnya, dari perbandingan nilai rerata, diketahui bahwa rerata gainscore kelompok eksperimen = 32,75 lebih tinggi dibandingkan rerata gainscore kelompok kontrol = 0,25. Berarti, terjadi perubahan asertivitas siswa yang mendapatkan teknik *aseertive training* (kelompok eksperimen) meningkat, dari pada asertivitas siswa yang tidak diberikan teknik *aseertive training* (kelompok kontrol).

Berdasarkan hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik *aseertive training* dapat meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* di MTsN 1 Kota Makassar.

#### 4.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis penelitian di atas dijelaskan pembahasan hasil penelitian sebagai berikut. Diketahui bahwa dalam penelitian ini angket skala asertivitas siswa korban *bullying* telah diolah dan diuji validitas dan reliabelitasnya.

- **Gambaran Tingkat Asertivitas Siswa Korban *Bullying***

Dari hasil analisis statistik deskriptif dinyatakan bahwa gambaran tingkat asertivitas siswa korban *bullying* kelas VIII ada pada kategori rendah dan sangat rendah. Rendahnya tingkat asertivitas siswa korban *bullying* ditandai dengan tidak berani berpendapat, merasa rendah diri, selalu merasa cemas, kurang mampu mengekspresikan apa yang diinginkan, selalu memandang kegagalan, dan takut menghadapi penolakan dari orang lain.

Sejalan dengan penelitian Ainiyah (2020) bahwa seseorang yang menjadi korban *bullying* bukan hanya mendapatkan kesakitan fisik tetapi juga dari segi psikisnya, seseorang yang menjadi korban *bullying* mengalami perkataan kasar dari teman-teman, di anggap lemah hal ini karena korban *bullying* kurang mampu mengekspresikan apa yang diinginkan, tidak tegas terhadap hal yang dihadapinya.

Tingkat asertivitas siswa korban bullying di tandai pada individu yang lemah, yang merasa tidak berdaya, takut menolak ataupun ditolak, dan tidak berani mengutarakan secara jujur dan berani mengenai perasaan dan pemikiran, mudah merasa cemas, dan tidak tegas dalam menghadapi sesuatu yang merugikan baginya, siswa korban *bullying* ini lebih memilih diam dan mengalah dalam menghadapi *bullying* dari teman-temanya ini yang menyebabkan korban mendapatkan *bullying* berulang kali.

kurangnya asertivitas siswa korban *bullying* ini akhirnya korban mengabaikan bentuk-bentuk *bullying* yang diterima dan lebih memilih diam disekolah menarik diri dari lingkungan teman-temannya, siswa yang sering menjadi korban *bullying* adalah siswa yang pendiam, dan tidak mampu membela dirinya ketika mendapatkan *bullying* dari temannya, sebagian dari mereka melaporkan pada guru BK dan yang lainnya memilih untuk diam, karena takut pada pelaku yang akan melakukan *bullying* secara berulang.

Seseorang yang memiliki asertivitas rendah sulit menolak atau berkata “tidak” cenderung dimanfaatkan orang lain karena ketidakmampuannya untuk menolak dan juga siswa dengan asertivitas yang rendah dapat berkembang menjadi individu yang mudah frustrasi dan terisolasi secara sosial karena merasa tidak berharga.

- **Gambaran Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Asertivitas Siswa Korban *Bullying***

Berdasarkan uraian masalah di atas, peneliti memilih layanan bimbingan kelompok sebagai layanan untuk membantu meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying*, karena melalui layanan konseling kelompok kepribadian manusia dapat berkembang secara optimal.

Melalui layanan konseling kelompok siswa akan terbantu dalam mengentaskan masalah pribadi yang dialaminya. Hidayatullah (2020) menyatakan bimbingan kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan dalam membentuk perilaku yang lebih efektif dengan menggunakan dinamika kelompok.

Untuk menunjang dalam meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying*, peneliti menggunakan teknik *assertive training*. Dalam penelitian ini akan menilai apakah ada perbedaan antara kelompok eksperimen yang diberikan layanan teknik *Assertive Training* dengan kelompok kontrol yang tidak di berikan layanan teknik *Assertive Training*. Teknik *assertive training* dilakukan di sekolah untuk membantu siswa korban *bullying* dapat meningkatkan perilaku asertifnya.

Pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *Assertive Training* dilakukan sebanyak tujuh kali pertemuan dimana pada pertemuan pertama yaitu pembentukan kelompok, sampel sebanyak 16 orang siswa korban *bullying* di bagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Pada pertemuan kedua kelompok eksperimen mengikuti tahap peralihan dimana konselor menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dengan menggunakan teknik *Asertive Training* menciptakan suasana yang lebih ceria dan mengakrabkan hubungan antara anggota kelompok.

Pada tahap ketiga yaitu tahap kegiatan atau analisis kebutuhan latihan asertif dimana konseli akan melaksanakan analisis kebutuhan latihan asertif dan kemudian dibagikan skala asertivitas untuk mengetahui tingkat asertivitas konseli.

Pertemuan keempat mencantumkan bahan informasi pada tahap ini konseli diberikan materi mengenai perilaku asertif, contoh-contoh perilaku asertif dan tidak asertif serta diskusi mengenai perilaku asertif

Pada tahap kelima proses bimbingan yaitu berlatih melakukan penolakan dan berkata tidak dimana konseli diberikan contoh kalimat-kalimat dan cara merespon yang baik ketika ingin melakukan penolakan dan berkata tidak terhadap orang lain.

Pertemuan ke enam yaitu mengerjakan pekerjaan rumah dimana konseli diberikan lembar pekerjaan rumah agar mengevaluasi dan belajar untuk kelancaran dan kesuksesan latihan asertif, maka diberikan tugas rumah untuk berlatih sendiri di rumah ataupun tempat-tempat lain.

Pada pertemuan ketujuh konselor mengajak konseli untuk membahas hasil pekerjaan rumah yang dilakukan. Selanjutnya, peneliti meminta kepada siswa untuk menceritakan kembali hasil yang diperoleh dari pengalaman-pengalaman yang telah dilaluinya. Konselor juga memberikan penguatan-penguatan kepada konseli seperti memberikan pujian kepada konseli.

- **Pengaruh Penerapan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Asertivitas Siswa Korban *Bullying***

Analisis data menunjukkan adanya penurunan kategori pada kelompok yang diberikan perlakuan yaitu kelompok eksperimen dari kategori rendah ke kategori tinggi. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan kategori atau dalam artian tetap.

Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya Amir (2019) siswa yang mengikuti pelatihan asertivitas mengalami peningkatan ketegasan dan kepercayaan diri dalam menghadapi *bullying*, bertindak mandiri, dengan membuat pilihan dan mengambil keputusan sendiri seperti menjalin relasi dengan orang lain, memiliki tanggung jawab dimana remaja mampu bertindak dengan segera dengan penuh keyakinan dan memiliki persepsi diri yang positif, sehingga merasa bangga atas prestasinya, mendekati tantangan baru dengan penuh antusias, dan mau melibatkan diri dengan lingkungan yang lebih luas, kasih sayang spontan serta mampu mempengaruhi orang lain dan bersikap asertif.

Penelitian oleh Hijrianti (2021) juga menyatakan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* individu lebih mampu mengetahui kelebihan dirinya atau sikap positif dari lingkungannya. Sejalan dengan penelitian dari Afri, dkk (2019) yang menunjukkan bahwa teknik *assertive training* memiliki pengaruh terhadap kemampuan siswa korban *bullying* dalam menghadapi permasalahannya, siswa memiliki rasa percaya diri yang kuat, siswa berani mengemukakan pendapat, siswa memperoleh keterampilan-keterampilan dan mengungkapkan perasaan positif.

Pengaruh penerapan teknik *Assertive Training* tergambar dengan jelas pada hasil uji hipotesis yang menunjukan bahwa penerapan teknik *assertive training* berpengaruh positif dalam meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* pada siswa kelas VIII di MTsN 1 Kota Makassar. Keberhasilan perlakuan juga ditentukan pada keaktifan siswa selama mengikuti proses teknik *assertive training*.

Hasil analisis menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara siswa yang mendapatkan perlakuan teknik *assertive training* dan yang tidak. Maka dari itu hipotesis yang diajukan H1 (ada pengaruh) dapat diterima dan H0 (tidak ada pengaruh) ditolak. Hal ini mengarahkan pada kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konseli yang menerima perlakuan teknik *assertive training* dan yang tidak menerima perlakuan dengan teknik *assertive training* terhadap permasalahan rendahnya asertivitas siswa korban *bullying*. Sehingga menunjukkan bahwa rata-rata nilai kelompok eksperimen memperoleh nilai yang rendah lalu kemudian meningkat ke kategori sangat tinggi, yang diartikan sebagai perubahan berarti terhadap asertivitas

siswa korban *bullying*.

Hal yang berbeda dengan kelompok yang tidak mendapat perlakuan dengan teknik *assertive training* atau kelompok kontrol. Hasil analisisnya menunjukkan bahwa nilainya tetap rendah. Nilai rendah ini diartikan tidak ada perubahan berarti terhadap tingkat asertivitas pada siswa korban *bullying*.

Berdasarkan uraian proses ini, dapat disimpulkan bahwa teknik *assertive training* dapat meningkatkan asertivitas siswa korban *bullying* pada kelas VIII di MTsN 1 Kota Makassar.

#### 4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan Teknik Assertive Training berhasil meningkatkan asertivitas siswa korban bullying di MTsN 1 Kota Makassar. Asertivitas siswa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan dari kategori rendah (pretest) menjadi kategori tinggi (posttest). Sebaliknya, kelompok kontrol menunjukkan asertivitas yang tetap rendah pada kedua tahap pengukuran.

Pelaksanaan Teknik Assertive Training dilakukan secara menyeluruh sesuai dengan prosedur yang telah dirancang. Tujuh pertemuan melibatkan analisis kebutuhan latihan keasertifan, pencantuman bahan informasi, latihan membangun harga diri, latihan menolak dan mengatakan tidak, pengerjaan pekerjaan rumah, pembahasan hasil pekerjaan rumah, hingga mengakhiri kegiatan dengan terminasi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan Teknik Assertive Training dapat dijadikan alternatif yang efektif untuk meningkatkan asertivitas siswa korban bullying. Implikasinya, pendekatan ini dapat diterapkan dalam upaya pencegahan dan penanggulangan kasus bullying di lingkungan pendidikan guna menciptakan atmosfer yang lebih aman dan mendukung perkembangan positif siswa.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afri, J., Sarman, F., & Andiyaksa, R. (2019). *MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA DENGAN MENGGUNAKAN TEKNIK ASSERTIVE TRAINING PADA SISWA* Joni Afri, Freddi Sarman, Rully Andiyaksa. *2*(1), 26–32.
- Ainiyah, H. R., & Cahyanti, I. Y. (2020). *Efektivitas Pelatihan Asertif Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku “Bullying” di SMPN A Surabaya*. *9*(2).
- Amir, L. M. (2019). *Pelatihan berperilaku asertif untuk meningkatkan keterampilan prevensi tindakan bullying di SMP Islam Alma ’ mur Jakarta pusat*. *1*(2), 41–48.
- Ani Wardah, F. (2019). *Pelatihan Asertivitas untuk Menigkatkan Perilaku Asertif Peserta Didik SMP 4 Banjarmasin Korban Bullying*. 1–5.
- Buchori, S., Ibrahim, M., & Saman, A. (2016). Pengaruh character education training melalui outbound training untuk peningkatan kejujuran dan integritas. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, *2*.
- Burhan Maolana, Wikanengsih, M. M. S. (2019). *Profil siswa korban*. *2*(5), 198–203.
- Corey, G. (2011). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (ke 9). Layanan penerbit

Cenveo.

- Farida Aryani. (2022). *Keterampilan Asertif Untuk Remaja*. El Markazi.
- Harahap, E., Mita, N., & Saputri, I. (2019). *Dampak Psikologis Siswa Korban Bullying Di Sma Negeri 1 Barumun*. 4(1), 68–75.
- Henrietta, H. M. (2023). A Comprehensive Review on Human Health, Promoting the Well-Being of Teaching Professionals. *International Journal of Environment, Engineering and Education*, 5(2), 79–86.
- Hidayatullah, S. (2020). *UPAYA MENINGKATKAN ASERTIVITAS MELALUI LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK ASERTIF TRAINING PADA SISWA ASUH KELAS X DPIB 2 SMK NEGERI 1 SAMPANG*. 7(2), 99–105.
- Hijrianti, U. R. (2021). *Altruis*. 2(3), 71–79. <https://doi.org/10.22219/altruis.v2i3.18130>
- Nurjannah, N. (2022). *Teknik Assertive Training Dalam Pendekatan Behavioristik Dan Aplikasinya Konseling Kelompok: Sebuah Tinjauan Konseptual Assertive Training Techniques In Behavioristic Approaches And Its Applications Group Counseling : Pendahuluan*. 2(2), 101–112.
- Nursalim. (2014). *Strategi & Intervensi Konseling*. Akademia Permata.
- Oci Eka Suryani. (2022). *Hubungan Perilaku Asertif Dengan Bullying Pada Siswa Korban Bullying Di SMPN 16 Pekanbaru*. Skripsi tidak di terbitkan, Fakultas Psikologi Universita Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Otoriteit Dachi, B. T. (2022). *Peran Guru Mendampingi Siswa Korban Bullying*.
- Putri, A. P., & Wahyuningrum, S. R. (2021). *Efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa smk dengan teknik assertive training*. 2(1), 36–47.
- Putri, F. R., Redjeki, S., & Rimayati, E. (2021). *Efektivitas Teknik Assertive Training Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Peserta Didik Kelas XI di SMK Teuku Umar Semarang*. 3(2), 43–51.
- Ratnasari, S., Arifin, A. A., Konseling, B., & Ternate, I. (2021). *Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa*. 2(2), 49–55. <https://doi.org/10.31960/konseling.v2i2.802>
- Visty, S. A. (2021). *Dampak Bullying Terhadap Perilaku Remaja Masa Kini The Impact of Bullying on Youth Behavior Today*. 2(1), 50–58.
- Zamroni, E. (2021). *Pelatihan Perilaku Asertif Terhadap Bullying Melalui Sosiodrama Pada Santri Pondok Pesantren Nashrul Ummah Mejobo*. 3(2), 74–84.