

## Implementasi Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa SMP Negeri 8 Medan

Lilis Granella Sidabutar<sup>1</sup>, Nurul Azmi Saragih<sup>2</sup>, Rijal<sup>3</sup>, Kevin Romie<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Universitas Muslim Nusantara Al-Washliyah, Indonesia

Email: [lilissidabutar12@gmail.com](mailto:lilissidabutar12@gmail.com)<sup>1</sup>, [nurulazmisaragih@umnaaw.ac.id](mailto:nurulazmisaragih@umnaaw.ac.id)<sup>2</sup>,  
[rijallbs67@gmail.com](mailto:rijallbs67@gmail.com)<sup>3</sup>, [kevinromie8@gmail.com](mailto:kevinromie8@gmail.com)<sup>4</sup>

Corresponding Author: Lilis Granella Sidabutar

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 8 Medan melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pre-test post-test. Subjek penelitian adalah 10 siswa kelas VIII-6 yang memiliki perilaku asertif rendah. Data dikumpulkan menggunakan observasi, angket, dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan perilaku asertif siswa setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil perbandingan skor pre-test dan post-test yang dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dengan bantuan program SPSS. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik problem solving efektif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 8 Medan

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Problem Solving, Perilaku Asertif, Siswa SMP, Layanan BK

### ABSTRACT

*This study aims to improve the assertive behavior of students at SMP Negeri 8 Medan through group counseling services using the problem-solving technique. This research employed an experimental method with a one-group pre-test post-test design. The research subjects were 10 eighth-grade students (class VIII-6) who were identified as having low assertive behavior. Data were collected through observation, questionnaires, and interviews. The results showed an increase in students' assertive behavior after participating in group counseling sessions with the problem-solving technique. The improvement was evident from the comparison of pre-test and post-test scores, which were analyzed using the Wilcoxon test with the help of SPSS software. Based on the findings, it can be concluded that group counseling using the problem-solving technique is effective in enhancing the assertive behavior of students at SMP Negeri 8 Medan.*

**Keywords:** Group Guidance, Problem Solving, Assertive Behavior, Junior High School Students, Guidance and Counseling Services

### PENDAHULUAN

Pendahuluan memuat latar belakang penelitian secara ringkas dan padat, dan tujuan. Dukungan teori tidak perlu dimasukkan pada bagian ini, tetapi penelitian sejenis yang sudah dilakukan dapat dinyatakan. Masa remaja merupakan periode

penting dalam perkembangan individu yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, remaja mulai membentuk identitas diri, memperluas hubungan sosial, serta mengembangkan kemampuan berpikir mandiri dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil (Hurlock dalam Ali & Asrori, 2010). Namun, tidak semua remaja mampu mengelola perubahan tersebut dengan baik, sehingga sering kali muncul berbagai permasalahan, salah satunya adalah rendahnya perilaku asertif.

Perilaku asertif merupakan kemampuan individu untuk menyampaikan pendapat, keinginan, dan perasaan dengan cara yang jujur dan tegas, tanpa merugikan atau menyakiti orang lain (Alberti & Emmons, 2001). Kemampuan ini sangat penting dimiliki oleh siswa SMP yang berada pada masa remaja, terutama dalam membangun hubungan sosial yang sehat dan meningkatkan kepercayaan diri. Namun, dalam kenyataannya, masih banyak siswa yang menunjukkan perilaku kurang asertif. Siswa sering kali merasa takut mengemukakan pendapat, ragu dalam mengambil keputusan, dan cenderung diam ketika berhadapan dengan situasi yang menuntut mereka untuk bersikap tegas (Rolika, 2021).

Hasil observasi dan wawancara dengan guru BK di SMP Negeri 8 Medan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat, kurang berani menolak ajakan yang tidak sesuai, dan takut mencoba hal-hal baru. Selain itu, berdasarkan hasil angket yang disebarluaskan, ditemukan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat perilaku asertif yang rendah.

Selain itu, hasil instrumen angket yang diberikan kepada siswa kelas VIII-6 di SMP Negeri 8 Medan menunjukkan bahwa siswa memiliki perilaku asertif yang rendah. Dari hasil menunjukkan bahwa siswa mudah gugup dalam mengemukakan sesuatu 18 (13%), kurang bersungguh-sungguh dalam menghadapi sesuatu 17 (13%), penakut, pemalu, dan mudah menjadi bingung 10 (7%) kurang mampu mengemukakan pendapat 7 (5%), rendah diri atau kurang percaya diri 11 siswa (8%)

Afif (2018) menyatakan bahwa perilaku asertif memungkinkan seseorang menyampaikan keinginan dan perasaan secara jujur dan terbuka tanpa menyinggung orang lain. Sementara itu, menurut Kuswara (2009), individu dengan perilaku asertif cenderung percaya diri, terbuka, dan mampu berkomunikasi secara efektif baik secara verbal maupun nonverbal. Sebaliknya, siswa yang kurang asertif cenderung pasif, mudah terpengaruh, dan sulit membela diri saat diperlakukan tidak adil (Tamimi, 2018).

Permasalahan tersebut jika dibiarkan dapat berdampak pada perkembangan sosial dan akademik siswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang tepat untuk membantu siswa mengembangkan perilaku asertif. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Menurut Davidson (2003), teknik *problem solving* dapat membantu siswa memecahkan masalah perilaku dan mental yang mereka alami secara sistematis dan terarah. Melalui layanan ini, siswa dapat belajar mengidentifikasi masalah, menganalisis penyebab, serta mencari solusi secara bersama-sama dalam suasana yang terbuka dan saling mendukung.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui implementasi bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dalam meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 8 Medan

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pre-test post-test design*. Desain ini memberikan tes awal (*pre-test*), perlakuan (*treatment*), dan tes akhir (*post-test*) untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap perilaku asertif siswa. Subjek dalam penelitian ini adalah 10 siswa kelas IX SMP Negeri 8 Medan yang memiliki perilaku asertif rendah berdasarkan hasil angket.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, observasi, dan wawancara. Angket perilaku asertif diberikan sebelum dan sesudah perlakuan untuk mengukur tingkat perilaku asertif siswa. Observasi dilakukan selama proses bimbingan kelompok berlangsung untuk mencatat perilaku siswa. Wawancara dilakukan kepada guru BK dan siswa untuk memperoleh informasi pendukung terkait perilaku asertif siswa.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan bantuan program *SPSS versi 20*. Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan signifikan antara hasil pre-test dan post-test perilaku asertif siswa. Jika terdapat perbedaan yang signifikan, maka layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* dinyatakan efektif dalam meningkatkan perilaku asertif siswa.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa terjadi peningkatan perilaku asertif siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*. Hasil analisis uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai  $J_{hitung}$  sebesar 45 lebih besar dari  $J_{tabel}$  yaitu 8, sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku asertif siswa SMP Negeri 8 Medan.

Secara kuantitatif, hasil *pre-test* menunjukkan skor total sebesar 583 dengan rata-rata 58,3 yang termasuk dalam kategori rendah. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok, hasil *post-test* meningkat menjadi 962 dengan rata-rata 96,2 yang berada pada kategori tinggi. Terjadi peningkatan rata-rata sebesar 37,9 poin atau sekitar 39,39%. Data ini menunjukkan bahwa layanan yang diberikan efektif dalam meningkatkan perilaku asertif siswa.

Tabel 1 Hasil Analisis *Pre-Test* Dan *Post-Test*

No	Responden	Skor <i>Pre-test</i>	skor <i>post-test</i>	Selisih perubahan	
				Skor	%
1	RK	50	94	44	46,80
2	RS	50	102	52	50,98
3	DS	53	97	44	45,36
4	NZ	61	95	31	32,63
5	TM	92	97	5	5,15

6	SJ	62	92	30	32,60
7	AS	55	96	41	42,70
8	NR	53	96	43	44,79
9	AT	54	100	46	46
10	AM	53	93	40	43,01
Jumlah		583	962	379	39,39
Nilai Tertinggi		92	102	10	9,80
Nilai Terendah		50	92	42	45,65
Rata-rata		58,3	96,2	37,9	39,39

Apabila dilihat dari masing-masing siswa, peningkatan perilaku asertif yang paling tinggi dialami oleh siswa berinisial RS sebesar 50,98%, diikuti oleh AT sebesar 46%, dan RK sebesar 46,80%. Sementara itu, peningkatan terendah dialami oleh TM sebesar 5,15%. Selain itu, jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, siswa laki-laki mengalami peningkatan lebih besar sebesar 42,43% dibandingkan dengan siswa perempuan yang peningkatannya sebesar 27,34%. Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan, baik siswa laki-laki maupun perempuan mengalami perkembangan perilaku asertif setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving*.

Tabel 2 Perbandingan *pre-test* dan *post-test* berdasarkan jenis kelamin

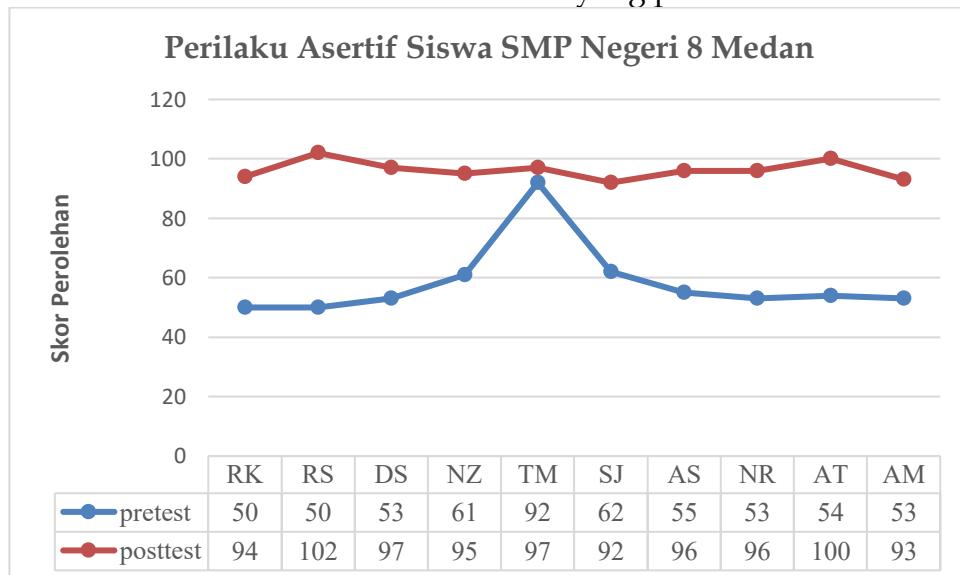
Jenis kelamin	Pre-test	Post-test	Presentase(%)		Selisih perubahan
			Pre-test	Post-test	
Laki-laki	377	674	53,85	96,28	42,43
Perempuan	206	288	68,66	96	27,34

Peningkatan perilaku asertif siswa tidak terlepas dari proses layanan bimbingan kelompok yang memungkinkan siswa mengidentifikasi permasalahan, menganalisis penyebabnya, serta merancang dan mengevaluasi berbagai alternatif solusi. Selama pelaksanaan layanan, siswa mendapatkan kesempatan untuk berlatih berpikir kritis, menyampaikan pendapat dengan jujur, dan mengungkapkan perasaan secara terbuka tanpa rasa takut. Interaksi dalam kelompok serta umpan balik dari teman sebaya dan guru BK memberikan dukungan yang signifikan dalam membantu siswa menjadi lebih percaya diri dan mampu menyatakan pendapatnya dengan tegas.

Selain itu, indikator-indikator perilaku asertif siswa juga menunjukkan peningkatan yang signifikan, khususnya pada kemampuan mengungkapkan perasaan secara terbuka yang mengalami perubahan sebesar 49%. Indikator lain yang juga meningkat adalah kemampuan menolak hal-hal yang tidak sesuai (25%), kemampuan menanggapi kritik dengan positif (26%), dan kemampuan menyatakan pendapat tanpa melanggar hak orang lain (48%). Hal ini menunjukkan bahwa siswa tidak hanya mengalami peningkatan dalam aspek komunikasi, tetapi juga dalam kemampuan mengendalikan diri dan menghargai orang lain.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* efektif dalam membantu siswa mengembangkan perilaku asertif. Dengan teknik ini, siswa mampu memecahkan masalah mereka sendiri, meningkatkan keterampilan komunikasi, serta menjadi pribadi yang lebih terbuka dan percaya diri.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* merupakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 8 Medan. Guru BK diharapkan dapat terus mengembangkan layanan ini untuk membantu siswa menghadapi permasalahan sosial dan membentuk karakter yang positif.



Gambar 1. Grafik Garis Perbandingan Hasil *Pre-Test* Dan *Post-Test*

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* efektif dalam meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 8 Medan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* yang signifikan, baik secara individu maupun kelompok. Layanan ini membantu siswa mengidentifikasi permasalahan, menganalisis penyebab, serta menemukan solusi yang tepat secara bersama-sama dalam suasana yang terbuka dan saling mendukung.

## Saran

Bagi Guru BK, disarankan untuk mengoptimalkan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* sebagai salah satu strategi dalam meningkatkan perilaku asertif siswa dan membantu siswa mengatasi permasalahan sosial di sekolah. Kemudian Bagi Siswa, diharapkan dapat memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai wadah untuk mengembangkan keterampilan sosial, keberanian dalam menyampaikan pendapat, serta kemampuan memecahkan masalah. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini

dengan subjek dan teknik yang lebih beragam untuk memperoleh hasil yang lebih luas dan mendalam.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afif, M. (2018). *Perilaku Asertif Remaja dalam Interaksi Sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2001). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life* (8th ed.). San Luis Obispo, CA: Impact Publishers.
- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Davidson, J. (2003). *Problem Solving: A Simple Book for Complex Minds*. New York: Harper Collins.
- Kuswara, D. (2009). *Keterampilan Sosial untuk Remaja*. Bandung: Alfabeta.
- Rolika, R. (2021). Peningkatan Perilaku Asertif Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 6(1), 25-31.
- Tamimi, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.