

Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa Korban Bullying Di SMP Negeri 27 Kota Samarinda

Lidya Sari¹⁾, Wahyu Widyatmoko²⁾

¹⁾ Universitas Mulawarman, Kalimantan Timur, Indonesia

²⁾ Universitas Mulawarman, Kalimantan Timur, Indonesia

e-mail Correspondent: liyasaki046@gmail.com

Received: 26-01-2025

Revised: 20-03-2025

Accepted: 13-04-2025

Info Artikel

Abstract

This study aims to improve the assertive behavior of students who are victims of verbal bullying at SMP Negeri 27 Samarinda City through assertive training techniques in group counseling services. The subjects of the study were grade VIII students who were identified as experiencing bullying and had difficulty expressing their feelings, based on the results of AKPD and interviews with BK teachers. The method used was Guidance and Counseling Action Research (PTBK) with a qualitative and quantitative approach. Data collection techniques included assertive scales, observations, interviews, and documentation. The results showed an increase in assertive behavior after assertive training was given, such as the courage to express opinions, defend personal rights, and reject verbal pressure more confidently. Thus, the conclusion in this study is that assertive training has been proven effective in improving assertive behavior and can be used as an alternative intervention in guidance and counseling services..

Keywords: *Assertive Behavior, Verbal Bullying, Assertive Training*

Kata kunci: Perilaku Asertif, Bullying Verbal, Pelatihan Asertif

Abstrak.

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk meningkatkan perilaku asertif siswa korban bullying verbal di SMP Negeri 27 Kota Samarinda melalui teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII yang teridentifikasi mengalami bullying dan kesulitan mengungkapkan perasaan, berdasarkan hasil AKPD dan wawancara dengan guru BK. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) dengan pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Teknik pengumpulan data meliputi skala asertif, observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan terjadinya peningkatan perilaku asertif setelah pemberian *assertive training*, seperti keberanian menyampaikan pendapat, membela hak pribadi, dan menolak tekanan verbal secara lebih percaya diri. Dengan demikian, kesimpulan dalam penelitian ini adalah *assertive training* terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku asertif dan dapat dijadikan alternatif intervensi dalam layanan bimbingan konseling.

PENDAHULUAN

Pada zaman sekarang, Salah satu perilaku yang dapat menghancurkan semangat dan motivasi masyarakat adalah bullying. Perundungan berasal dari istilah bully dalam bahasa Inggris yang artinya mengintimidasi atau mengganggu. Seseorang yang merasa lebih berkuasa dapat mengintimidasi orang yang dirasakannya lebih lemah, baik secara fisik maupun emosional. Para pelaku bullying mungkin tanpa mereka sadari telah memberikan tekanan psikologis kepada para korban.

Menurut Siswati dan (Widayanti & Siswati, 2009), bullying adalah salah satu jenis perilaku agresif, yang meliputi ejekan, penghinaan, dan ancaman. Banyak sekali, sejumlah

tindakan ini berujung pada perilaku agresif. Menurut (Wicaksana, 2008), bullying merupakan kekerasan fisik dan psikologis yang berlangsung dalam jangka waktu lama, dilakukan oleh individu atau kelompok terhadap seseorang yang tidak bisa membela dirinya. Pada dasarnya, bullying adalah tindakan agresif dan penghinaan yang dilakukan oleh seorang individu atau kelompok terhadap orang lain, baik secara fisik, verbal, maupun melalui platform media sosial.

Menurut data yang diperoleh Yayasan Semai Jiwa Amini (Ningrum, 2016), perundungan diklasifikasikan ke dalam sejumlah kategori, seperti: (a) fisik, seperti memukul, memalakk, mnampar dan meminta paksa sesuatu yang bukan milik mereka, (b) verbal, seperti mengejek, memaki, memfitnah. Di kota-kota besar Indonesia, Yogyakarta, Surabaya, dan Jakarta, tingkat agresi tercatat pada 67,9% siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dan 66,1% siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Menurut sebuah studi oleh Wiyani (dalam Ningrum, 2016:2), 41,2% tindakan agresi tercatat di antara siswa pada tahap SMP dan 43,7% pada tahap SMA, di mana jenis agresi psikologis yang paling sering adalah pelaksanaan pengucilan.

Pada posisi kedua adalah kekerasan verbal (pengejekan) dan di posisi terbawah agresi fisik (pemukulan). Deskripsi kekerasan sekolah di SMP di kota-kota besar, seperti Yogyakarta: 77,5% (menggakui adanya kekerasan) dan 22,5% (menggakui tidak adanya kekerasan), Surabaya: 59,8% (menggakui adanya kekerasan), dan Jakarta: 61,1% (menggakui adanya kekerasan).

Bisa disimpulkan bahwa keadaan bullying di Indonesia saat ini sangat merisaukan. Pada tahun 2018, Indonesia menduduki urutan kedua sebagai negara dengan jumlah kasus bullying terbanyak di dunia setelah Jepang, sementara Amerika Utara berada di bawah Indonesia (Indra, 2015). Indonesia juga berada di peringkat tertinggi di ASEAN sebagai negara dengan kasus bullying terbanyak (Diah, 2018). UNICEF melakukan penelitian pada tahun 2016 dan mempresentasikan data yang menunjukkan bahwa antara 41 hingga 50 persen remaja berusia 13-15 tahun di Indonesia menjadi sasaran perundungan sosial dan verbal (Diah, 2018). Ketua Perlindungan Anak UNICEF, yaitu Amanda Bissex menjelaskan bahwa jenis kekerasan verbal seperti bullying di lembaga pendidikan paling mendominasi kekerasan pada anak Indonesia (Diah, 2018).

Perundungan adalah fenomena yang sudah akrab dan sering terdengar terutama di lingkungan sekolah. Fenomena bullying ini telah menyebabkan banyak korban di sekolah, di dalam keluarga, serta dalam kehidupan sehari-hari. Beragam faktor yang mengakibatkan bullying, baik secara verbal maupun non-verbal (Sapitri, 2020). Menurut (Ali, 2022), salah satu fenomena yang menarik perhatian dalam dunia pendidikan saat ini adalah kekerasan yang berlangsung di sekolah. Setiap tahun, selalu ada kasus perilaku yang dianggap menyimpang, baik yang dilakukan secara sengaja dengan tujuan melemahkan korban maupun memermalukan secara berulang-ulang. Perundungan atau bullying, perisakan serta pengintimidasi adalah penggunaan kekuatan, ancaman atau tekanan untuk menyalahgunakan dan meneror orang lain. Perilaku ini dapat menjadi sebuah kebiasaan dan melibatkan ketidakseimbangan kekuasaan sosial atau fisik. Ini bisa meliputi pelecehan verbal atau intimidasi, kekerasan fisik atau paksaan, dan dapat ditujukan secara berulang kepada korban tertentu (Sapitri, 2020).

Sejalan dengan pendapat (Ali, 2022), tindakan bullying yang paling sering terjadi di sekolah adalah memanggil dengan nama yang tidak menyenangkan, memeras, memukul, menendang, mencabik rambut, dan sebagainya. Dampak jangka pendek yang dihasilkan dari perilaku bullying adalah depresi akibat penindasan, berkurangnya motivasi untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru, dan menurunnya ketertarikan untuk berpartisipasi dalam kegiatan di sekolah. Bullying verbal menjadi masalah yang semakin meluas di berbagai kalangan, baik di

sekolah, tempat kerja, maupun dunia maya. Perkembangan teknologi informasi telah mempermudah terjadinya bullying verbal melalui media sosial dan platform online lainnya. Konteks keluarga, teman sebaya, dan lingkungan sosial yang tidak mendukung juga dapat menjadi faktor yang memperparah terjadinya bullying verbal.

Pelatihan asertivitas menurut (Azizah, 2017) , adalah sebuah program yang mengajarkan individu cara untuk menyampaikan pendapat dan perasaan mereka dengan jujur tanpa mengancam atau menakut-nakuti orang lain. Saat seseorang menghadapi kesulitan dan tidak dapat mengungkapkan serta menyatakan bahwa perilakunya benar dan layak, pelatihan asertivitas bisa memberikan bantuan. Ada sejumlah aktivitas yang bisa dimasukkan dalam pelatihan asertivitas, seperti pengembangan keterampilan sosial melalui permainan peran, demonstrasi, kuliah atau seminar, permainan, dan lain-lain, karena hal tersebut dapat meningkatkan harga diri anak-anak yang telah mengalami gangguan. Peserta didik yang mahir dalam metode pelatihan asertivitas ini akan terbiasa memperoleh kepercayaan diri dan rasa kemampuan karena mereka akan dipersiapkan untuk menghadapi situasi perundungan dengan berbagai cara.

Pelatihan asertif merupakan sebuah teknik dari pendekatan perilaku yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan sosial, seperti kemampuan untuk menolak permintaan, mengekspresikan perasaan positif dan negatif, berinisiatif, mengajak, mengakhiri percakapan, serta mengajukan permintaan pribadi tanpa merasa terlalu tertekan (Umar & Saman, 2020). Menurut Avsar dan Alkaya dalam (Yunalia & Etika, 2020), pelatihan asertif diberikan kepada konseli agar mereka dapat mengekspresikan atau menyampaikan keinginan mereka dengan baik dan tepat, yang juga dikenal sebagai komunikasi asertif. Menurut (Umar & Saman, 2020), pelatihan asertif adalah metode konseling yang digunakan untuk mengatasi masalah yang berkaitan dengan rasa percaya diri, ekspresi diri, dan ketegasan.

Menurut Galassi & Galassi dalam (Simanjuntak, 2021), asertive training memungkinkan individu untuk secara spontan dan jujur mengungkapkan pernyataan, pikiran, dan perasaan yang dimiliki tanpa menyebabkan perasaan tegang, bersalah, atau cemas. Berdasarkan definisi-definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan teknik pelatihan asertif adalah penyediaan layanan konseling secara pribadi (individu) untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi konseli dengan cara mengungkapkan keinginan dan perasaan secara jelas tanpa menyakiti pihak mana pun.

Tujuan dari pelatihan asertif adalah agar seseorang belajar cara mengganti respons yang tidak tepat dengan respons baru yang lebih tepat dan efektif. Peningkatan keterampilan asertif pada individu akan mendukung pengembangan pengetahuan, rasa percaya diri, dan sikap asertif yang memungkinkan seseorang untuk lebih berani dan tegas dalam menyampaikan pandangannya dalam hubungan antarpribadi serta membantu individu mengubah perspektif negatif terhadap dirinya (Ramadhani et al., 2024).

Penelitian (Jasmin, 2021) membuktikan bahwa teknik asertif efektif dalam meningkatkan perilaku asertif dan mengurangi bullying di SMP Negeri 3 Meulaboh. Setelah pelatihan, jumlah siswa dengan perilaku asertif tinggi naik dari 66,7% menjadi 80,6%, dan uji *t* menunjukkan hasil signifikan. Kesimpulannya, pelatihan asertif dapat dijadikan sebagai metode intervensi yang tepat dalam menangani kasus bullying di sekolah. Dan berdasarkan (Saptandari & Adiyanti, 2013), sikap asertif adalah hal yang krusial dan metode penting bagi anak untuk mencegah terjadinya perundungan. Ini disebut titik tengah karena sikap asertif dapat menghindari korban membalas perundungan melalui tindakan kekerasan lain dan melindungi korban dari

sikap acuh terhadap pelaku perundungan. Sikap asertif menyebabkan intimidasi pada pelaku bullying karena mereka merasakan kekuatan target.

Menurut (Fatmawati & Pratiwi, 2020), siswa yang menjadi korban bullying biasanya menunjukkan tingkat kemampuan asertif yang rendah. Hal ini juga sejalan dengan pendapat Soendjono dalam (Putri et al., 2017) yang menyatakan bahwa siswa yang menjadi korban bullying merasa takut melapor kepada guru serta enggan bercerita atau mengungkapkan pengalaman bullying yang dialaminya, dan kondisi ini mencerminkan ketidakmampuan siswa korban bullying untuk bersikap asertif. Oleh sebab itu, perilaku asertif harus dimiliki oleh siswa yang menjadi korban bullying agar mereka berani melindungi diri dari tindakan bullying yang dilakukan orang lain.

Menurut (Yuliana et al., 2024) menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa hasilnya signifikan. Ada hubungan negatif yang penting antara keterampilan komunikasi asertif dan perilaku bullying. Semakin baik kemampuan asertif siswa, semakin sedikit perilaku bullying yang mereka hadapi, maka dari itu asertif yang rendah perlu ditingkatkan agar siswa dapat tegas dan tidak mudah menjadi korban bullying. Serta Menurut (Novalia & Dayakisni, 2013) bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang buruk yang sangat berarti antara sikap asertif dan rentan jadi sasaran sebagai korban bullying di kalangan siswa MA NU Lekok Pasuruan. Ini menunjukkan bahwa lebih besar perilaku asertif siswa, maka lebih kecil kemungkinan mereka jadi sasaran sebagai korban bullying; sebaliknya, lebih kecil perilaku asertif, maka lebih besar kemungkinan mereka untuk menjadi korban bullying. Kontribusi asertif yang efektif ini disebut titik tengah karena sikap asertif dapat menghindari terhadap kemungkinan menjadi target bullying mencapai 18,5%, sementara 81,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dianalisis.

Kondisi terkait sama dengan kondisi siswa di SMP Negeri 27 Kota Samarinda, berdasarkan pengamatan yang dilakukan di SMP Negeri 27 Kota Samarinda melalui AKPD atau Angket Kebutuhan Peserta Didik Menunjukkan presentase 68,09% siswa mengalami kesulitan dan ketidakmampuan mengungkapkan perasaan, dan 65,96% siswa yang menyadari bahwa mereka pernah menjadi korban bullying. Ini juga diperkuat oleh wawancara yang telah dilaksanakan bersama Guru BK SMP Negeri 27 Kota Samarinda mengenai tentang masih banyaknya siswa yang kesulitan mengungkap perasaan dan rentan menjadi korban bullying.

Tujuan dilakukannya penelitian ini ialah untuk mengevaluasi keefektifan *asertive training* sebagai langkah dalam mengatasi tindakan perundungan atau bullying di kalangan siswa-siswi di SMP Negeri 27 Kota Samarinda. Melalui pelatihan asertif yang diberikan pada peserta didik SMP Negeri 27 Kota Samarinda, Diharapkan peserta didik dapat memperbaiki tingkah laku yang tidak wajar agar dapat menghadapi bahkan melawan bullying yang terjadi di Sekolah. Berdasarkan tujuan penelitian dan perumusan masalah yang telah dijelaskan, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah bahwa pelatihan asertif dapat secara efisien meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 27 Kota Samarinda.

METODE PENELITIAN

Metode yang diterapkan dalam studi ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan pendekatan kualitatif deskriptif meskipun data yang diperoleh dapat bersifat kuantitatif, penyajiannya bersifat deskriptif dengan penggunaan kata-kata, peran peneliti didalam penelitian ini adalah sebagai instrumen utama dalam pengumpulan data. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk meningkatkan perilaku asertif siswa yang terindikasi menjadi korban perundungan atau

bullying dengan penerapan teknik *asertive training* dalam layanan konseling kelompok. Penelitian dilakukan melalui dua siklus tindakan, dengan masing-masing siklus melalui tahapan-tahapan yang sama yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Desain penelitian mengacu pada model PTK dari Hopkins, yang menekankan pada perbaikan praktik secara berkelanjutan melalui tindakan yang sistematis dan kolaboratif. Penelitian ini berlangsung selama dua bulan, yaitu pada bulan Februari hingga Maret 2025, bertempat di SMP Negeri 27 Kota Samarinda. Subjek pada penelitian ini terdiri dari sembilan siswa kelas VIII di SMP Negeri 27 Kota Samarinda yang telah teridentifikasi sebagai korban bullying dan memiliki tingkat perilaku asertif yang rendah berdasarkan hasil angket kebutuhan peserta didik. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, skala asertif, dan dokumentasi, sementara teknik analisis data dilakukan secara kualitatif dan kuantitatif deskriptif untuk menggambarkan perubahan perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah tindakan diberikan. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini tidak hanya untuk mengetahui efektivitas teknik *asertive training* dalam meningkatkan perilaku asertif siswa, tetapi juga mempunyai pengaruh yang baik terhadap peningkatan keterampilan sosial siswa dalam menghadapi bullying.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berikut adalah perbandingan hasil dari skor post-test siklus I dan siklus II

Tabel 1 Hasil *Post-Test* Siklus I

NO	INISIAL NAMA	Pre-Test		<i>Post-test</i> Siklus I	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	EA	79	RENDAH	88	SEDANG
2	AFP	75	RENDAH	77	RENDAH
3	SA	71	RENDAH	76	RENDAH
4	MZN	73	RENDAH	78	RENDAH
5	NNR	80	RENDAH	106	SEDANG
6	A	82	RENDAH	108	SEDANG
7	NS	93	SEDANG	111	SEDANG
8	MRA	80	RENDAH	108	SEDANG
9	SF	84	SEDANG	99	SEDANG

Hasil dari skala diperoleh 6 orang berada pada tingkat kategori yang cukup (sedang) maka hasil Siklus I sudah terjadi peningkatan perilaku asertif menjadi 67%, namun belum mencapai target yang diharapkan yaitu 70% – 100%. Untuk dapat mengetahui peningkatan yang terjadi pada siswa dapat menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{6}{9} \times 100\% = 67\%$$

Dimana:

P : Angka peningkatan asertif siswa

6 : Jumlah siswa yang mengalami peningkatan asertif

9 : Jumlah siswa konseling kelompok

Dari hasil diatas dan Untuk mengatasi kekurangan yang terjadi pada siklus I, peneliti merasa perlu melakukan tindakan lanjutan dengan melanjutkan pada siklus II Perbaikan yang dilakukan mencakup memberikan penjelasan yang lebih singkat dan padat agar siswa tidak merasa

jenuh tetapi tetap memahami maksud dari kegiatan yang dilakukan. Tindak lanjut yang akan dilakukan ialah fokus pada pelatihan asertif bertindak sesuai keinginan sendiri dan berani mengambil inisiatif

Dikarenakan hasil dari post-test yang dilakukan pada siklus I masih belum menunjukkan peningkatan perilaku asertif yang sesuai dengan kriteria keberhasilan yaitu tingkat asertivitas siswa setelah menerima tindakan berada pada skor 70% - 100%, maka peneliti melakukan evaluasi tindakan di siklus II. Tujuan dilakukannya siklus II yaitu untuk memaksimalkan hasil dari tindakan yang dilakukan pada siklus I, sehingga perilaku asertif siswa dapat meningkat secara signifikan dan indikator keberhasilan penelitian dapat tercapai. Tindak lanjut yang dilakukan pada siklus II yaitu berfokus pada pelatihan asertif bertindak sesuai keinginan sendiri dan berani mengambil inisiatif, berikut adalah hasil dari *post-test* yang dilakukan pada siklus II.

Tabel 2 Hasil *Post-Test* Siklus II

NO	INISIAL NAMA	Pre-Test		<i>Post-test</i> Siklus I		<i>Post-test</i> Siklus II	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	EA	79	RENDAH	88	SEDANG	117	SEDANG
2	AFP	75	RENDAH	77	RENDAH	96	SEDANG
3	SA	71	RENDAH	76	RENDAH	100	SEDANG
4	MZN	73	RENDAH	78	RENDAH	94	SEDANG
5	NNR	80	RENDAH	106	SEDANG	123	SEDANG
6	A	82	RENDAH	108	SEDANG	133	TINGGI
7	NS	93	SEDANG	111	SEDANG	132	TINGGI
8	MRA	80	RENDAH	108	SEDANG	137	TINGGI

Hasil dari skala diperoleh seluruh siswa mengalami peningkatan asertif, 5 siswa dalam kategori sedang dan 4 siswa dalam kategori tinggi. Dengan demikian, hasil dari Siklus II telah memenuhi target yang diharapkan untuk peningkatan perilaku asertif sebesar 100%. Pada Siklus II, terdapat peningkatan yang sangat signifikan yang menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dapat memperbaiki serta meningkatkan perilaku asertif siswa Untuk dapat mengetahui perubahan yang dialami oleh siswa dapat digunakan rumus berikut ini:

$$P = \frac{9}{9} \times 100\% = 100\%$$

DISCUSSION (Pembahasan)

Perilaku asertif pada siswa sebelum diberikannya tindakan masih banyak yang termasuk dalam kategori rendah. Ini dapat terlihat dari hasil pengisian skala. Sebelum dilakukannya tindakan, ada 2 siswa yang mempunyai perilaku *asertive* sedang dan 7 siswa mempunyai perilaku *asertive* yang rendah. dari hasil dilakukannya wawancara tingkat asertif yang rendah pada siswa yang menjadi korban bullying terlihat dari ketidakberanian untuk berpendapat, perasaan rendah diri, ketakutan untuk menolak, kurangnya kemampuan dalam mengekspresikan keinginan, dan selalu melihat pada kegagalan.

Sesuai dengan penelitian (Ainiyah & Cahyanti, 2020), individu yang menjadi target bullying tidak hanya menderita secara fisik tetapi juga secara mental. Korban bullying sering kali menerima perkataan yang menyakitkan dari teman-teman dan dianggap lemah, hal ini disebabkan

karena mereka sulit mengekspresikan keinginan dan kurang tegas dalam menghadapi situasi tersebut. Ketidakmampuan asertif siswa yang menjadi korban bullying ini menyebabkan mereka mengabaikan berbagai bentuk bullying yang dialami dan lebih memilih untuk diam di sekolah serta menarik diri dari teman-temannya karena ketidakmampuannya untuk menolak dan juga tegas.

Berdasarkan Alberti & Emmons (Suryani, 2020), perilaku asertif adalah tindakan yang memungkinkan siswa bertindak dengan baik tanpa kecemasan berlebihan dan dapat mengekspresikan emosi secara terbuka untuk mempertahankan hak pribadi tanpa mengabaikan hak orang lain. Dengan mengadopsi sikap asertif, korban bullying dapat mengungkapkan hak serta keinginan mereka tanpa harus tampil lemah dan menjadi sasaran penindasan.

Pada Layanan konseling kelompok pada siklus I sudah berjalan dengan lancar. Layanan diawali dengan membangun relasi atau hubungan antara peneliti dan anggota kelompok untuk menjalin keakraban selama proses konseling berlangsung. Anggota kelompok nampak lebih tertarik dengan pelayanan konseling kelompok yang diberikan. Pelayanan yang diberikan menunjukkan adanya pengaruh yang baik dalam peningkatan asertif anggota kelompok. Hal ini terlihat dalam perolehan skor skala asertif yang meningkat dari skor *pre-test* ke skor *post-test* siklus I. Berdasarkan *post-test* siklus I menunjukkan peningkatan skor skala asertif mencapai 14,9 yang awalnya 79,7 menjadi 94,6 atau terjadi peningkatan menjadi 67%.

Sedangkan Pada siklus II, anggota kelompok terlihat lebih bersemangat karena pelayanan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan anggota kelompok. Anggota kelompok sudah dapat mengungkapkan pendapat secara jelas dan tegas, serta mengikuti aktivitas dengan baik lebih banyak berpendapat baik itu yang sependapat maupun berbeda pendapat mereka tetap saling menghargai. Anggota kelompok sudah mampu mengambil Keputusan diskusi kelompok siswa saling menjawab pertanyaan dan menemukan kelebihan dan kekurangan dalam mereka bersikap yang sebaiknya dilakukan dan tidak. Siklus II menunjukkan adanya perbaikan dari siklus I Perbaikan ini menunjukkan keberhasilan dalam peningkatan kemampuan asertif siswa, yang dapat dilihat dari hasil skor skala asertif dari *post-test* siklus I hingga *post-test* siklus II, di mana skor yang didapat pada *post-test* siklus II mencapai 117,6 terjadi peningkatan yang awalnya skor yang diperoleh di siklus I yaitu 94,6 atau meningkat menjadi 100%.

Dari hasil penelitian siklus I dan II diatas menunjukkan bahwa adanya peningkatan perilaku asertif melalui layanan konseling kelompok teknik assertive training. siswa yang awalnya tidak berani berpendapat, kurang mampu mengekspresikan apa yang diinginkan, sulit menolak atau berkata “tidak” namun setelah pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan tehnik assertive training siswa mulai bisa bertindak sesuai dengan keinginannya dan menunjukkan perilaku yang berbeda dari sebelumnya dan mengalami peningkatan.

Hal ini sejalan dengan pendapat (Fajriani et al., 2023) menyatakan bahwa tehnik asertif dapat mendukung siswa yang kesulitan dan tidak mampu mengekspresikan perasaan yang tidak mereka sukai serta melatih korban untuk mengungkapkan pendapat dan opini mereka dengan jujur, tegas, dan sopan. Begitu juga dengan kemampuan untuk menolak di bawah tekanan yang diterimanya.

Penelitian ini terdiri dari dua siklus yang dimana siklus I terdiri dari empat tindakan dan siklus II dengan dua Tindakan. Penelitian dimulai pada tanggal 05 februari 2025 dan selesai pada 18 maret 2025. Siklus I dengan empat pertemuan dilaksanakan pada tanggal 05 februari 2025, 11 februari 2025, 19 februri 2025, 25 februari 2025, dilanjutkan dengan silus II dengan dua pertemuan pada tanggal 12 maret 2025 dan 18 maret 2025. Pelatihan yang digunakan yaitu

drama (role-playing), pemberian tanggapan atau respon, serta respon cepat terhadap suatu situasi dan kondisi.

Dengan berperan, siswa akan langsung merasakan keuntungan dari tindakan yang dilakukan karena tampak seperti dalam situasi sehari-hari. Pemberian feedback atau tanggapan dilakukan supaya individu bisa melakukan perbaikan untuk meningkatkan kemampuannya. Setelah itu metode permainan cepat dilakukan untuk membantu siswa dapat merespon sesuatu dengan tepat saat berada di situasi yang memerlukan jawaban cepat namun tetap dengan jelas, tegas dan sopan.

Peningkatan perilaku asertif melalui layanan konseling kelompok dengan teknik pelatihan asertif juga dapat diamati melalui data kuantitatif yang didapat dari hasil skala asertif yang diisi oleh anggota kelompok. Pada tahap pemberian pre-test diperoleh hasil skor rata-rata sebesar 79,7 dan pada post-test siklus I rata-rata skala asertif meningkat 14,9 poin menjadi 94,6 atau menjadi 67% dan pada skor *post-test* siklus II meningkat menjadi 117,6 atau terjadi peningkatan menjadi 100% dan telah mencapai target yang diharapkan.

Peningkatan perilaku asertif pada siswa korban bullying dapat meningkatkan perilaku asertif siswa SMP Negeri 27 Kota Samarinda hal ini sejalan dengan pendapat (Fatmawati & Pratiwi, 2020) menyatakan bahwa latihan asertif yang diterapkan pada siswa yang menghadapi kesulitan dalam berkomunikasi, yang tidak bisa atau takut untuk menolak tindakan orang lain, dapat membantu mereka menyampaikan pendapat dengan jujur.

Menurut Yauditama (Ramadhani et al., 2024), melalui teknik pelatihan asertif, konseli dapat melatih keberaniannya untuk mengekspresikan aksi spesifik melalui berbagai latihan atau mencontoh model tertentu. Berdasarkan (Ramadhani et al., 2024), program pelatihan asertif meliputi kegiatan untuk meningkatkan rasa percaya diri, kemampuan menolak dan mengucapkan tidak, pekerjaan rumah, serta pembahasan mengenai hasil dari tugas tersebut. Melalui pelatihan asertif bagi individu yang menghadapi tantangan dalam berkomunikasi serta tidak mampu atau takut untuk menolak tindakan orang lain, diharapkan mereka bisa menyampaikan keinginan dan pendapat mereka dengan jujur dan terbuka tanpa melukai atau menyinggung perasaan orang lain..

Konsep tersebut didukung oleh berbagai penelitian, seperti yang diungkapkan oleh (Wardah & Farihal, 2019) dalam studi mereka yang menunjukkan bahwa setelah mengikuti pelatihan asertif, konseli menunjukkan keberanian yang lebih besar untuk menolak dan bersikap tegas, contohnya berani menatap mata lawan bicara serta mempertahankan postur tubuh dan kepala yang tegak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nashrulloh et al., 2024), setelah melewati beberapa sesi konseling, konseli mampu merasakan peningkatan kekuatan dan kemandirian dalam menghadapi situasi bullying. Konseli juga berlatih untuk mengendalikan hidupnya dan merespons secara aktif terhadap konflik. Penelitian yang dilakukan oleh (Fatmawati & Pratiwi, 2020) mengungkapkan bahwa pelatihan asertif dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan perilaku asertif siswa yang menjadi korban bullying.

Namun di dalam penelitian ini terdapat keterbatasan yang dialami oleh peneliti dan dapat menjadi beberapa faktor yang dapat diperhatikan lagi bagi peneliti-peneliti yang akan datang. Agar dapat menyempurnakan penelitiannya karena penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya, keterbatasan pada penelitian ini yaitu adanya kesulitan saat meminta waktu pelaksanaan kegiatan, dikarenakan tidak ada jadwal mata pelajaran khusus Bimbingan dan Konseling di Sekolah tersebut.

KESIMPULAN/CONCLUSION

Penelitian tindakan yang telah dilakukan melalui layanan konseling kelompok dengan penggunaan teknik *asertive training* mempunyai tujuan untuk mengetahui peningkatan asertif pada siswa yang menjadi korban bullying. konseling kelompok dengan teknik *assertive training* ini terdiri atas 2 siklus. Dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan dan menjawab tujuan dari penelitian ini yakni terjadinya peningkatan tingkat asertif siswa setelah diberikan konseling teknik latihan asertif pada siswa SMP Negeri 27 Kota Samarinda dari kategori rendah hingga mencapai kategori tinggi. Pada post-test siklus I masih dalam kategori sedang, sedangkan pada post-test siklus II mencapai kategori tinggi. Peningkatan asertif pada siswa juga terlihat melalui data kualitatif yang berbentuk observasi dan wawancara yang dilakukan saat pemberian layanan.

REFERENCES (DAFTAR PUSTAKA)

- Ainiyah, H. R., & Cahyanti, I. Y. (2020). Efektivitas Pelatihan Asertif Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku “Bullying” di SMPN A Surabaya. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(2), 105. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i2.3868>
- Ali, A. C. P. (2022). *Fenomena bullying siswa dan upaya penanganannya (Studi kasus siswa SMP Negeri 1 Polongbangkeng Utara Kabupaten Takalar)*.
- Azizah, P. (2017). Penerapan Teknik Latihan Asertif Dengan Bermain Peran Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Pada Siswa Kelas VIII G DI SMP Negeri 1 Panarukan-Situbondo. *Jurnal BK UNESA*, 7(3), 23–31. <http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/article/23778/13/article.pdf>
- Diah, I. (2018). *Hari anak sedunia, tingkat kekerasan pada anak Indonesia meningkat*.
- Fajriani, A. F., Siring, A., Latif, S., & Bullying, K. (2023). Self-Disclosure Korban Bullying dan Penanganannya : Studi Kasus pada Siswa Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Gowa. *Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Studies* 1., 3(2), 315–322.
- Fatmawati, D. S., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan konseling kelompok latihan asertif pada siswa korban bullying di smpn 34 surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 476–483.
- Indra, Z. (2015). Indonesia ranking kedua bullying sedunia. *Tribun Pekanbaru Online, Edisi Selasa*, 16, 2.
- Jasmin, R. (2021). *Penerapan Teknik Asertif untuk Mengurangi Perilaku Bullying Siswa SMP Negeri 3 Meulaboh Kabupaten Aceh Barat*. UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- Nashrulloh, A., Diana, A. K. W., Fitriani, D., & Sancaya, S. A. (2024). Penerapan Konseling Kelompok Melalui Teknik Assertive Training Untuk Mengatasi Korban Bullying. *Senja Kken*, 1–8. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/kkn/article/view/4438>
- Ningrum, A. W. (2016). Studi Tentang Perilaku Bullying di Sekolah Menengah Pertama Sekecamatan Prajurit Kulon Kota Mojokerto Serta Penanganan oleh Guru Bk. *Jurnal Mahasiswa Bimbingan Konseling UNESA*, 6(1).
- Novalia, & Dayakisni, T. (2013). 2 0185. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01), 172–178.
- Putri, R. F. T., Pratisti, W. D., & Partini, M. (2017). *Pelatihan Asertivitas Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Korban Perundungan (Bullying) Di SMP*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ramadhani, N., Saman, A., & Buchori, S. (2024). Application of Assertive Training Techniques to Increase the Assertiveness of Students Victims of Bullying at Madrasah Tsanawiyah in Makassar City. *Pinisi Journal of Art, Humanity, and Social Studies*, 4(2), 277–301.
- Sapitri, W. A. (2020). *Cegah dan stop bullying sejak dini*. Guepedia.
- Saptandari, E. W., & Adiyanti, M. G. (2013). Mengurangi bullying melalui program pelatihan “guru peduli.” *Jurnal Psikologi*, 40(2), 193–210.
- Simanjuntak, J. Y. (2021). Pengaruh Konseling Individual Teknik Assertive Training. *Jurnal Psikologi Konseling*, 18(1), 852–860.
- Suryani, J. S. (2020). *EFEKTIVITAS TEKNIK LATIHAN ASERTIF DALAM LAYANAN*

BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP INTERAKSI SOSIAL SISWA DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 RAMBAH. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

- Umar, N. F., & Saman, A. (2020). E-Modul Konseling Behavioral. *Universitas Negeri Makassar*.
- Wardah, A., & Farihal, F. (2019). Pelatihan Asertivitas Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Peserta Didik Smp Korban Bullying. *Jurnal Pengabdian Silivangi*, 5(1), 44–48.
<https://doi.org/10.37058/jsppm.v5i1.729>
- Wicaksana, I. (2008). *Mereka bilang aku sakit jiwa: refleksi kasus-kasus psikiatri dan problematika kesehatan jiwa di indonesia*. Kanisius.
- Widayanti, C., & Siswati, S. (2009). Fenomena Bullying Di Sekolah Dasar Negeri Di Semarang: Sebuah Studi Deskriptif. *Jurnal Psikologi Undip*.
- Yuliana, Y. V., Annisa, D. F., & Supriatna, E. (2024). Apakah kemampuan Asertif dapat Mereduksi Perilaku Bullying? *INSPIRATIF: Journal of Educational Psychology*, 3(1), 10–20.
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 38–45.
<https://doi.org/10.31101/jhes.1358>