Seminar Nasional Pendidikan Profesi Guru
Universitas PGRI Semarang
November 2023, hal 1084 -1090

MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF MELALUI KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII B SMP NEGERI 37 SEMARANG

Fatma Kurnia Sari[1,*], Venty[2], Kristina Yuliati[3]
[1]Program Profesi Guru, Universitas PGRI Semarang, Semarang, 50122
[2]Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Semarang, Semarang, 50122
[3]SMP Negeri 37 Semarang, Semarang, 50242

*fatmakurnia11@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan perilaku asertif melalui konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 37 Semarang dengan subjek penelitian terdiri dari 6 peserta didik kelas VIII B. PTBK ini terdiri dari 2 siklus dimana masing-masing siklus melalui tahap perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu observasi dan menggunakan skala perilaku asertif (*The Rathus Assertive Schedule*). Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dari hasil observasi dan *The Rathus Assertive Schedule*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pra siklus atau kondisi awal 6 peserta didik memiliki perilaku asertif pada kategori rendah. pada siklus I 3 peserta didik (50%) masih dalam kategori rendah, 1 peserta didik (16%) dalam kategori sedang dan 2 peserta didik (33%) dalam kategori tinggi. Jika dibandingkan dengan kategori perilaku asertif peserta didik pada siklus II 6 peserta didik mengalami peningkatan perilaku asertif pada kategori tinggi. Dengan adanya peningkatan perilaku asertif peserta didik setelah tindakan siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 37 Semarang.

Kata kunci: Konseling Kelompok, *Assertive training*, Perilaku Asertif

ABSTRACT

This Guidance and Counseling Action Research aims to determine the increase in assertive behavior through group counseling with assertive training techniques. This research was carried out at SMP Negeri 37 Semarang with the research subjects consisting of 6 students from class VIII B. This research consists of 2 cycles where each cycle goes through planning, action, observation and reflection stages. The data collection technique used in this research is observation and using the assertive behavior scale (The Rathus Assertive Schedule). The data analysis technique uses descriptive analysis of the results of observations and The Rathus Assertive Schedule. The research results showed that in the pre-cycle or initial conditions, 6 students had assertive behavior in the low category. In the first cycle, 3 students (50%) were still in the low category, 1 student (16%) was in the medium category and 2 students (33%) were in the high category. When compared with the assertive behavior category of students in cycle II, 6 students experienced an increase in assertive behavior in the high category. With the increase in students' assertive behavior after the actions of cycles I and II, it can be concluded that group counseling using assertive training techniques is effectively used to increase the assertive behavior of class VIII B students at SMP Negeri 37 Semarang.

***Keywords**: Group Counseling, Assertive Training, assertive behavior*

1. PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk yang secara alamiah memiliki sifat sosial, yang berarti bahwa mereka tidak dapat menjalani kehidupan mereka secara individual tanpa kerja sama dan dukungan dari individu

lain. Hal yang serupa berlaku untuk peserta didik di sekolah. Sekolah juga merupakan tempat individu yang tidak dapat bersosialisasi sendiri tanpa melibatkan peran dari teman-teman mereka, pendidik, dan anggota komunitas sekolah lainnya. Para peserta didik di Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada dalam fase remaja, dengan rentang usia sekitar 12-15 tahun. (Butar, 2018)

Dalam aspek sosial kehidupan, terdapat suatu kerangka tata aturan yang disebut sebagai norma. Ketika perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang sesuai dengan norma yang berlaku, maka perilaku tersebut dianggap positif dan diterima. Sebaliknya, apabila perilaku tersebut tidak sesuai atau bertentangan dengan norma yang berlaku, maka perilaku tersebut dianggap negatif dan tidak diterima. Perubahan emosional yang dialami oleh remaja disebabkan oleh beberapa faktor, seperti peran sosial mereka dalam mempersiapkan diri menuju kedewasaan, yang melibatkan pencarian identitas pribadi dan upaya untuk memahami peran mereka dalam masyarakat. Selain itu, gejolak emosi juga dipengaruhi oleh pertumbuhan fisik remaja yang ditandai oleh tanda-tanda pubertas, perkembangan kecerdasan mereka, serta perubahan emosi yang lebih intens, yang dapat menghasilkan respons seperti kemarahan yang cepat dan perilaku agresif.

Pentingnya perilaku asertif saat berinteraksi dengan orang lain tidak bisa diabaikan. Perilaku asertif merupakan hal yang harus dimiliki oleh setiap individu karena ini mencerminkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan mengekspresikan diri dengan sesuai dalam berbagai situasi, termasuk sesuai dengan perasaan, pendapat, dan kebutuhan pribadi.

Menurut Rathus dan Nevid dalam (Margareta, 2015) menerangkan bahwa ada 10 aspek perilaku asertif diantaranya yaitu:

1. *Trying to achieve goals*
   Aspek ini ada dua kategori, yakni : 1) *Rectifying statement* adalah pernyataan yang bertujuan untuk mengungkapkan hak-hak serta mencapal tujuan pada suatu situasi. 2) *commendatory statement* adalah pernyataan memberi pujian atau umpan balik positif untuk menghargai orang lain.
2. *Abillty express feelings*
   Kemampuan untuk mengemukakan perasaan terhadap orang lain melalui cara yang wajar.
3. *Say hello or greet other people*
   Individu diharapkan dapat menyapa maupun memberikan salam terhadap individu lain yang ditemui, terutama individu yang baru dikenal, serta menciptakan topik pembicaraan.
4. *Showing an effectlve and honest manner*
   Menunjukkan cara jujur ketika memiliki rasa tidak setuju terhadap sesuatu hal.
5. *Asking the reason*
   Memberikan pertanyaan atas alasan apabila diminta melakukan suatu hal, tapi tidak langsung melakukan ataupun menolaknya.
6. *Talking about themselves*
   Mampu membicarakan tentang diri sendiri mengenai pengalaman yang pernah dialaminya.
7. *Appreciate the compliment from others*
   Menghargai pujian dari orang lain tanpa melanggar hak orang lain.
8. *Rejection*
   Mampu menolak ketika menerima sesuatu dari orang lain yang tidak sesuai dengan dirinya dan mampu mengakhiri pembicaraan yang dianggap sudah tidak perlu.
9. *Staring at the speaker*
   Ketika sedang berbicara dengan orang lain berani untuk menatap lawan bicaranya.
10. *The response against fear*
    Individu dapat mengatasi rasa takut dalam bersosialisasi dengan individu lain ataupun dalam mengungkapkan pendapatnya.

Terkait dengan aspek-aspek tersebut, dapat disebutkan bahwa perilaku asertif merupakan perilaku yang mampu untuk berani mengungkapkan pendapat baik setuju maupun tidak setuju pada sesuatu hal, berani menolak atas ajakan yang tidak diinginkan tanpa menyakiti perasaan

orang lain. Dalam perllaku asertif dipengaruhi beberapa faktor, yakni: 1) jenis kelamin, perempuan digambarkan lebih sulit dalam perperilaku asertif dibanding laki-laki; 2) harga diri, individu dengan harga diri rendah mempunyai rasa khawatir lebih tinggi, sehingga umumnya tidak berkemampuan mengekspresikan pendapat maupun perasaan tanpa merugikan diri sendiri dan orang laln; 3) Kebudayaan, lingkungan mempengaruhi berbagai batasan perilaku individu sesuai usia, jenis kelamln, serta status soslal; 4) jenjang pendidikan, bertambah tinggi Pendidikan maka bertambah luas pula wawasan berpikir individu, sehingga dapat lebih terbuka (Margareta, 2015).

Seseorang yang cenderung bersikap pasif selalu khawatir bahwa pandangan atau pendapat yang mereka ungkapkan akan disambut dengan respons negatif, sehingga mereka lebih memilih untuk tetap diam dan menerima saran dari orang lain. Ini bisa membuat mereka merasa cemas dalam hubungan sosial dan terus-menerus waspada terhadap reaksi orang lain terhadap mereka. (Afif & Listiara, 2018)

Konseling kelompok merupakan suatu metode yang digunakan untuk membantu siswa mengatasi masalah asertivitas mereka melalui dinamika kelompok. Ini membantu peserta didik mengembangkan pemahaman tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungan mereka, serta membentuk perilaku yang lebih efektif. Konseling kelompok dapat membantu peserta didik merasa lebih percaya diri dalam berkomunikasi dan bersosialisasi (Afrizhal: 2016).

Teknik asertive training adalah teknik yang digunakan untuk melatih konseli yang mengalami kesulitan untuk menyatakan diri bahwa tindakannya adalah layak atau benar. Latihan ini terutama berguna di antaranya untuk membantu individu yang tidak mampu mengungkapkan perasaan, kesulitan menyatakan tidak, mengungkapkan afeksi dan respon posistif lainnya. Cara yang digunakan adalah dengan permainan peran dengan bimbingan guru BK. Diskusi-diskusi kelompok juga dapat diterapkan dalam latihan asertif ini.

Setiap peserta didik pasti menginginkan dirinya dapat diterima dengan baik di lingkungan sekolah. Peserta didik akan berusaha menyesuaikan diri agar diterima oleh kelompoknya meskipun mengikutinya tanpa memperdulikan keadaan diri sendiri, atau melakukannya dengan terpaksa. Hal ini disebabkan karena bagi peserta didik seorang teman adalah suatu hal yang sangat penting, sehingga seringkali melakukan apa saja dan berperilaku sesuai dengan harapan teman-temannya, agar dia diakui dan diterima dalam kelompok tersebut, walau terkadang sebenarnya mereka enggan melakukannya. hal ini terjadi karena kurangnya perilaku asertif peserta didik, dengan teknik assertive training ini akan lebih mudah melatih kepribadiannya agar lebih mampu untuk mengekspresikan perasaannya tanpa harus merasa cemas ataupun takut.

Menurut Salter, assertive training adalah suatu metode yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan individu yang sering merasa sangat malu dan takut dalam memberikan respon yang tepat dalam situasi-situasi antarpribadi. Ini dilakukan dengan mengajarkan perilaku yang sesuai kepada individu melalui berbagai cara, termasuk bermain peran dalam situasi-situasi yang dibuat-buat yang meniru kehidupan nyata. Dalam situasi-situasi ini, individu diberi kesempatan untuk berlatih memberikan respon-respon yang bersifat asertif .

Assertive training tidak bertujuan untuk mengajarkan peserta didik untuk menjadi agresif, tegas, atau mengintimidasi orang lain, dan juga tidak mendorong mereka untuk mencoba menguasai orang lain. ebaliknya, pelatihan ini dirancang untuk membekali peseta didik dengan keterampilan yang memungkinkan mereka untuk menangani situasi di mana orang lain mencoba mendominasi atau memanipulasi. Assertive training membantu peserta didik mengenali tanda-tanda ketika mereka sedang dimanipulasi oleh orang lain dan bagaimana mereka dapat menolak permintaan tersebut secara efektif tanpa menunjukkan kemarahan atau agresi. Pendekatan ini menekankan pentingnya

komunikasi yang jelas, tenang, dan jujur dalam membangun hubungan yang sehat, di mana semua pihak memiliki pemahaman yang sama tentang hak-hak dan kewajiban mereka, dan tidak ada yang merasa disalahgunakan. (Karyanti et al., 2015)

Dalam penelitian (Hidayatullah, 2020), bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan assertivitas siswa. Perilaku asertif menjadi hal penting yang dimiliki individu. Perilaku asertif mencerminkan bagaimana individu mampu untuk mengenali diri sendiri dan jujur dalam berhubungan atau berinteraksi dengan orang lain. Perilaku asertif mengarahkan individu untuk mampu menghargai ekspresi dari perasaan positif dan negative diri sendiri maupun orang lain dan mampu untuk melakukan control diri tanpa rasa bersalah.

Dalam penelitian ini, tujuan utama adalah untuk mengkaji apakah layanan konseling kelompok dengan teknik asertif training efektig meningkatkan perilaku asertif peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 37 Semarang.

2. METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini merupakan jenis Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling, yang biasanya disebut sebagai PTBK. Pelaksanaan PTBK dilaksanakan di SMP Negeri 37 Semarang yang beralamat di Jl. Sompok 42 Semarang sesuai dengan tempat tugas peneliti pada saat PPL. PTBK ini dilaksanakan pada semester ganjil (I) Tahun Pelajaran 2023/2024. Penelitian menyesuaikan dengan kalender akademik yang ada di SMP Negeri 37 Semarang, karena penelitian ini memerlukan beberapa siklus untuk mencapai hasil yang efektif. PTBK ini mulai dilaksanakan dari tanggal 9 Agustus sampai 19 September 2023. Subyek penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII B SMP Negeri 37 Semarang Tahun Pelajaran 2023/2024, yang berjumlah 6 (enam) peserta didik dengan tingkat perilaku asertif yang masih rendah. Model penelitian merupakan bentuk spiral dari siklus satu ke siklus berikutnya. Penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini memiliki prosedur terdiri dari 2 siklus yang masing-masing siklus dilakukan 2 kali pertemuan. Setiap siklus terdiri dari Planning (rencana), Action (Tindakan), Observation (pengamatan), dan Reflection (refleksi). Langkah pada siklus berikutnya adalah perencanaan yang sudah di revisi, tindakan, pengamatan dan refleksi.

Pengumpulan data yang diperoleh dari: peserta didik mengisi *The Rathus Assertive Schedule* yang telah diuji validitas (0,331 – 0,689) dan uji reliabilitas (0,923). Intrumen ini memiliki 30 item pernyataan tentang perilaku asertif. Adapun pola skoring untuk *Rathus Assertiveness Scadule* adalah sebagai berikut: Setiap item terdiri dari 6 pilihan jawaban. Pilihan jawaban bernilai (-3) sampai (+3). Jawaban (-3) untuk "sangat tidak seperti saya", (-2) "cukup tidak seperti saya", (-1) "sedikit tidak seperti saya", (+1) "sedikit seperti saya", (+2) "cukup seperti saya" dan (+3) "sangat seperti saya". Semakin besar skor yang diperoleh individu maka semakin besar tingkat asertif individu dan sebaliknya semakin kecil skor yang diperoleh individu maka semakin kecil tingkat asertif individu tersebut. Setelah dilakukan skoring, selanjutnya jawaban dari responden akan dikonversikan dalam suatu norma dalam bentuk percentile untuk dapat menentukan kategori perilaku asertifnya dengan pedoman dari curva normal.

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunankan analisis deskriptif yaitu analisis yang dipergunakan untuk memperoleh gambaran keadaan suatu objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2010).

Penelitian ini dikatakan berhasil apabila peningkatan perilaku asertif peserta didik dalam mengikuti assertive training memperoleh skor minimal kategori tinggi (interval 61-80) sejumlah minimal 75% dari total subjek penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi Awal

Untuk mengetahui data awal tentang perilaku asertif, peneliti memberikan skala *The Rathus Assertive Schedule* kepada

seluruh peserta didik kelas VIII B dengan jumlah 31 peserta didik sebagai tes awal/pra siklus untuk mengetahui tingkat perilaku asertif dan menentukan peserta didik yang akan dilibatkan dalam penelitian. Adapun hasil analisis data awal tentang perilaku asertif seluruh peserta didik kelas VIII B yang dikategorikan menjadi tinggi, sedang dan rendah dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Kondisi Awal Kategori Perilaku Asertif Peserta Didik Kelas VIII B

No	Interval	Kategori	frekuensi	persentase
1	1 – 20	Sangat rendah	2	6,45%
2	21 – 40	Rendah	4	12,90%
3	41 – 60	Sedang	13	41,93%
4	61 – 80	Tinggi	9	29,03%
5	70 – 99	Sangat tinggi	3	9,67%
Jumlah			31	100%

Dari data di atas, maka dapat diketahui bahwa dari 31 peserta didik yang mengisi skala perilaku asertif *The Rathus Assertive Schedule* ada 0 peserta didik yang perilaku asertifnya masuk pada kategori sangat rendah, ada 6 peserta didik yang memiliki perilaku asertifnya dalam kategori rendah, 13 peserta didik dengan perilaku asertif kategori sedang, 9 peserta didik perilaku asertifnya kategori tinggi, dan 3 peserta didik dengan perilaku asertif kategori sangat tinggi. Peserta didik dengan perilaku asertif yang rendah tersebut kemudian dipilih untuk mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik assertive training. Dari hasil data kondisi awal, peneliti mengambil 6 (enam) peserta didik dengan tingkat perilaku asertif yang masih rendah sebagaimana terlihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Kondisi Awal Kategori Perilaku Asertif Anggota Konseling Kelompok

No	Nama	L/P	Skor	*percentile*	Kategori
1	ARF	L	-12	15	Sangat Rendah
2	AHZ	P	-17	15	Sangat Rendah
3	AMK	P	-8	25	Rendah
4	CNP	P	-1	35	Rendah
5	SLR	P	-12	20	Rendah
6	YSK	L	3	35	Rendah

Dari hasil kondisi awal didapatkan 6 peserta didik yang menjadi subyek penelitian. 2 peserta didik memiliki perilaku asertif kategori sangat rendah, 4 peserta didik memiliki perilaku asertif kategori rendah.

Hasil Siklus I dan II

Siklus I dan II terdiri dari 2 pertemuan layanan konseling kelompok. Dalam proses pelaksanaanya, kegiatan siklus I mencakup (1) perencanaan, (2) pemberian tindakan, (3) observasi dan, (4) refleksi. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2023 dilanjutkan pada pertemuan kedua pada tanggal 6 september 2023. Pada siklus I teknik *assertive* yang digunakan dengan bermain peran dimana setiap anggota kelompok akan memerankan suatu peran yang didapatkan dari "kartu peran".

Pada Siklus 2 tetap menggunakan teknik *assertive training* dengan bermain peran (sosiodrama). Dimana guru BK menyiapkan naskah dengan berbagai adegan tentang perilaku asertif. Dengan demikian hasil dari skor peningkatan perilaku asertif peserta didik disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Perbedaan Kategori Perilaku Asertif Pada Siklus I dan II

No	Nama	Siklus I			Siklus II		
		Skor	Percentil	Kat	Skor	percentil	Kat
1	ARF	-12	35	R	18	65	T
2	AHZ	-17	20	R	6	45	S
3	AMK	-8	25	R	17	65	T
4	CNP	-1	55	T	15	65	T
5	SLR	-12	40	S	16	65	T
6	YSK	3	60	T	26	75	ST

Berdasarkan tabel di atas, pada siklus I terdapat 3 peserta didik masih dalam kategori rendah, 1 peserta didik perilaku asertifnya dalam kategori sedang, 2 peserta didik perilaku asertifnya dalam kategori tinggi. Dengan evaluasi dan refleksi yang dilakukan setelah pelaksanaan siklus II, guru BK melakukan perbaikan pelayanan tindakan pada siklus II sehingga diperoleh skor peningkatan perilaku asertif pada peserta didik. Pada siklus II diperoleh 1 peserta didik perilaku asertifnya dalam kategori sedang, 4 peserta didik dalam kategori tinggi, 1 peserta didik dalam kategori sangat tinggi.

Konseling kelompok dengan teknik *assertive training* pada siklus II sudah berjalan sesuai dengan prosedur yang sudah direncanakan. Berdasarkan hasil data yang dilaksanakan selama layanan, teknik ini mampu meningkatkan perilaku asertif. Hal ini tidak terlepas dari refleksi dan evaluasi serta perbaikan siklus I sebelumnya.

Pembahasan

Berdasarkan tujuan penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang telah disampaikan di awal bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan perilaku asertif peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 37 Semarang. Berikut ini merupakan pembahasan hasil penelitian tindakan bimbingan dan konseling yang sudah dilaksanakan.

Perilaku asertif dalam penelitian ini ditunjukkan dengan hasil pengisian *The Rathus Assertive Schedule* oleh peserta didik setelah tindakan untuk masing-masing siklus. Analisis pengolahan data *The Rathus Assertive Schedule* dapat dilihat pada grafik berikut:

Tabel 4. Frekuensi Hasil Siklus II

No	Interval	Kategori	frekuensi	persentase
1	1 – 20	Sangat rendah	0	0%
2	21 – 40	Rendah	0	0%
3	41 – 60	Sedang	1	16%
4	61 – 80	Tinggi	4	66%
5	70 – 99	Sangat tinggi	1	16%
Jumlah			6	100%

Berdasarkan Tabel 4, perilaku asertif peserta didik pada siklus II sudah tidak ada yang masuk dalam kategori Rendah (R) maupun Sangat Rendah (SR). Pada siklus I memang masih terdapat perilaku asertif peserta didik yang masih dalam kategori rendah. Namun berdasarkan refleksi dan evaluasi yang dilakukan pada siklus I menjadikan peningkatan perilaku asertif peserta didik. Adapun pembahasan hasil penelitian ini yaitu tentang implementasi konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan perilaku asertif peserta didik. Sehingga menunjukkan bahwa indikator kerja pada penelitian ini dikatakan berhasil karena mencapai lebih dari 75% yang masuk dalam kategori tinggi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian dari (Azis, 2015), peneliti memperoleh temuan bahwa perilaku asertif peserta didik sebelum diberikan intervensi pelatihan asertivitas berada

kelompok diberikan intervensi pelatihan asertivitas berada pada kategori rendah dan sedang. Terdapat tiga hal yang mempengaruhi rendahnya tingkat perilaku asertif peserta didik kategori rendah dan sedang. Terdapat tiga hal yang mempengaruhi rendahnya tingkat perilaku asertif peserta didik diantaranya yaitu peserta didik masih belum mampu mengungkapkan perasaan negatif, afirmasi diri dan bullying diantaranya yaitu peserta didik masih belum mampu mengungkapkan perasaan negatif, afirmasi diri dan mengungkapkan perasaan positif.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pra siklus atau kondisi awal 6 peserta didik memiliki perilaku asertif pada kategori rendah. pada siklus I 3 peserta didik (50%) masih dalam kategori rendah, 1 peserta didik (16%) dalam kategori sedang dan 2 peserta didik (33%) dalam kategori tinggi. Jika dibandingkan dengan kategori perilaku asertif peserta didik pada siklus II 6 peserta didik mengalami peningkatan perilaku asertif pada kategori tinggi. Dengan adanya peningkatan perilaku asertif peserta didik setelah tindakan siklus I dan II dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik kelas VIII B di SMP Negeri 37 Semarang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya mengucapkan terimakasih kepada Dosen Pembimbing Lapangan dan Guru Pamong yang senantiasa selalu membimbing dalam peneliti melaksanakan penelitian ini, serta rekan-rekan sejawat yang turut memberi dukungan dan bantuan yang luar biasa dalam kelancaran pelaksanaan penelitian ini. Tak lupa peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada kepala sekolah, seluruh guru dan seluruh peserta didik khususnya kelas VIII B di SMP Negeri 37 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

Afif, R. Y., & Listiara, A. (2018). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Asertivitas Pada Remaja Di Sma Islam Sultan Agung 1 Semarang* (Vol. 7, Issue 2).

Azis, A. R. (2015). Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Korban Bullying. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, *3*(2), 8–14. https://doi.org/10.29210/12500

Butar, M. B. (2018). Hubungan Perilaku Asertif Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa Smp Negeri 6 Kota Tebing Tinggi. *School Education Journal Pgsd Fip Unimed*, *7*(4), 525–532. https://doi.org/10.24114/SEJPGSD.V7I4.8145

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.

Karyanti, K., Atmoko, A., & Hitipeuw, I. (2015). The Effectiveness of Assertive Skill Training to Improve Assertive Behaviour of Bullying Victims Students in Senior High School. *Jurnal Pendidikan Humaniora VO - 3*, *2*.

Margareta, M. (2015). Perbedaan perilaku asertif ditinjau dari tingkat pendidikan, usia, dan jenis kelamin pada siswa sma negeri 3 salatiga dan mahasiswa fakultas psikologi uksw salatiga. *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*.