

**EFEKTIVITAS PENERAPAN TEKNIK *BRAINSTORMING* MELALUI BIMBINGAN
KELOMPOK UNTUK PENINGKATAN PERILAKU ASERTIF SISWA**

Oleh:

Maria Yovita Nunung¹⁾, Yohanes Demon Doni²⁾, Matilda Pia Bone³⁾

¹⁾Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

²⁾Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

³⁾Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

Email: ¹⁾* yovitanunung031@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskripsi kuantitatif dengan pre-experimental desain (*one group pre-test and post-test* desain). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket perilaku asertif sebagai instrument pengumpulan data dan pedoman intervensi sebagai instrumen perlakuan. Teknik analisis data menggunakan rumus uji t. Hasil analisis menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 53,3125 sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,132 dengan demikian nilai $t_{hitung} >$ nilai t_{tabel} . Hal ini menunjukkan bahwa teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok efektif untuk peningkatan perilaku asertif siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan saran kepada 1) Kepala sekolah untuk selaku penanggung jawab sekolah, dapat dijadikan sebagai bahan informasi agar tetap mendukung seluruh program sekolah khususnya program bimbingan dan konseling agar dapat berjalan dengan baik untuk membantu siswa-siswa yang membutuhkan. 2) Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan berkesinambungan memberikan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* untuk peningkatan perilaku asertif siswa. 3) siswa diharapkan berpartisipasi aktif dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling untuk peningkatan perilaku asertif siswa.

Kata kunci: *brainstorming*; bimbingan kelompok; perilaku asertif.

**THE EFFECTIVENESS OF IMPLEMENTING BRAINSTORMING TECHNIQUES
THROUGH GROUP COUNSELING TO IMPROVE STUDENTS' ASSERTIVE BEHAVIOR**

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the effectiveness of implementing brainstorming techniques through group counseling to improve students' assertive behavior. It is a quantitative descriptive approach with a pre-experimental design (*one group pre-test-post-test* design). The instruments are assertive behavior questionnaires as the data collection tool and intervention guidelines as the treatment instrument. Data analysis techniques used the t-test formula. The results show a $t_{calculated}$ value of 53.3125, while the t_{table} value at the 5% significance level is 2.132. Thus, $t_{calculated} >$ t_{table} . It is indicated that brainstorming techniques through group counseling effectively improve students' assertive behavior. Based on the results of this study, the researcher provides recommendations: 1) The school principal, as the school leader, should use this information to continue supporting all school programs, particularly the guidance and counseling programs, to help students in need. 2) The guidance and counseling teacher is encouraged to consistently conduct group counseling using brainstorming techniques to improve students' assertive behavior. 3) Students are encouraged to actively participate in the group counseling sessions using brainstorming techniques conducted by the guidance and counseling teacher to enhance their assertive behavior.

Keywords: brainstorming; group counseling; assertive.

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu tempat yang menampung siswa agar dibentuk menjadi manusia yang memiliki kualitas yang baik. Siswa diharapkan untuk berinteraksi dengan sesamanya di sekolah. Untuk dapat berinteraksi dengan baik siswa perlu berkomunikasi dengan cara yang tepat, jujur, terbuka dan percaya, hal ini lazim dikenal dengan perilaku asertif. Kemampuan berperilaku asertif sangat penting bagi kelangsungan hidup individu di lingkungan keluarga maupun di sekolah.

Galassi dan Galassi (Sabda 2013: 24) mengatakan bahwa aspek-aspek perilaku asertif terdiri dari: memberi dan menerima pujian, meminta pertolongan, memulai dan terlibat percakapan, mempertahankan hak, mengungkapkan pendapat, menolak permintaan, dan mengungkapkan ketidaksetujuan. Sikap asertif merupakan tindakan yang tepat sesuai dengan kata hati dalam menolak sesuatu yang membuatnya tidak nyaman dan ini adalah respon positif yang spontan dan tegas serta tepat untuk mempertahankan hak dan tujuannya. Di lapangan, tidak semua siswa berperilaku asertif. Ada siswa yang kurang asertif. Ciri-ciri tidak asertif yaitu tidak mau memberi dan menerima pujian, tidak mampu meminta pertolongan, tidak bisa memulai dan terlibat percakapan, tidak bisa mempertahankan hak, tidak mampu mengungkapkan pendapat, tidak bisa menolak permintaan, dan tidak mampu mengungkapkan ketidaksetujuan. Akibat siswa tidak berperilaku asertif, adalah siswa cenderung merasa tidak nyaman terhadap dirinya sendiri dan terhadap orang lain karena tidak bisa mengekspresikan perasaan. Perilaku seperti ini dapat menghambat proses pembelajaran dan berdampak pada perolehan belajar yang diraih.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri 4 Kupang, pada saat pembelajaran bimbingan konseling, masih banyak siswa yang tidak aktif pada saat proses pembelajaran berlangsung. Contohnya siswa malu untuk bertanya kepada guru, malu untuk mengungkapkan pendapatnya. Selain observasi, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru bimbingan konseling. Hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling sebagai berikut, setiap kegiatan bimbingan dan konseling, baik klasikal maupun kelompok, terdapat beberapa siswa kelas XI IPA 1 yang malu mengungkapkan pendapat, kurang berani bertanya dan tidak berani menyampaikan kritik atau saran.

Persoalan yang dialami oleh beberapa siswa SMA negeri 4 Kupang tersebut, terindikasi sebagai masalah asertif. Hal ini sebagaimana apa yang disampaikan oleh DeVito (Aryani, 2022) yang mengartikan keterampilan asertif sebagai wujud kemampuan untuk mengekspresikan isi pikiran dan perasaan secara tegas dan yakin. Individu yang asertif akan bersifat tegas dengan relasi interpersonal dengan yakin sehingga dapat dipahami dan dapat mendapatkan respon positif dari orang lain dengan bentuk pujian atau respon yang hangat. Asertif adalah sikap seseorang yang dapat dengan tegas menyatakan pendapat atau perasaannya. Keterampilan asertif sangat penting bagi remaja, karena dapat membantu mereka mengekspresikan perasaan untuk memperoleh hak-haknya, sekaligus menghormati hak orang lain. Beberapa aspek keterampilan asertif bagi remaja antara lain: 1) memahami hak individu bersifat pribadi (2) melakukan sebuah usaha untuk mencapai kemampuan mengekspresikan emosi/perasaan, (Alberti & Emmons dalam Aryani 2022).

Tidak adanya kemampuan asertif dalam diri siswa akan memunculkan berbagai masalah dalam diri siswa. Hal tersebut dapat menghambat proses pembelajaran yang sedang berlangsung di kelas, dan dapat berdampak pada prestasi belajar siswa. Untuk menanggulangi dampak dari perilaku ini maka sangat dibutuhkan peran dari guru bimbingan konseling. Upaya guru bimbingan konseling untuk membantu siswa yang kurang berperilaku asertif dengan menggunakan berbagai teknik. Salah satunya adalah teknik *brainstorming*. Kurniasih dalam (Amalia, dkk. 2022:2) mengatakan bahwa teknik *brainstorming* adalah suatu model pembelajaran untuk menghasilkan banyak gagasan dari seluruh siswa dalam kelompok diskusi yang mencoba mengatasi segala hambatan dan kritik. Manfaat dari teknik *brainstorming* adalah memecahkan masalah, memunculkan ide baru, mendorong kreatifitas peserta didik, serta melatih keberanian untuk berpendapat. Gejala yang dapat dilihat bila tidak berperilaku asertif yaitu tidak mampu menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri, tidak menghormati orang lain, tidak bisa mempertahankan hak, tidak mampu mengungkapkan pendapat. Teknik *brainstorming* yang dijelaskan di atas dapat diterapkan melalui bimbingan kelompok.

Sukardi (2008: 64) mengatakan bahwa bimbingan kelompok adalah bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari

narasumber tertentu terutama dari pembimbing yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari – hari baik sebagai individu, pelajar, anggota keluarga, maupun anggota masyarakat serta untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan yang hendak dicapai adalah untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok untuk peningkatan perilaku asertif siswa.

Perilaku asertif

Menurut Aryani (2022) keterampilan asertif merupakan kemampuan di mana seseorang dapat mempertahankan hak-hak pribadinya dan menyampaikan pikiran dan emosinya serta keyakinan secara langsung, jujur, dan tepat. Selanjutnya, Hartati (Amalia, dkk. 2022:1) mengatakan bahwa perilaku asertif merupakan ungkapan yang secara tegas dan tidak dibuat-buat serta tetap menghargai hak kepentingan orang lain. Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif, adalah ungkapan secara tegas individu untuk mengekspresikan perasaan positif maupun negatif, dengan tetap menghargai perasaan orang lain, dan tidak mengganggu hak orang lain.

Faktor yang memengaruhi perilaku asertif

Berkembangnya perilaku asertif dipengaruhi oleh faktor- faktor yang dialami individu dalam lingkungan sepanjang hidupnya. Tingkah laku ini berkembang secara bertahap sebagai hasil interaksi. Rathus dan Nevid (Puspa, 2019: 27) menyatakan bahwa ada 6 faktor yang memengaruhi perkembangan perilaku asertif yaitu:

1. Jenis kelamin. Sejak anak- anak, peran pendidikan bagi laki–laki dan perempuan telah dibedakan oleh masyarakat. Sejak kecil telah dibiasakan bahwa anak laki–laki harus tegas dan kompetitif. Masyarakat kurang mengajarkan asertivitas dengan anak perempuan. Oleh karena itu tampak/terlihat bahwa perempuan lebih bersikap pasif. Anak laki-laki lebih tegas dan dominan daripada anak perempuan dalam perilaku verbal maupun nonverbal dalam interaksi hari-hari. Perbedaan tersebut terutama ditemukan jika laki- laki dan perempuan terlibat sama- sama dalam suatu pertemuan. Perempuan akan asertif jika mereka ada dalam suatu pertemuan dengan sesama jenisnya.
2. *Self esteem*. Keyakinan seseorang turut memengaruhi kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya. Orang yang memiliki asertifitas yang tinggi memiliki keuletakan sosial yang rendah sehingga mengungkapkan pendapat dan perasaan tanpa merugikan orang lain dan diri sendiri.
3. Kebudayaan. Segala yang berhubungan dengan sikap, adat istiadat dan kebudayaan pertama kali dikenal melalui keluarga. Tuntutan lingkungan menentukan batas-batas perilaku di mana batas-batas perilaku itu sesuai dengan usia, jenis kelamin, dan status sosial seseorang.
4. Tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin luas wawasan berpikir sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka.
5. Tipe kepribadian. Proses komunikasi merupakan syarat utama dalam setiap interaksi. Interaksi akan efektif apabila setiap orang mau terlibat dan berperan aktif dalam komunikasi, secara spontan mengutarakan buah pikirannya dan menanggapi pendapat serta sikap pihak lain. Sikap spontan seperti ini cenderung muncul dari orang berkepribadian ekstrovet bersikap terbuka dan tidak memunyai ketegangan dalam dirinya. Orang yang berkepribadian introvet memunyai ciri – ciri mudah melakukan hubungan dengan orang lain, *impulsive*, cenderung agresif, sukar menahan diri, percaya diri, perhatian, mudah berubah, bersikap gampang, mudah gembira dan banyak teman.
6. Situasi lingkungan sekitar. Dalam berperilaku seseorang akan melihat kondisi dan situasi dalam arti luas, misalnya posisi kerja antara atasan dan bawahan. Situasi dalam kehidupan tertentu akan dikuatirkan mengganggu.

Ciri–ciri perilaku asertif

Lange dan Jakubowski (Paskela, 2016: 24), mengatakan bahwa ada beberapa ciri individu yang memiliki asertivitas. Ciri-ciri tersebut sebagai berikut: 1) Menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri, 2) Berani mengemukakan pendapat secara langsung, 3) Kejujuran, 4) Memerhatikan situasi

dan kondisi, dan 5) Bahasa tubuh. Sedangkan, Palmer dan Froener (2002), mengemukakan ciri-ciri individu yang asertif adalah: 1) Bicara jujur, 2) Memperlakukan orang lain dengan hormat, begitu pula sebaiknya, 3) Menampilkan diri sendiri dan menyayangi orang lain, 4) Memiliki hubungan yang baik dan efektif dengan orang lain dan 5) Tenang dalam keseharian memperlihatkan selera humor dalam menghadapi situasi-situasi sulit.

Brainstorming

Kurniasih dalam (Amalia, dkk.2022: 2), menyatakan bahwa teknik *brainstorming* adalah suatu model dalam pembelajaran untuk menghasilkan banyak gagasan dari seluruh siswa dalam kelompok diskusi yang mencoba mengatasi segala hambatan dan kritik. Selanjutnya Roestiyah, (2012: 73) menyatakan bahwa *brainstorming* adalah suatu teknik atau cara yang dilaksanakan oleh guru dalam kelas maupun dalam kegiatan bimbingan kelompok. Teknik *brainstorming* dilakukan dengan melontarkan suatu masalah ke kelas oleh guru, kemudian siswa menjawab atau menyatakan pendapat atau komentar sehingga masalah tersebut mungkin berkembang menjadi masalah baru. *Brainstorming* dapat diartikan pula sebagai suatu cara untuk mendapatkan banyak ide dari sekelompok manusia dalam waktu yang singkat.

Tujuan dan manfaat teknik *brainstorming*

Roestiyah (2012: 73-74) mengemukakan bahwa tujuan yang bisa diperoleh suatu kelompok dengan melakukan teknik *brainstorming* adalah sebagai berikut:

1. Tujuan teknik *brainstorming*
 - a. Mendorong terjadinya penyampaian ide atau pengalaman peserta didik yang akan sangat membantu terjadinya refleksi di dalam kelompok
 - b. Mendapat sebanyak mungkin pendapat, ide atau gagasan dari peserta didik tentang permasalahan yang sedang dibahas.
 - c. Membina peserta didik dalam mengkombinasikan dan mengembangkan kreativitas berpikir melalui ide-ide yang muncul.
 - d. Merangsang partisipasi peserta didik
 - e. Menciptakan suasana menyenangkan dalam kelompok
 - f. Melatih daya kreativitas peserta didik
 - g. Melatih peserta didik untuk mengekspresikan gagasan-gagasan baru menurut daya imajinasi mereka.
 - h. Mengumpulkan sejumlah pendapat dari kelompok belajar yang berasal dari kenyataan di lapangan.
2. Manfaat teknik *brainstorming*
 - a. Memecahkan masalah
 - b. Memunculkan ide baru
 - c. Mendorong kreativitas peserta didik
 - d. Melatih keberanian pendapat

Langkah-langkah teknik *brainstorming*

Menurut Hidayat, (2017: 79) dalam melakukan teknik *brainstorming* terdapat langkah-langkah yang harus dilaksanakan, yaitu:

1. Tahap orientasi
Tahap orientasi. Pada tahap ini guru sebagai pemimpin jalannya diskusi terlebih dahulu menceritakan permasalahan dan melatar belakangnya barulah kemudian meminta siswa sebagai anggota kelompok diminta untuk menyumbangkan gagasan
2. Tahap analisa
Tahap analisa ini merupakan tahap identifikasi, siswa diberi kesempatan untuk menyampaikan saran dan masukan sebanyaknya untuk ditampung. Setiap orang hanya boleh mengajukan pertanyaan terhadap penjelasan temannya yang belum dipahami.

3. Tahap sintesis

Tahap sintesis ini adalah tahap klasifikasi, semua saran dan masukan peserta didik ditulis. Langkah berikutnya adalah mengklasifikasi berdasarkan kriteria yang dibuat dan disepakati oleh kelompok. Klasifikasi bisa berdasarkan struktur atau faktor-faktor lain.

4. Tahap verifikasi

Kelompok bersama-sama melihat kembali sumbang saran (*brainstorming*) yang telah diklasifikasikan. Setiap saran diuji relevansinya dengan permasalahannya. Apabila terdapat sumbang saran yang tidak relevan bisa dicoret. Kepada pemberi sumbang saran bisa dimintai argumentasinya.

5. Tahap penyepakatan

Tahap penyepakatan atau tahap konklusi, di sini konselor dengan peserta lain mencoba menyimpulkan butir-butir alternatif pemecahan masalah yang disetujui. Setelah semua puas, maka diambil kesepakatan terakhir cara pemecahan masalah yang dianggap paling tepat.

Bimbingan kelompok

Sukardi (2008: 64) menyatakan bahwa bimbingan kelompok adalah bimbingan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu terutama dari pembimbing atau peneliti yang berguna untuk menunjang kehidupannya sehari-hari baik individu maupun sebagai pelajar, anggota keluarga dan masyarakat serta untuk pertimbangan dan pengambilan keputusan. Selanjutnya Romlah (2001: 3), mengatakan bahwa bimbingan kelompok merupakan salah satu teknik bimbingan yang berusaha membantu individu agar dapat mencapai perkembangannya secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai – nilai yang dianutnya dan dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada siswa dan mengembangkan potensi siswa.

Pengertian bimbingan kelompok juga dikemukakan oleh Wibowo (2005:17), bahwa bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan kelompok dimana pemimpin kelompok menyediakan informasi-informasi dan mengarahkan diskusi agar anggota kelompok menjadi lebih sosial atau untuk membantu anggota-anggota kelompok mencapai tujuan bersama. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah bimbingan konseling yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari guru pembimbing dan membahas secara bersama topik bahasan tertentu agar kemampuan, bakat, minat serta nilai-nilai yang dianutnya berkembang secara optimal.

Tujuan bimbingan kelompok

Bennet (Nasution dan Abadillah, 2019: 149) mengemukakan tujuan bimbingan kelompok adalah: 1) memberikan kesempatan-kesempatan pada siswa untuk belajar hal-hal yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial, 2) memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok, 3) bimbingan secara kelompok lebih ekonomis dari pada melalui kegiatan kelompok dan 4) untuk melaksanakan layanan konseling individu secara lebih efektif.

Selanjutnya, Mungin (Utami, 2022: 115) menyatakan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah untuk memungkinkan individu memberikan informasi sebanyak mungkin kepada anggota kelompok sehingga mereka dapat membuat rencana yang baik mengenai masalah yang berkaitan dengan masa depan. Secara umum bimbingan kelompok bertujuan untuk membantu para siswa yang mengalami masalah melalui prosedur kelompok. Selain itu bimbingan kelompok juga bertujuan untuk mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan ini, baik suasana yang menyenangkan maupun yang menyedihkan.

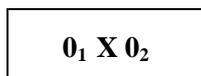
METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 4 Kupang, yang beralamat di Jln. Adisucipto, Oesapa-Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Waktu yang digunakan untuk melakukan penelitian ini selama 9 bulan yakni sejak bulan September 2023 sampai bulan Juni 2024. Penelitian ini ialah eksperimen kuantitatif, karena tujuan dari penelitian ini adalah, untuk menilai efektifitas teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok untuk peningkatan perilaku asertif siswa. Sugiyono

(2019: 22) mengatakan bahwa penelitian kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang berfokus dalam suatu kelompok pada populasi atau sampel tertentu, dan dihimpun dengan menggunakan alat penelitian yang sesuai, dan analisis data yang dilakukan dengan pendekatan kuantitatif.

Rancangan penelitian ini menggunakan *pre-eksperimental design (one-group pre-test-posttest design)* karena untuk mengetahui akibat dari suatu perlakuan berupa penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok untuk peningkatan perilaku asertif siswa. Keseluruhan proses ini dimaksudkan untuk menguji dan menjelaskan hipotesis yang ditetapkan. Penelitian ini menggunakan desain *pre-test-post-test* satu kelompok (*one-group pre-test-post-test design*), sesuai dengan model yang diuraikan Sugiyono (2019: 131).

Bagan1
Desain Penelitian One Group Pre-test dan Post-test



Keterangan:

- 0_1 : *pre-test* (pengukuran sebelum diberi perlakuan)
- X : pemberian perlakuan
- 0_2 : *post-test* (pengukuran setelah diberi perlakuan)

Menurut Arikunto (2013: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian". Berdasarkan penjelasan tersebut maka populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswa kelas XI IPA 1 di SMA Negeri 4 Kupang tahun pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 35 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sekelompok siswa yang perilaku asertif berada pada level rendah berjumlah 6 orang pada kelas XI IPA I SMA Negeri 4 Kupang Tahun Pelajaran 2023/2024.

Instrumen pengumpulan data penelitian ini adalah angket. Menurut Sugiyono (2019: 234), menjelaskan angket atau kuisisioner merupakan alat yang dipergunakan untuk menghimpun data dengan menyampaikan serangkaian pertanyaan dalam bentuk tertulis kepada responden yang memberikan jawaban untuk dijawab. Angket penelitian ini akan melalui uji validitas menggunakan analisis butir dengan rumus korelasi *Product Moment* serta uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach*

Berdasarkan desain pre-eksperimen *one group pre-test-post-test*, data yang akan dianalisis yaitu data yang dikumpulkan menggunakan instrumen yang telah disiapkan peneliti (angket perilaku asertif). Teknik analisis data merujuk pada analisis deskriptif kuantitatif.

1. Analisis data *pre-test*

Pre-test dilaksanakan sebelum kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*. Data yang akan dianalisis yaitu data yang dikumpulkan menggunakan angket perilaku asertif sebelum kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming*. Rumus yang digunakan untuk analisis *pre-test* adalah rumus *mean* (rata-rata) sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum x_1}{N_1}$$

Keterangan:

- $\sum X_1$: Jumlah keseluruhan skor (*pre-test*)
- N_1 : Jumlah Respoden (Siregar, 2016)

2. Analisis data *post-test*

Post-test dilaksanakan setelah kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dilaksanakan. Data yang dianalisis yaitu data angket perilaku asertif, yang dibagikan dan dijawab oleh siswa setelah kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dilaksanakan. Rumus yang digunakan untuk analisis *post-test* adalah rumusan *mean* (rata-rata) sebagai berikut:

$$\bar{X}_2 = \frac{\sum X_2}{N_2}$$

Keterangan

$\sum X_2$: Jumlah keseluruhan skor (*post-test*)
 N_2 : Jumlah Responden

3. Uji hipotesis

Untuk mengetahui hasil penerapan teknik *brainstorming* melalui layanan bimbingan kelompok maka, hasil *pre-test* dan *post-test* selanjutnya diuji dengan metode uji-t (*paired sampel*). Metode uji statistik digunakan untuk mengukur *pre-test* (O1) dan *post-test* (O2) dari variabel terikat atau dependent variabel (Y) Formula yang digunakan untuk uji-t sampel berpasangan (*paired sampel*) menurut (Silalahi, 2010: 386) sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_2 - \bar{x}_1}{\sqrt{\frac{\sum b^2}{n(N-1)}}}$$

Keterangan:

\bar{X} = Nilai rata-rata
 $\sum b^2$ = Jumlah deviasi dari perbedaan mean
N = Jumlah Responden

Selanjutnya untuk mengetahui tingkat signifikansi maka akan dilakukan uji signifikansi nilai t merujuk kepada tabel *critical values for t* yang telah ditetapkan dengan db = N-2, dengan langkah sebagai berikut:

1. Tetapkan titik kritis yaitu 95% atau $\alpha = 5\%$
2. Tentukan daerah kritis dengan db = N-2
3. Tentukan t_{hitung} dengan menggunakan rumus dependent t_{test}
4. Lakukan uji signifikansi dengan membandingkan besarnya t_{hitung} dengan t_{tabel} .
5. Membuat interpretasi sesuai kaidah yang digunakan (Silalahi, 2010: 381)

Selanjutnya akan dibuat interpretasi dengan mengikuti kaidah berikut:

- a. Jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ 5%, maka pengaruh intervensi adalah signifikan
- b. Jika $t_{hitung} < t_{tabel}$ 5%, maka pengaruh intervensi tidak signifikan

Hasil analisis data akan menunjukkan hasil penerapan variabel bebas (X) penerapan teknik *brainstorming* terhadap variabel terikat (Y) perilaku asertif siswa. Jika hasil analisis data penelitian menunjukkan $t_{hitung} > t_{tabel}$ artinya penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok efektif peningkatan perilaku asertif dari siswa XI IPA I SMA Negeri 4 Kupang atau dengan kata lain Ho ditolak dan Ha diterima, sedangkan jika hasil analisis data menunjukkan $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok tidak efektif peningkatan perilaku asertif siswa kelas XI IPA 1 SMA Negeri 4 Kupang atau Ho diterima dan Ha ditolak.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil pre-test

Data *pre-test* perilaku asertif siswa diperoleh dari hasil pengisian angket. Berikut ini adalah tabel skor dan kategori *pre-test* siswa kelas XI IPA 1.

Tabel 1
Data Hasil *Pre-test* Perilaku Asertif Siswa

No	Inisial	Skor	Kategori	No	Inisial	Skor	Kategori
1	ACHW	61	Rendah	19	DCN	69	Rendah
2	BABB	109	Tinggi	20	WCN	99	Sedang
3	EJGR	118	Tinggi	21	DFR	107	Tinggi
4	CAF	68	Rendah	22	TSB	120	Tinggi
5	SR	104	Sedang	23	EJVNA	119	Tinggi
6	FEDH	66	Rendah	24	YIRN	103	Sedang
7	MT	110	Tinggi	25	APTW	107	Tinggi
8	QAKB	110	Tinggi	26	AH	105	Tinggi
9	CMS	99	Sedang	27	KLN	100	Sedang
10	ARL	107	Tinggi	28	SCL	67	Rendah
11	ANS	103	Sedang	29	SAT	117	Tinggi
12	CDN	100	Sedang	30	KN	66	Rendah
13	PJHL	94	Sedang	31	HP	106	Tinggi
14	BDH	95	Sedang	32	DS	105	Tinggi
15	AM	136	Tinggi	33	AAT	114	Tinggi
16	AEGM	114	Tinggi	34	AFBE	109	Tinggi
17	VA	113	Tinggi	35	AS	93	Sedang
18	DLPD	104	Sedang				

Berdasarkan pedoman kategori pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 35 responden, terdapat 6 responden kategori rendah, 11 responden kategori sedang, dan 18 responden termasuk kategori tinggi. Keenam responden yang termasuk kategori rendah inilah yang menjadi responden penelitian.

Hasil post-test

Setelah kegiatan intervensi dengan menggunakan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok, *post-test* dilakukan pada tanggal 24 April 2024 untuk mengetahui perilaku asertif siswa sebelum *treatment* dan sesudah *treatment*. *Post-test* dilakukan dengan menyebarkan kuisioner perilaku asertif kepada subjek penelitian untuk diisi. Selanjutnya, peneliti menghitung skor dari masing-masing item dan total skor dari setiap responden, kemudian diolah dalam bentuk tabulasi menggunakan perangkat *excel*. Setelah perhitungan skor selesai, peneliti menetapkan kriteria tingkat perilaku asertif masing-masing subjek. Akibat dari perlakuan ini adalah bahwa subjek penelitian mengalami peningkatan perilaku asertif dari kategori rendah menjadi tinggi. Hasil *post-test* dapat ditemukan dalam grafik di bawah ini.

Tabel 2
Data Hasil *Pre-test* Perilaku Asertif Siswa

No	Inisial	Skor	Kategori
1	ACHW	120	Tinggi
2	CAF	125	Tinggi
3	FEDH	117	Tinggi
4	DCN	121	Tinggi
5	KN	127	Tinggi
6	SCL	124	Tinggi

Perbandingan data hasil *pre-test* dan *post-test*

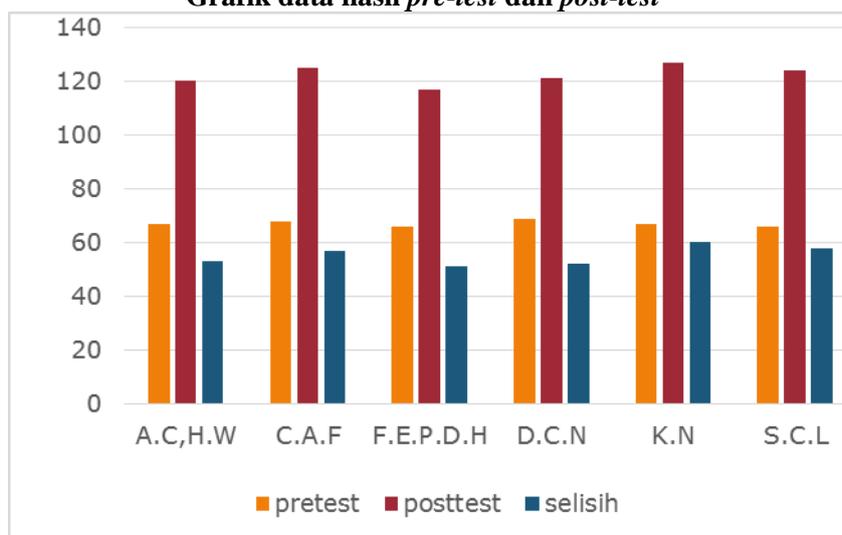
Hasil analisis *post-test* menunjukkan rata-rata sebesar 122,33 untuk melihat perbedaan tingkat perilaku asertif berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, terdapat dalam tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3
Tabel data hasil *pre-test* dan *post-test*

No	Inisial	Skor Hasil <i>Pre-test</i> (X1)	Skor Hasil <i>Post-test</i> (X2)
1	A.C.H. W	67	120
2	C. A. F	68	125
3	F.E.P.D.H	66	117
4	D.C. N	69	121
5	K. N	67	127
6	S.C. L	66	124
Jumlah		403	734

Hasil analisis *post-test* menunjukkan rata-rata sebesar 122,33. Untuk melihat perbedaan tingkat perilaku asertif berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, dapat dalam grafik di bawah ini.

Grafik 1
Grafik data hasil *pre-test* dan *post-test*



Uji hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengevaluasi sejauh mana efektivitas penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan rumus uji t dimana hasil analisis data diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 53,3125. Sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikan 5% dengan d.b = 4 adalah 2,132 dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($53,3125 > 2,132$). Hasil perhitungan bahwa penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok efektif peningkatan perilaku asertif siswa.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa penerapan teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok efektif dalam peningkatan perilaku asertif siswa kelas XI IPA 1 SMA Negeri 4 Kupang tahun pelajaran 2023/2024. Hal ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* dapat mengatasi masalah yang dialami anggota kelompok sehingga diberikan bimbingan kelompok. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa teknik

brainstorming melalui bimbingan kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Melalui penelitian ini ditemukan bahwa teknik *brainstorming* dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif siswa.

Hasil Penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Lianasari, Japar, Purwati (2018) membuktikan bahwa teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Amalia, Edison, Samsaifil (2022), dan hasil penelitian dari Nusita (2002) membuktikan bahwa teknik *brainstorming* melalui bimbingan kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Teknik *brainstorming* merupakan usaha yang dilakukan untuk melatih konseli mengubah perilaku negatif tentang dirinya dengan perilaku positif sehingga perilaku konseli berubah kearah yang lebih baik. Salah satu teknik yang dapat dipakai dalam bimbingan kelompok adalah teknik *brainstorming* yang dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Roestiyah (2012:73) menyatakan bahwa *brainstorming* adalah suatu teknik atau cara yang dilaksanakan guru dalam kelas maupun dalam kegiatan bimbingan kelompok.

Asertifitas adalah hal penting yang perlu ada di dalam diri setiap siswa. Siswa yang asertif akan mampu menampilkan diri secara utuh tanpa menahan setiap pemikiran dan kehendak yang ada dalam dirinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Aryani (2022) yang menyatakan 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. Dia tidak sibuk memikirkan cara untuk membuat orang lain tersinggung, dan dia tidak sibuk memikirkan cara untuk mengendalikan dirinya.

Terdapat beberapa cara yang perlu dilakukan setiap institusi pendidikan dalam meningkatkan perilaku asertif siswa, seperti:

1. Menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung.
Terbentuknya perilaku asertif pada diri individu sangat membutuhkan dukungan lingkungan di sekitarnya, termasuk sekolah. Sekolah yang baik akan menghadirkan suasana yang aman dan nyaman bagi siswa untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya tanpa perlu khawatir akan dinilai dan dihujat oleh orang-orang di sekitarnya.
2. Memberikan keteladanan.
Pembentukan kepribadian remaja dipengaruhi oleh *role model* sebagai contoh dalam kehidupan mereka sehari-hari. Seluruh personil sekolah, baik pendidik maupun tenaga kependidikan perlu menjadi suri tauladan bagi setiap siswa yang menunjukkan bahwa memiliki sikap/perilaku asertif sangat bermanfaat dalam menjalankan tugas mereka sehari-hari.
3. Menyelenggarakan pelatihan perilaku asertif.
Setiap institusi pendidikan perlu mengagendakan pelatihan/*workshop* terkait pembentukan dan pengembangan perilaku asertif secara berkala. Kegiatan ini dapat bekerjasama dengan berbagai pihak yang kompeten seperti psikolog dan juga pelatih kepribadian.
4. Mengoptimalkan layanan bimbingan dan konseling.
Keberadaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah perlu dimanfaatkan secara optimal dalam mengambil peran untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Melalui guru bimbingan yang profesional, sekolah akan mampu menyelenggarakan berbagai layanan pada siswa yang akan memfasilitasi perkembangan perilaku asertif siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa teknik *braistorming* melalui bimbingan kelompok efektif untuk peningkatan perilaku asertif siswa. Hal ini merujuk pada hasil analisis data yang menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 53,3125 sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% sebesar 2,132 dengan demikian nilai $t_{hitung} >$ nilai t_{tabel} .

Saran

Berdasarkan simpulan di atas maka, peneliti mengemukakan saran kepada pihak-pihak sebagai berikut: 1) Bagi Kepala sekolah, diharapkan untuk lebih mengkoordinir dan mendukung seluruh program Bimbingan Konseling khususnya, agar terlaksana dengan baik guna membantu siswa dalam peningkatan perilaku asertif, 2) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, diharapkan secara berkesinambungan memberikan bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* untuk membantu siswa yang bermasalah dengan perilaku asertif, dan 3) Bagi Siswa, diharapkan berpartisipasi aktif dalam mengikuti bimbingan kelompok dengan teknik *brainstorming* yang dilaksanakan oleh guru Bimbingan dan Konseling untuk peningkatan perilaku asertif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S., Edison, E., & Samsaifil, S. (2022). Efektifitas Bimbingan Kelompok Teknik Brainstorming Untuk Meningkatkan Kemampuan Perilaku Asertif Siswa. *Frame (jurnal Ilmiah mahasiswa)*, Vol. 1 No. 01, Hal. 11-21.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyani, Farida. (2022). *Keterampilan Asertif untuk Remaja*. Bengkulu: Penerbit El Markazi.
- Hidayat, Isnu. (2017). *50 Strategi Pembelajaran Populer*. Yogyakarta: Diva Press.
- Lianasari, Dewi, Japar, M., & Purwati, P. (2018). Efektifitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Brainstorming* Untuk Meningkatkan Kemampuan Perilaku Asertif Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, Vol. 3, No. 1, Hal. 6-10.
- Nasution, H. S., dan Abdillah (2019). *Bimbingan Konseling (Konsep, Teori dan Aplikasinya)*. Medan: LPPPI.
- Nusita, Widya, B. (2022). *Keefektifan Teknik Brainstorming Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas VIII SMP Islamiyah Kedungjambe Singgahan Tuban*. Skripsi. Universitas Nahdatul Ulama Sunan Giri.
- Palmer dan Froehner. (2002). *Penuntun Menumbuhkan Harga diri Bagi Remaja*. Jakarta: Gramedia.
- Paskela, Martha. (2016). *Hubungan Antara Kemampuan Mengelola Emosi Dengan Perilaku Asertif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kota Kupang*. Skripsi. Universitas Katolik Widya Mandira Kupang.
- Puspa, D. (2019). *Pengaruh Perilaku Asertif Terhadap Perkembangan Sosial Siswa Kelas VIII SMP Yayasan Pendidikan Sabilina Di Tembung Tahun Ajaran 2019/2020*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Roestiyah. (2012). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Romlah, Tatiek. (2001). *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negri Malang.
- Sabda, M. (2013). *Hubungan Perilaku Asertif Dengan Penyesuaian sosial Pada Siswa MTS AI Istam Serang*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Siregar, S. (2016). *Statistika Deskriptif Untuk Penelitian: Dilengkapi Perhitungan Manual Aplikasi SPSS Versi 17*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Sukardi, (2008). *Pengantar Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Utami, D., P. dan Handaka, B. I. (2022). Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Universitas Ahmad Dahlan.

Wibowo. (2005). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Rineka Cipta