

**EFFECTIVENESS OF ASSERTIVE TRAINING TECHNIQUES IN  
GROUP GUIDANCE SERVICES TO IMPROVE PUBLIC SPEAKING  
ABILITIES IN CLASS IX B STUDENTS AT  
SMP NEGERI 15 BANJARMASIN**

**Rima Melati**

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas Lambung Mangkurat

Kalimantan Selatan

Indonesia

rimamelati1210@gmail.com

**ABSTRACT**

Public speaking is needed to train students to be confident and able to think creatively. The purpose of this study was to analyze the effectiveness of assertive training techniques in group guidance services to improve students' public speaking skills. This research is a quantitative study using an experimental method with a one group pre-test-post test design. The sampling technique was purposive sampling, amounting to 4 people. The implementation procedure uses "Assertive Training Technique Guidelines to improve Public Speaking skills in class IX B students at SMP Negeri 15 Banjarmasin" and data collection instruments are in the form of a public speaking measurement scale. The results of this study indicate that the assertive training technique in group guidance services is effective for improving public speaking, which is indicated by the increase in the percentage value of grade IX B students at SMP Negeri 15 Banjarmasin after treatment.

**Keywords** : *assertive training techniques, group guidance, public speaking.*

**EFEKTIVITAS TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* DALAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN  
*PUBLIC SPEAKING* PADA SISWA KELAS IX B DI  
SMP NEGERI 15 BANJARMASIN**

**ABSTRAK**

*Public speaking* diperlukan untuk melatih siswa agar dapat percaya diri dan mampu berpikir secara kreatif. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis keefektifan teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* pada siswa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode eksperimen dengan rancangan *one group pre test-post test*. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling* yang berjumlah 4 orang. Prosedur pelaksanaan menggunakan “Panduan Teknik *Assertive Training* untuk meningkatkan kemampuan *Public Speaking* pada siswa kelas IX B di SMP Negeri 15 Banjarmasin” dan instrumen pengumpulan data berupa skala pengukuran *public speaking*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *public speaking*, yang ditandai dengan meningkatnya skor nilai persentase pada siswa kelas IX B di SMP Negeri 15 Banjarmasin setelah dilakukan *treatment*.

**Kata Kunci:** teknik *assertive training*, bimbingan kelompok, *public speaking*.

**PENDAHULUAN**

Dalam menghadapi perkembangan jaman yang semakin pesat, Indonesia pada saat ini berupaya keras untuk meningkatkan mutu sumber daya manusia (SDM). Cara yang dapat dilakukan yaitu melalui pendidikan.

Pendidikan dilakukan dengan kedisiplinan, meningkatkan kreativitas serta kemauan. Crow memberikan batasan tentang pendidikan adalah pengalaman yang memberikan pengertian, *insight* (wawasan) dan penyesuaian bagi peserta didik

sehingga dia dapat berkembang dan bertumbuh (Suriansyah, 2011: 2).

Tujuan pendidikan menjadikan generasi baru yang berkualitas apabila memenuhi tujuan dari pendidikan tersebut, salah satunya ialah dengan cara memeberikan keteladanan, meningkatkan keinginan, ataupun kreativitas dalam proses pembelajaran, memberikan pengertian, wawasan dan penyesuaian bagi peserta didik sehingga dia dapat berkembang dan bertumbuh.

Salah satu penanaman hal tersebut yang sangat berpengaruh dalam kehidupan peserta didik dalam

pendidikan yaitu cara melatih dalam berbicara di depan umum karena jadi bahan bagus dalam kefasihan bicara, pengontrolan emosi, kosa kata yang baik dan nada bicara, keahlian mengkondisikan keadaan dan menguasai bahan untuk disampaikan. Hal ini tentunya berkaitan dengan kemampuan *public speaking* yang dimiliki oleh siswa.

*Public speaking* merupakan jenis komunikasi publik. *Public speaking* secara luas adalah rangkaian cara berpikir manusia dari pengalaman masa lampau ataupun sekarang, serta yang akan datang digabung dengan perilaku, teknologi, pengetahuan, etika, keadaan, budaya, dan sebagainya. Hal ini dibungkus memakai kalimat, ucapan yang memiliki arti strategi komunikasi guna mencapai target (Syarbini, 2015: 43).

Sehingga *public speaking* ialah penyampaian pesan untuk orang lain secara bahasa tubuh ataupun lisan, sangat penting untuk dikuasai oleh seseorang agar mempermudah kita dalam interaksi. Kemampuan *public speaking* mencakup ingatan yang kuat, teknik penyampaian, daya pembuktian serta kreatif, dan penilaian.

Selaras dengan penjelasan di atas bahwa siswa yang tidak mempunyai keahlian bicara dihadapan umum terlihat gelisah ketika diminta mengerjakan tugas didepan kelas serta tidak yakin, tidak terlatih dalam berbicara di depan kelas. Ketika siswa di wawancarai oleh peneliti, dapat diketahui bahwa siswa tidak terbiasa

tampil di depan umum dikarenakan siswa yang jarang sekali tampil di depan umum membuat dirinya selalu tidak percaya diri serta merasa yakin tampil di depan kelas. Kegagalan yang mereka alami menyebabkan kurangnya kepercayaan terhadap diri sendiri yang berpengaruh terhadap masa depan yang mereka inginkan. Pada penelitian Deasy dalam jurnalnya menunjukkan bahwa *public speaking* yang rendah meliputi rasa tidak percaya diri, tidak merasa yakin dalam berbicara terhadap pernyataan yang diberikan pada penanya.

Berita Jakarta “kurangnya *public speaking* menjadi anak gemar *gadget*” dalam berita Sindonews menulis bahwa siswa jarang diberikan kesempatan mengungkapkan pendapat. Hal ini berdampak anak tersebut menjadi tidak peduli dengan orang didekatnya, tidak terlatih dalam berbicara di depan orang bahkan di depan publik dan seringkali anak berintraksi dengan *gadget* maka bisa mengurangi reflek gerak bahkan bisa jadi akan menjadi rendahnya *public speaking*. Berita diatas memberikan contoh bahwa masih banyak warga negara Indonesia yang kurangnya *public speaking*, karena berdasarkan pengertian *public speaking* merupakan penyampaian pesan kepada orang lain baik secara lisan maupun bahasa tubuh, sangat penting untuk dikuasai oleh seseorang agar mempermudah kita dalam interaksi (Sindonews.com, 29 November 2013).

Dari paparan tersebut, maka dimensi *public speaking* yang akan lebih fokus dikaji dalam penelitian ini mengarah pada dimensi *generality* ini terkait dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin atas kemampuannya (Ghufron & Risnawita, 2017: 81). Dengan dimensi *generality* ini, siswa merasa yakin akan kemampuannya dan dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan *public speaking*. Kemampuan *public speaking* dimana siswa akan merasa yakin akan kemampuan yang dimilikinya untuk mengembangkan ciri-ciri *public speaking* terdiri dari C.I.A.S yaitu: *Confidence* (kepercayaan), *Inspiring* (menginspirasi), *Attractive* (menarik), *Skillful* (Terampil) (Sari, dkk, 2019: 16). Hal tersebut akan bermanfaat untuk siswa ketika tampil di depan umum sebagai daya tarik dirinya dalam menginspirasi banyak orang, mempunyai sebuah *skill* atau kemampuan *public speaking*.

Masalah terkait kemampuan *public speaking* pada siswa juga terjadi SMP Negeri 15 Banjarmasin, dari hasil wawancara dengan guru BK, terdapat cukup banyak siswa yang sering mengeluh tentang sulitnya berbicara di depan umum, karena dalam pelajaran hanya monoton seperti mencatat tugas.

Siswa tidak mampu bicara dihadapan banyak orang ketika diminta oleh guru saat mempresentasikan tugas. Siswa terlihat seringkali merasa gelisah ketika diminta menyampaikan sesuatu serta merasa minder, malu, takut, tidak

terlatih untuk berbicara di depan kelas dengan alasan tidak terbiasa berbicara di depan umum sehingga terbata-bata pada saat memulai pembicaraan.

Selain itu, masalah kurangnya kemampuan *public speaking* bisa menghambat potensi diri mereka. Guru BK menyatakan bahwa telah mencoba memberikan layanan informasi namun belum efektif dan diberikan latihan-latihan yang berhubungan dengan hal tersebut namun belum terlaksana di SMPN 15 Banjarmasin.

Siswa mampu mengembangkan kemampuan *public speaking* nya juga siswa mampu menunjukkan identitas diri, mengendalikan diri dengan lingkungan, percaya diri, mengembangkan kemampuan kognitif atau berfikir, menentukan cita-cita dan harapan.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang digunakan yakni layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok ialah pemberian pertolongan untuk individu yang dilaksanakan dengan kegiatan berkelompok, kelebihan dari layanan bimbingan kelompok tersebut konselor dapat memberikan informasi mengenai topik yang sesuai dengan permasalahan agar permasalahannya tidak berkembang.

Layanan bimbingan kelompok terdiri dari beberapa tahapan dalam pelaksanaan tersebut terbagi menjadi empat bagian, yaitu : Pra bimbingan, proses bimbingan: (Tahap pembukaan, tahap transisi, tahap inti, tahap penutup), pasca bimbingan.

Layanan bimbingan kelompok juga dapat diterapkan melalui teknik *assertive training*. Terkait dengan masalah di atas sebelumnya sudah ada penelitian oleh Rahmi (2016) hasil didapatkan bahwa dengan teknik ini mampu meningkatkan interpersonal siswa. Dalam pelaksanaannya siswa juga diterapkan suatu teknik yang membantu siswa untuk mengekspresikan perasaan, pikiran, mengkomunikasikan, yaitu teknik *assertive training*.

Menurut Nursalim, (2013: 141), *assertive training* ialah program belajar untuk mengekspresikan pikiran serta perasaan jujur dan tidak membantu seseorang menjadi diancam, *assertive training* dibuat guna membimbing seseorang mengungkapkan, berbuat, dan merasa bahwa dia mempunyai hak menjadi dirinya dan untuk mengekspresikan suasana hati sesuai dirinya.

Sejalan dengan penjelasan di atas, penggunaan teknik *assertive training* untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* dengan cara melatih, mendorong siswa untuk dapat meyakinkan dirinya bahwa mampu meningkatkan kemampuan *public speaking*.

Sehingga peneliti mengangkat sebuah jenis penelitian dengan judul “Efektivitas Teknik *Assertive Training* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan *Public Speaking* pada Siswa Kelas IX B di SMP Negeri 15 Banjarmasin”.

## TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ialah meningkatkan kemampuan *public speaking* pada peserta didik sebelum dan sesudah diberikan teknik *assertive training* dalam bimbingan kelompok. Penelitian ini juga untuk mengetahui efektivitas teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* pada kelas IX di SMPN 15 Banjarmasin.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen *One Group Pretest-Posttest*, yaitu hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

Subjeknya ialah siswa kelas IX di SMPN 15 Banjarmasin yang berjumlah 4 orang diperoleh dari angket dan kriteria dengan karakteristik siswa yang memiliki kemampuan *public speaking* yang sangat rendah menggunakan teknik *purposive sampling*.

Pengumpulan data yaitu dengan skala sebagai pengumpul data utama dan wawancara dalam data pendukung. Teknik analisis data yaitu melalui Uji *Paired T Test*, yang dapat diketahui dari hasil pengujian dengan menggunakan *SPSS* versi 21 untuk menguji efektivitas teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap kemampuan *public speaking*.

## PEMBAHASAN

Pembahasan hasil penelitian meliputi hasil temuan dari pelaksanaan teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* kelas IX B SMP Negeri 15 Banjarmasin berdasarkan hasil studi pendahuluan dari uru BK bahwa gejala-gejala ini tampak pada rendahnya kemampuan siswa dalam berbicara seperti sulitnya berbicara di depan umum, mereka sering mengeluh karena dalam berlangsungnya pelajaran hanya monoton seperti mencatat tugas, jarang ditemukan saat pembelajaran itu yang aktif pada berbicara di depan umum.

Siswa merasa tidak bisa bicara di depan orang ketika diminta oleh guru, siswa terlihat seringkali merasa gelisah, serta merasa kurang percaya diri, malu, takut, tidak terlatih bicara karena tidak terbiasa

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan bahwa siswa IX B pada SMPN 15 Banjarmasin yang dilakukan pada *treatment* menunjukkan bahwa pelaksanaan teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan kemampuan *public speaking*. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya skor pengukuran kemampuan *public speaking* melalui pemberian *pre-test* dan *post-test*.

Setelah mengikuti serangkaian kegiatan teknik *assertive training* layanan bimbingan kelompok atau dilakukannya *post-test* termasuk dalam kategori tinggi yang dilihat hasil angket

pada sub variabel secara lisan dengan indikator berbicara di depan orang banyak, peningkatan terjadi yang dilakukan untuk memperbaiki kemampuan *public speaking* yang rendah, siswa sudah berusaha berlatih, dan mendorong dirinya untuk berani berbicara di depan orang umum.

Keberhasilan dari meningkatnya kemampuan *public speaking* yang dialami oleh anggota kelompok *treatment* yang diberikan. Proses bimbingan kelompok dilakukan dalam 4 (empat) kali terdiri dari beberapa tahapan dalam pelaksanaan tersebut terbagi menjadi empat bagian, yaitu : Pra bimbingan, proses bimbingan: (Tahap pembukaan, tahap transisi, tahap inti, tahap penutup), pasca bimbingan (Suryapranata, 2016 : 55).

Adapun teknik dalam bimbingan kelompok yang diterapkan dalam strategi meningkatkan *public speaking* yakni melalui teknik *assertive training* yaitu (1) Rasional: menjabarkan konsep kemampuan *public speaking*, (2) Identifikasi keadaan yang menyebabkan permasalahan: membagikan kartu *indeks* dan meminta masing-masing anggota kelompok menuliskan, faktor apa saja yang menyebabkan rendahnya *public speaking* pada dirinya. (3) Membedah perilaku asertif ataupun tidak serta mengembangkan target dan pemberian model perilaku yang lebih baik.

(4) Menentukan peran: memberikan kesempatan anggota kelompok untuk menentukan peran masing-masing yang ingin diperankan

seperti: (membaca puisi, membaca pidato, pembawa acara), mencari naskah singkat untuk diperankan di langkah berikutnya. (5) Melaksanakan latihan dan praktik agar bermain peran dan menguumpakan balik. (6) Melakukan pengulangan dengan masukan yang telah diberikan anggota kelompok. (7) Teriminasi mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain mendapatkan pemahaman yang lebih baik dan hal-hal yang turut mendukung meningkatnya kemampuan *public speaking* siswa, hasil temuan lainnya siswa terlihat begitu antusias, aktif dalam setiap tahap pelaksanaan, dan fokus dalam menyimak apa yang disampaikan peneliti dan anggota lain. Sehingga dalam proses pelaksanaan *treatment*, konseli mengikutinya dengan baik.

Dari hasil pembahasan tersebut penggunaan teknik *assertive training* dapat dikatakan efektif karena *assertive training* belajar melalui latihan yang menggeneralisir berbagai pengamatan sekaligus. Teknik ini memberikan latihan dan pengulangan agar seseorang mampu mempelajarinya berulang-ulang hingga menjadi bisa, dengan begitu peserta didik dapat mempraktikkannya di kehidupan sehari-hari.

## KESIMPULAN

Hasil analisis penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 15 Banjarmasin mengenai “Efektivitas Teknik *Assertive Training* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk

Meningkatkan Kemampuan *Public Speaking* pada Siswa Kelas IX B di SMP Negeri 15 Banjarmasin” maka disimpulkan sebagai berikut:

Sebelum diberikan *treatment* melalui teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok, nilai skor persentase rata-rata kemampuan *public speaking* pada siswa termasuk dalam kategori rendah.

Setelah diberikan *treatment* teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok, nilai skor persentase rata-rata kemampuan *public speaking* pada siswa mulai meningkat yang termasuk dalam kategori tinggi.

Berdasarkan hasil *t-test*, maka teknik *assertive training* dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* pada siswa kelas IX B di SMP Negeri Banjarmasin.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ghufron, M Nur & Risnawita. 2017. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Lubis, Namora Lumongga & Hasnida. 2016. *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.
- Hartinah, Sitti. 2017. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Nursalim, Mochamad. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia Permata.
- Rahmi, Nurul. 2016. “Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Kompetensi Interpersonal Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kandangan”. *Tarbiyah Islamiyah*, 6(1), 62-76. (Dkses dari <https://docplayer.info/72014597-Efektivitas-bimbingan-kelompok-dengan-teknik-assertive-training-untuk-meningkatkan-kompetensi-interpersonal-siswa-kelas-x-sma-negeri-2-kandangan.html>).
- Sari, Nina Permata, dkk. 2019. *Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan Public Speaking bagi Konseli/Siswa SMK*. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Suriansyah, Ahmad. 2011. *Landasan Pendidikan*. Banjarmasin: Comdes.
- Syarbini, Amirulloh. 2015. *Guru Hebat Indonesia (Rahasia menjadi Guru Hebat dengan Keahlian Public Speaking, Menulis Buku & di Media Massa*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Tim Penyusun Kemendikbud. 2016. “Panduan Operasional Penyelenggara Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMP)”. Jakarta: Direktorat Jendral Guru dan Tenaga Kependidikan.