

Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* untuk Mengurangi Konformitas Negatif pada Siswa

Haris Fadillah, Ahdayani Magfirah, Mufida Istati

Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Email: harisfadillah@uin-antasari.ac.id; ahdayanimagfirah@gmail.com;

mufidaistati@uin-antasari.ac.id

Abstract

The purpose of this study was to determine students' negative conformity before, after and to measure how effective group counseling services were with assertive training techniques to reduce students' negative conformity. This research method uses a quantitative approach with a pre-experimental design method, there are no control variables and the sample is not randomly selected. The research design was a pre-experimental design in the form of a one group pretest-posttest design. The results of the negative conformity questionnaire pretest analysis of 32 students obtained 6 students with an average height category of > 199 . Then the results of the posttest analysis of the conformity questionnaire were negative with an average of < 112 1 student in the low category and 5 students in the medium category. Group counseling services with assertive training techniques have an effect on reducing students' negative conformity. Testing the hypothesis using the paired sample t test (t-test) with the SPSS 22 program, by comparing the results of the significance of the hypothesis test with a ratio of 0.05. The results showed that the Significance value was obtained with $0.000 < 0.05$, it can be concluded that H_a is accepted and H_o is rejected, meaning that group counseling services with assertive training techniques are effective in reducing negative conformity of students at Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Banjarmasin.

Kata Kunci: counseling, konseling, *assertive training*

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui konformitas negatif siswa sebelum, sesudah dan mengukur seberapa efektif layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif siswa. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *pre-experimental design* tidak adanya variable control dan sampel tidak dipilih secara random. Desain penelitian *pre-experimental design* dengan bentuk *onegroup pretest-posttest design*. Hasil analisis *pretest* angket konformitas negatif dari 32 siswa diperoleh 6 orang siswa dengan kategori tinggi rata-rata > 199 . Kemudian hasil analisis *posttest* angket konformitas negatif dengan rata-rata < 112 1 siswa kategori rendah dan 5 siswa kategori sedang. Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh dalam mengurangi konformitas negatif siswa. Pengujian hipotesis menggunakan uji *paired sample t test (t-test)* dengan program SPSS 22, dengan membandingkan hasil Signifikansi uji hipotesis dengan perbandingan 0,05. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa nilai Signifikansi diperoleh dengan $0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan H_a diterima dan H_o ditolak artinya layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Banjarmasin.

Kata Kunci: konseling, *assertive training*

Pendahuluan

Masa remaja pada usia 12 sampai 18 tahun cenderung mengikuti perilaku kelompok teman sebaya tanpa mempedulikan perasaan mereka sendiri jika anggota kelompoknya melakukan hal yang negatif. Dalam kelompok remaja cenderung membentuk suatu norma, nilai atau aturan. Hal tersebut dibuat agar sikap atau perilaku individu sesuai dengan norma, nilai, atau aturan yang sudah disepakati bersama-sama. Sesuai dengan fitrah Allah SWT manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan

teman, tidak dapat hidup sendiri artinya saling membutuhkan, bergaul, bertetangga, atau apapun yang menjadi kebutuhan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, akan tetapi terdapat batasan dan aturan didalam agama kita yaitu agama Islam bagaimana sebaiknya kita bergaul dan memilih teman. Perilaku tersebut perlu ditangani dan diberikan pelayanan oleh guru bimbingan konseling sebagai salah satu unsur pendidikan yang memegang peranan strategis karena langsung bersentuhan dengan aspek pribadi siswa, dan bimbingan konseling merupakan proses yang bersifat membantu individu mengubah perilaku dan pencapaian perkembangan pribadi secara optimal.

Perilaku tersebut perlu ditangani dan diberikan pelayanan oleh guru bimbingan konseling sebagai salah satu unsur pendidikan yang memegang peranan strategis karena langsung bersentuhan dengan aspek pribadi siswa. Bimbingan konseling merupakan proses yang bersifat membantu individu mengubah perilaku dan pencapaian perkembangan pribadi secara optimal. membolos secara berkelompok, mengikuti tren agar tidak ketinggalan jaman, dan tidak mengumpulkan tugas tepat waktu. Katanya merekamelakukan hal tersebut agar mempunyai teman dan tidak dijauhi olehteman satu gengnya.

Dalam hal tersebut jika perilaku konformitas negatif dibiarkan terus-menerus maka akan memberikan dampak yang buruk bagi remaja itusendiri dan dapat merugikan orang lain misalnya remaja akan menjadi orang yang kurang mandiri, tidak percaya diri, tidak memiliki kreatif dan inisiatif sendiri dan cenderung bergantung dengan orang lain. Maka untuk mengurangi konformitas negatif, salah satu layanan bimbingan konseling *assertive training*. Karena konseling kelompok merupakan suatu bantuan pada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya (Suardi, 2018). Dengan layanan konseling kelompok siswa dapat saling berinteraksi antar anggota kelompok dengan memberikan gagasan, ide, pengetahuan dan pengalaman untuk membantu memecahkan permasalahan yang sedang dibahas dalam kelompok.

Dalam hal ini, salah satu teknik konseling kelompok untuk mengatasi permasalahan siswa dalam mengurangi dan mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif, yaitu dengan teknik latihan asertif training atau latihan keterampilan sosial, teknik asertif training adalah perilaku antarperorangan (interpersonal) yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan pikiran dan perasaan. Perilaku asertif ditandai oleh kesesuaian sosial dan seseorang yang berperilaku asertif mempertimbangkan perasaan dan kesejahteraan orang lain. Latihan *assertive training* sangat berguna untuk membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, memiliki kesulitan untuk mengatakan tidak, merasa tidak punya hak untuk menyatakan pikiran, keyakinan, dan perasaan sendiri, dan lain-lain (Lubis, 2016).

Metode Penelitian

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara acak, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik, tujuannya untuk menguji hipotesis yang telah dibuat. Pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode *pre-experimental design*. Metode tersebut tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara acak.

Desain penelitian pada hakikatnya merupakan suatu strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai pedoman atau penuntun peneliti pada seluruh proses penelitian.²⁶ Design penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design* dengan bentuk *one group pretest-posttest design*. Desain *one group pretest-posttest design* ada pretes dan postes (sebelum dan sesudah), sehingga pengaruh *treatment* dapat dihitung dengan cara membandingkan nilai postes dan pretes. Bila nilai postes lebih besar dari pretes, maka perlakuan berpengaruh positif (Hermawan, 2019).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Perilaku konformitas negatif dalam rentang waktu yang relatif lama akan menjadi bagian kepribadian seseorang siswa. Mereka akan terbiasa untuk selalu sama, bersikap konformitas negatif. Sehingga akan merasa tidak nyaman bila harus berbeda. Konformitas negatif dapat terus berlanjut saat

siswa terjun ke masyarakat. Sehingga konformitas negatif yang tinggi dapat memberikan dampak yang buruk bagi siswa sendiri seperti tidak memiliki pendapat sendiri, selalu ikut suara terbanyak, menjadi siswa yang kurangmandiri, tidak percaya diri, tidak memiliki kreatif dan inisiatif sendiri dan cenderung bergantung dengan orang lain. Hal tersebut merupakan karakteristik paling parah pada konformitas. Maka dari itu, dalam membantu mengurangi konformitas negatif siswa, peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam penelitian ini.

Ada 32 siswa kelas VIII B di MTsN 1 Kota Banjarmasin, sampel yang diambil berdasarkan hasil pembagian angket *pretest* yang akan dijadikan sebagai sampel pada penelitian ini adalah 6 orang siswa. Pembagian kategori konformitas negatif yang tinggi dari hasil angket *pretest* terdapat 6 orang siswa termasuk kategori yang tinggi, 22 orang siswa termasuk kategori sedang, 2 orang siswa yang masuk kategori rendah dan 2 orang siswa tidak hadir saat pembagian angket *pretest*. Berikut konformitas negatif siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dan keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam mengurangi konformitas negatif.

Berdasarkan hasil analisis angket konformitas negatif, diketahui bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki perilaku konformitas negatif yang tinggi. Populasi penelitian ditujukan pada kelas VIII B dengan jumlah siswa 32 orang. Peneliti memilih kelas VIII B dikarenakan hasil data dari guru bk MTsN 1 Banjarmasin kelas tersebut banyak siswa yang sering masuk ruang bk dengan berbagai masalah. Hasil persentase siswa kelas VIII B yang memiliki konformitas negatif tinggi ada 6 sampel siswa, maka dapat disimpulkan bahwa konformitas negatif yang tinggi akan diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Berikut adalah sampel siswa dari penilaian kategori hasil angket *pretest* konformitas negatif:

Tabel 1.
Kategori Hasil Angket Pretest

No.	Kategori	Interval	Frekuensi
1.	Rendah	<93	4
2.	Sedang	93-119	22
3.	Tinggi	>119	6

Melalui hasil angket konformitas negatif, didapat 6 orang siswa yang terindikasi memiliki konformitas negatif tinggi, 22 orang siswa terindikasi memiliki konformitas negatif sedang dan 2 dari 4 siswa tidak hadir saat pembagian angket *pretest*. Data siswa yang mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2.
Hasil Data Pretest

No.	Responden	Kelas	Pretest	Kategori Konformitas Negatif
1.	KLPNM	VIII B	123	Tinggi
2.	KH	VIII B	141	Tinggi
3.	MRI	VIII B	125	Tinggi

4.	M	VIII B	135	Tinggi
5.	IR	VIII B	131	Tinggi
6.	AR	VIII B	127	Tinggi
Total			Σ782	
Mean/Rata-rata			>119	Tinggi

Berdasarkan hasil tabel di atas, skor pemberian angket konformitas negatif pada siswa kelas VIII B yaitu responden IR dengan skor 131 memiliki kategori perilaku konformitas negatif tinggi, responden AR dengan skor 127 memiliki kategori perilaku konformitas negatif tinggi, responden MRI dengan skor 125 memiliki kategori perilaku konformitas negatif tinggi, responden KH dengan skor 141 memiliki kategori perilaku konformitas negatif tinggi, responden M dengan skor 135 memiliki kategori perilaku konformitas negatif dan responden KL dengan skor 123 memiliki kategori perilaku konformitas negatif tinggi. Sehingga skor dengan diatas rata-rata 119 dikategorikan memiliki konformitas negatif.

Hasil analisis *pretest* konformitas negatif siswa berdasarkan indikator atau aspek angket konformitas negatif yaitu dengan persentase aspek peniruan tinggi 50%, penyesuaian tinggi 40%, kepercayaan tinggi 10%, kesepakatan tinggi 30% dan ketataan tinggi 20%. Pelaksanaan pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dimulai pada tanggal 17 November sampai 28 November 2022. Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* ini dilaksanakan selama 6 kali pertemuan tetapi disingkat pertemuan pertama dengan kedua digabung menjadi 5 kali pertemuan saja, yang dilaksanakan dalam 2 kali seminggu dengan topik pembahasan yang berbeda-beda. Jadwal pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 3
Jadwal Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training*

No.	Tgl	Waktu	Tempat	Pertemuan	Kegiatan
1.	17-11-2022	10.00-11.00	Ruang BK	1 Pra-Konseling dan 2	1-Membangun hubungan baik, menjelaskan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> 2-Mengidentifikasi perilaku konformitas negatif konseli sesuai hasil angket <i>pretest</i>
2.	19-11-2022	10.00-11.00	Ruang BK	3	Layanan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> dengan kegiatan membedakan perilaku asertif dan tidak asertif

3.	21-11-2022	12.00-13.00	Ruang BK	4	Layanan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> dengan kegiatan melatih kemampuan berkata “tidak” dan menyampaikan alasannya (Peniruan dan Penyesuaian)
4.	24-11-2022	10.00-11.00	Ruang BK	5	Layanan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> dengan kegiatan melatih kemampuan mengungkapkan keinginan dan kebutuhan (Peniruan, Kesepakatan, Ketaatan)
6.	26-11-2022	10.00-11.00	Ruang Perpustakaan	6	Layanan konseling kelompok dengan teknik <i>assertive training</i> dengan kegiatan mempertahankan perubahan asertif dalam berbagai situasi. Sekaligus mengakhiri sesi konseling kelompok

Setelah diberikan *treatment* (perlakuan) layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* peneliti kembali membagikan angket konformitas negatif kepada 6 orang siswa yang hasil angket *pretest* konformitas negatifnya tinggi. Hasil *posttest* sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Data *Posttest*

No.	Nama	Kelas	<i>Posttest</i>	Kriteria
1.	KLPNM	VIII B	100	Sedang
2.	KH	VIII B	112	Sedang
3.	MRI	VIII B	95	Rendah
4.	M	VIII B	100	Sedang
5.	IR	VIII B	110	Sedang
6.	AR	VIII B	111	Sedang
Total			Σ628	
Mean/Rata-rata			>112 Tinggi	

Dari hasil *posttest* diatas terdapat penurunan skor nilai yang diperoleh siswa dari *pretest* ke *posttest*, ada 5 orang siswa kategori sedang dan 1 orang siswa kategori rendah. Total skor seluruh siswa diatas adalah 628 dengan rata-rata 112. Dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan perilaku

konformitas negatif siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Hasil Hasil analisis *pretest* konformitas negatif siswa berdasarkan indikator atau aspek angket konformitas negatif yaitu dengan persentase sekitar aspek peniruan menurun 40%, penyesuaian menurun 20%, kepercayaan 10%, kesepakatan menurun 10% dan ketataan menurun 10%.

1) Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data *pretest* dan *posttest* pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5.
Hasil Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	,189	6	,200 [*]	,947	6	,712
Posttest	,271	6	,194	,856	6	,176

Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas yaitu jika $Sig < 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal. Jika $Sig > 0,05$, maka data berdistribusi normal. Berdasarkan tabel diatas diperoleh nilai Sig 0,712 dan 0,176 lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan data terdistribusi dengan normal.

2) Uji Homogenitas

Hasil uji homogenitas data pada penelitian dapat dilihat pada tabel berikut dibawah ini:

Tabel 6.
Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,547	1	10	,477

Dasar pengambilan dalam keputusan uji homogenitas jika nilai $Sig < 0,05$, maka dikatakan bahwa varians data tidak sama (tidak homogeny), jika nilai $Sig > 0,05$, maka dikatakan bahwa varians data adalah sama (homogen). Maka berdasarkan tabel diatas nilai Sig 0,477, $> 0,05$ maka dapat disimpulkan data bervarians sama atau homogen.

Efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif di kelas VIII B MTsN 1 Banjarmasin dapat dilihat dari skor sebelum dan sesudah diberikan layanan. Sebelum dilakukan perbandingan *gain score* terlebih dahulu dilakukan uji *pairet sample t test* dengan SPSS 22 untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif siswa di MTsN 1 Banjarmasin.

Berikut hipotesis yang diuji didalam penelitian ini

Ha: Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif pada siswa di MTsN 1 Banjarmasin

Ho: Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi konformitas negatif pada siswa di MTsN 1 Banjarmasin

Untuk menguji hipotesis ini menggunakan uji *Paired Sample T test (t-test)*. Dengan ketentuan jika hasil $\text{Sig}(p) > 0,05(a)$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima (efektif), tetapi jika hasil $\text{Sig}(p) < 0,05(a)$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima (tidak efektif). Berikut hasil uji *Paired Sample T test* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 7.
Hasil Uji *Paired Sample T test*

		Paired Differences							
		Mea n	Std. Deviatio n	Std. Error Mean	,05% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2- tailed)
					Lower	Upper			
Pai r 1	pretest – posttets	25,6 67	6,919	2,824	25,665	25,669	9,08 7	5	,000

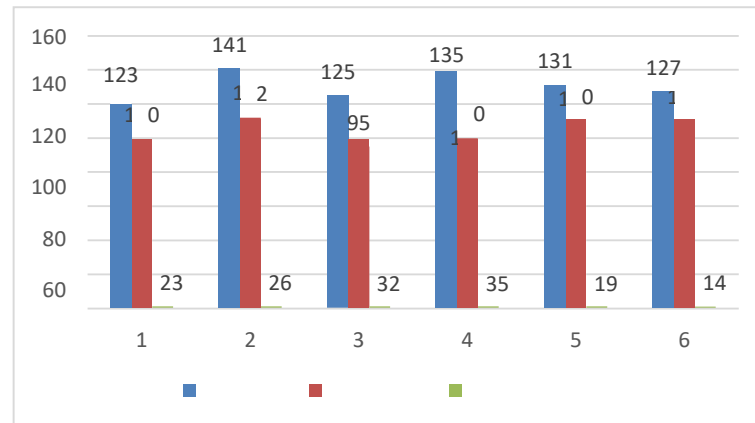
Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Me
Pair 1	Pretest	130,33	6	6,772	2,7
	posttets	104,67	6	7,202	2,9

Dari hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai Sig (p) 0,000 yang artinya nilai $0,000 < 0,05$ sehingga H_a dapat diterima dan H_0 ditolak, yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa kelas VIII B di MTsN 1 Banjarmasin. Berikut tabel perbandingan nilai dari *pretest*, *posttest*, dan *gain score* dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 8
Hasil *Pretest*, *Posttest*, dan *Gain Score* Perilaku Konformitas Negatif Siswa

No.	Nama	Kelas	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>N-Gain Score</i>
1.	KLPNM	VIII B	123	100	1,00
2.	KH	VIII B	141	112	0,71
3.	MRI	VIII B	125	95	1,20
4.	M	VIII B	135	100	1,00
5.	IR	VIII B	131	110	0,68
6.	AR	VIII B	127	111	0,59
N=6			Σ782	Σ628	Σ518
Rata-rata			130	107	0,86

Jika dilihat hasil skor *prestes* dan *posttest* terdapat penurunan atau pengurangan konformitas negatif sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* kepada siswa. Grafikdata *pretest*, *posttest* dan *N-Gain Score* dapat dilihat dibawah ini.



Gambar 1
Grafik Konformitas Negatif Siswa

Untuk mengetahui skor N-Gain berikut rumusnya:

$$N-Gain = \frac{\text{skor postes} - \text{skor pretest}}{\text{skor ideal} - \text{skor pretes}}$$

Untuk mengetahui tingkat efektivitas dari suatu metode dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 9.
Persentase Tingkat Efektivitas Layanan

Persentase(%)	Kategori
<40	tidak efektif
40-55	kurang efektif
56-76	cukup efektif
>76	Efektif

Berdasarkan persentase tingkat efektivitas layanan diatas, dapat diketahui hasil perhitungan uji *N-Gain Score* yang diperoleh sebagai berikut.

Tabel 10.
Hasil Uji N-Gain Score

No.	N-Gain Score%
1.	100,00%
2.	70,73%
3.	120,00%
4.	100,00%
5.	67,74%
6.	59,26%
Mean/Rata-rata	86,29%

Berdasarkan hasil perhitungan *N-Gain Score*, menunjukkan nilai mean atau rata-ratanya adalah 86,29%, didalam tabel persentase tingkat efektivitas nilai 86,29% berada pada kategori efektif. Konformitas negatif sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dikatakan efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa.

Pembahasan hasil penelitian meliputi hasil dari pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan teknik *Assertive Training* untuk mengurangi konformitas negatif siswa di MTsN 1 Banjarmasin. Penelitian ini telah dilaksanakan di MTsN1Banjarmasin tahun ajaran 2022/2023 yang dimulai pada tanggal 17 November sampai 28 November 2022. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII B yang dibagikan angket konformitas negatif, sampel yang didapat berdasarkan hasil angket *pretest* sebanyak 6 orang siswa yang memiliki konformitas negatif tinggi.

Konformitas negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Sampel dalam penelitian ini diperoleh dari hasil pengukuran angket konformitas negatif yang termasuk kategori tinggi. Hasil siswa yang termasuk kategori tinggi ditandai dengan belum mampu bersikap asertif karena tingginya konformitas negatif seperti permasalahannya sering mencotekkan jawaban sendiri kepada teman karena adanya tekanan, membolos karena mengikuti dan kesepakatan bersama dan lainnya.

Konformitas negatif menurut Baron dan Bryne merupakan suatu pengaruh sosial dimana individu mengubah sikap dan tingkah laku agar sesuai dengan norma sosial yang ada. Konformitas negatif kecenderungan perubahan perilaku atau sikap siswa yang dipengaruhi oleh kelompoknya untuk mengubah keyakinan, tingkah laku agar sesuai dengan norma dan aturan yang berlaku didalam sebuah kelompok atau pertemanan (Sari dan Hamdiansyah, 2022).

Menurut Taylor aspek konformitas negatif ada aspek peniruan karena adanya tekanan (nyata atau dibayangkan), aspek penyesuaian keinginan individu untuk dapat diterima orang lain dan individu melakukan penyesuaian pada norma/aturan yang ada pada kelompok, aspek kepercayaan semakin besar keyakinan individu pada informasi yang benar dari orang lain, aspek kesepakatan sesuatu yang sudah menjadi keputusan bersama menjadikan kekuatan sosial atau kelompok dan aspek ketaatan respon yang timbul dari suatu kesetiaan hingga ketertundukan individu atas otoritas tertentu.

Siswa memiliki konformitas negatif difaktori beberapa sebab diantaranya: keterpaduan terhadap kelompok, ukuran kelompok semakin besar kelompok semakin besar pula pengaruhnya terhadap perilaku individu untuk taat dan berperilaku konformitas negatif, status semakin tinggi yaitu status seseorang yang menjadi contoh panutan seperti status karena kekayaan, kekuasaan, ilmu pengetahuan maupun status lainnya (Suardi, 2018). Hal-hal tersebut yang membuat konformitas negatif siswa kelas VIII B MTsN 1 Banjarmasin tinggi, maka melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* diharapkan siswa dapat memiliki sikap asertif secara permanen sehingga siswa bisa mengatasi konformitas negatif itu sendiri. Peneliti memberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif siswa.

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* terdapat pengurangan sesudah diberikan layanan, hasil uji analisis *sample paired t test* menunjukkan adanya pengaruh sebelum dan sesudah diberikan layanan. Peningkatan tersebut terlihat melalui hasil angket *posttest* siswa setelah mengikuti layanan. Hasil dari *posttest* setelah diberikan layanan dengan rata-rata skor 112 yang berkategori rendah dan sedang.

Dari 6 orang siswa 1 orang berkategori rendah dan 5 orang berkategori sedang artinya siswa yang memiliki konformitas negatif tinggi mengalami penurunan dengan hasil skor tersebut.

Sesuai dengan tahap-tahap teknik *assertive training* pada kajian Pustaka mengajarkan perbedaan antara asertif, agresif, non agresif dan sopan. Membantu individu mengidentifikasi dan menerima hak-hak pribadi dirinya dan orang lain. Mengurangi hambatan kognitif dan afektif yang menghambat aktualisasi sikap asertif dan mengembangkan keterampilan perilaku asertif secara langsung melalui praktek-praktek didalam pelatihan. Untuk mengasah kemampuan siswa dalam bersikap asertif, maka selama proses konseling kelompok peneliti selalu mencontohkan sikap asertif terhadap masalah atau keadaan apapun sehingga siswa tidak merasa tegang, malu dan kaku ketika bersikap asertif dalam proses pemberian layanan konseling kelompok berlangsung.

Adapun dalam pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* tidak terlepas dari hambatan dalam penggunaan teknik *assertive training*, menurut Zakki Nurul Amin ada beberapa hambatan dalam melaksanakan teknik *assertive training*, pertama hambatan mental individu sering sekali terjadi seperti perasaan segan konseli, perasaan takut menyakiti, perasaan berdosa setiap tidak mengiyakan orang lain, merasa tidak terpuji ketika mengatakan tidak kepada orang lain hingga takut jika akhirnya dirinya tidak lagi disukai atau diterima. Kedua hambatan budaya yaitu budaya kita yang terbiasa menganut nilai tenggang rasa, sungkan dan rasa tidak enak terhadap orang lain (Amin, 2017). Hal tersebut sama dengan keluhan siswa ketika peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*.

Maka dari itu peneliti berusaha untuk menghilangkan hambatan tersebut dengan menilik lebih dalam alasan-alasan yang menyebabkan beberapa konseli yang sulit untuk berperilaku asertif hingga mampu mengatasinya dan akhirnya mereka bisa menerapkan perilaku asertif dalam mengurangi konformitas negatif. Dasar pengambilan keputusan menggunakan uji *Paired Sample T Test* dengan ketentuan jika hasil $\text{Sig}(p) > 0,05(a)$ maka terdapat perbedaan rata-rata konformitas negatif atau H_0 ditolak dan H_a diterima (efektif), tetapi jika hasil $\text{Sig}(p) < 0,05(a)$ maka tidak terdapat perbedaan rata-rata konformitas negatif atau H_0 ditolak dan H_a diterima (tidak efektif). Berdasarkan hasil analisis uji tersebut untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan rata-rata diketahui nilai Sig yang didapat adalah 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif. Dari perhitungan uji N-Gain skor terdapat dengan skor 86,29% artinya bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* juga efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa.

Pelaksanaan layanan penelitian ini tidak terlepas dari pada pelaksanaan layanan konseling kelompok ada 5 tahap yaitu pertama tahap perencanaan yang mencakup kegiatan membentuk kelompok. Kedua tahap pelaksanaan yang mencakup kegiatan mengkomunikasikan rencana layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran. Ketiga tahap evaluasi menetapkan materi evaluasi dan menerapkan prosedur evaluasi. Keempat analisis hasil evaluasi yang mencakup kegiatan menetapkan norma atau standar analisis, melakukan analisis dan menafsirkan hasil analisis. Kelima tahap tindak lanjut mencakup kegiatan menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, mengkomunikasikan rencana tindak lanjut dan melaksanakan rencana tindak lanjut (Tohirin, 2015).

Layanan konseling kelompok dalam penelitian ini juga tidak terlepas dari tujuan teknik *assertive training* sesuai teori bab II yaitu melatih individu agar mampu berperilaku asertif dalam berhubungan dengan lingkungan sekitarnya sehingga mampu mengungkapkan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa setiap individu memiliki hak

untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas dan menjadi dirinya sendiri. Sehingga tujuan utama *assertive training* berfokus pada membantu konseli untuk memiliki sikap asertif.

Assertive training membantu konseli agar mampu mengungkapkan perasaan, keinginan dan kebutuhan yang diinginkan dan berani berkata tidak dengan alasan yang diinginkan. Penelitian ini didukung dengan kesimpulan penelitian terdahulu tentang konseling teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif berikut adalah penelitian terdahulu yang juga menggunakan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif siswa. Beberapa penelitian terdahulu tersebut diantaranya penelitian dari Candra Dewi dan Nuraini yang menunjukkan bahwa konseling dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa. Berdasarkan penelitian tersebut memiliki pengaruh dalam mengurangi konformitas negatif siswa di SMA Islam Nahdatusyuban Demak dengan hasil penelitian H_a diterima dan H_o ditolak.

Berdasarkan penelitian tersebut disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa dan dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku konformitas negatif siswa.

Tabel. 11
Perbandingan Konformitas Negatif Sebelum dan Sesudah diberi
Perlakuan

Nama	Kelas	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Penurunan%
KLPNM	VIII B	123	100	23%
KH	VIII B	141	112	25%
MRI	VIII B	125	95	31%
M	VIII B	135	100	28%
IR	VIII B	131	110	19%
AR	VIII B	127	111	16%

Maka berdasarkan analisis tersebut dapat diketahui persentase penurunan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* KLPNM mengalami penurunan konformitas negatif 23%, KH mengalami penurunan konformitas negatif 25%, MRI mengalami penurunan konformitas negatif 31%, M mengalami penurunan konformitas negatif 28%, IR mengalami penurunan konformitas negatif 19%, AR mengalami penurunan konformitas negatif 16%. Paling tinggi penurunan konformitas negatif yaitu siswa MRI penurunan sebesar 31%. Paling rendah penurunan konformitas negatif yaitu siswa IR dan AR dengan penurunan 19% dan 16% saja.

Hasil penelitian menunjukan bahwa setelah konseli mengikuti layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* konseli mengalami penurunan dalam tingkat konformitas negatif yang tinggi menjadi sedang bahkan rendah. Penurunan ini menunjukan bahwa dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* mampu menurunkan konformitas negatif siswa dan efektif.

Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif dari hasil uji hipotesis. Maka teknik *assertive training*

dalam penelitian ini mempunyai kelebihan hingga efektif untuk mengurangi konformitas negatif, pertama pelaksanaan *assertive training* cukup mudah karena siswanya dapat bekerja sama, penerapannya dapat dikombinasikan dengan beberapa pelatihan seperti *modeling* dan bermain peran (*role playing*), hal ini dilakukan agar konseli tidak merasa bosan dan jenuh dengan layanan yang diberikan, pelatihan ini juga dapat merubah individu secara langsung melalui perilaku dan sikap kepada temannya saat konseling sedang berlangsung.

Dengan dilakukannya latihan *assertive training* mampu mengurangi konformitas negatif yang dialaminya, mampu berpikir realistis dalam setiap konsekuensi keputusan yang diambil sehingga dalam situasi yang nyata perilaku tersebut dapat selalu diterapkan. artinya layanan konseling kelompok teknik *assertive training* tidak efektif untuk mengurangi konformitas negatif siswa MTsN 1 Banjarmasin.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan konformitas negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* memperoleh skor nilai rata-rata <119 kategori rendah sebanyak 2 orang siswa, kategori sedang sebanyak 22 orang siswa dan kategori tinggi dengan jumlah siswa 6 orang. Maka yang diberikan layanan konseling kelompok dengan kategori tinggi sebanyak 6 orang siswa dengan rata-rata diatas >119. Konformitas negatif siswa sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* memperoleh skor nilai rata-rata <112 yaitu termasuk kategori sedang dan rendah dengan kategori sedang 5 orang siswa dan 1 orang siswa kategori rendah dalam konformitas negatif. Maka layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh dalam mengurangi konformitas negatif. Layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* untuk mengurangi konformitas negatif pada siswa dinyatakan efektif. Berdasarkan uji *paired sample t test* layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dengan nilai Signifikansi pada uji hipotesis $0,000 < 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jika H_a diterima artinya layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengurangi konformitas negatif pada siswa MTsN 1 Banjarmasin. Jika H_0 yang diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, Zaki, Nurul. 2017. *Portofolio Teknik-teknik Konseling (teori dan contoh aplikasi penerapannya)*. Semarang: UNNES Press.
- Hermawan, Iwan. 2019. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif & Mixed Methode*, Kuningan: Hidayatul Quran Kuningan.
- Lubis, Namaro, Lungo. 2016. *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kharisma Putra.
- Sari, Silvia, Kartini dan Hamdiansah. 2022. Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Konformitas Negatif Pada Siswa dan Upaya Penanggulangannya. *Jurnal Attending*, Volume 1 (2).
- Suardi. 2018. *Sosiologi Komunitas Menyimpang*. Yogyakarta: Writing Revolution.
- Tohirin. 2015. *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah (berbasis intelegensi)*. Jakarta: Rajawali Press.