

Mapel Brain (Meningkatkan Perilaku Asertif dengan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Brainstorming pada Siswa Kelas IX D SMP 5 Kudus)

Febrian Chandra Pratiska¹, Indah Lestari², Turaekan³

¹Pendidikan Profesi Guru, Bimbingan dan Konseling, Universitas Muria Kudus

²Bimbingan dan Konseling, Universitas Muria Kudus, ³SMP 5 Kudus

Corresponding Author: Indah Lestari e-mail: indah.lestari@umk.ac.id

Published: May, 2025

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan perilaku asertif melalui layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok dengan menggunakan Teknik Brainstorming pada siswa kelas IX D SMP 5 Kudus. Penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam dua siklus, di mana setiap siklus terdiri dari tiga pertemuan. Tindakan yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan Teknik Brainstorming. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada siklus pertama terjadi peningkatan perilaku asertif sebesar 48% pada setiap subjek. Pada siklus kedua, hasil menunjukkan peningkatan sebesar 80% pada setiap subjek. Hasil ini menunjukkan bahwa perilaku asertif yang rendah dapat meningkat ketika dilakukan tindakan pada siklus I dan II, yang mengindikasikan bahwa layanan bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik Brainstorming efektif dalam meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas IX D SMP 5 Kudus. Disarankan agar guru konselor menerapkan layanan bimbingan dan konseling kelompok dengan teknik Brainstorming secara lebih optimal agar siswa dapat meningkatkan perilaku asertif mereka secara efektif.

Keywords: Bimbingan Kelompok, Brainstorming, Perilaku Asertif.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk yang tidak bisa hidup secara terpisah dari orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari, hubungan sosial dengan individu lain adalah suatu keharusan yang tak bisa dihindari. Setiap individu menghabiskan sebagian besar waktunya untuk berhubungan dengan orang lain, baik dalam konteks keluarga, pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan sosial lainnya. Proses hubungan ini berlangsung dalam berbagai cara, baik secara langsung maupun tidak langsung, dan dapat terjadi dalam keadaan yang penuh keharmonisan atau justru dipenuhi dengan ketegangan. Interaksi sosial yang sehat dapat memperkuat hubungan antar individu, tetapi juga dapat menimbulkan permasalahan. Perselisihan pendapat, perbedaan pandangan, atau ketidakpuasan terhadap perlakuan orang lain sering kali menyebabkan ketegangan yang berujung pada konflik. Konflik tersebut tidak hanya merusak hubungan antar individu, tetapi juga dapat mempengaruhi kualitas interaksi sosial secara keseluruhan. Ketika hak-hak individu tidak dihargai atau terabaikan, atau ketika seseorang

merasa tidak dihormati, maka perasaan frustrasi dan ketidakpuasan akan muncul, yang dapat memperburuk situasi sosial (Davenport, 2017).

Masa remaja, yang menjadi jembatan antara masa kanak-kanak dan kedewasaan, adalah waktu yang krusial dalam perjalanan hidup seseorang. Pada fase ini, individu mengalami perubahan signifikan, dari aspek tubuh, pikiran, dan perasaan. Perubahan emosional yang dialami remaja sering kali terwujud dalam bentuk perasaan yang intens seperti kegembiraan, kesedihan, kecemasan, rasa malu, dan kemarahan. Berbagai perasaan ini terkadang sulit untuk dikelola, dan dalam konteks hubungan sosial, bisa memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan orang lain. Tidak jarang, remaja terjebak dalam situasi sosial yang memicu konflik dengan teman sebaya, guru, atau anggota keluarga, karena mereka belum sepenuhnya memahami cara mengelola perasaan dan berkomunikasi secara efektif (Santrock, 2011).

Selain itu, remaja juga dihadapkan pada beragam karakteristik individu dalam hubungan sosial mereka. Teman sebaya, keluarga, dan guru merupakan sumber utama interaksi sosial bagi remaja. Masing-masing individu memiliki cara berkomunikasi, aspek yang mendasari, serta sudut pandang yang beragam. Dengan demikian, remaja perlu mengembangkan keterampilan tertentu untuk dapat berinteraksi secara efektif dengan berbagai tipe individu. Salah satu kemampuan utama dalam interaksi antara individu adalah sikap yang asertif.

Gunarsa (2017) Perilaku asertif mengacu pada kemampuan untuk mengungkapkan pendapat, emosi, dan keinginan secara langsung, jujur, serta dengan sikap yang jelas dan penuh keyakinan, namun tetap menghargai hak orang lain. Dalam konteks sosial remaja, perilaku asertif membantu mereka untuk menyatakan pendapat dengan percaya diri, mengungkapkan perasaan secara jelas tanpa takut dihakimi, serta menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan sosial. Selain itu, perilaku asertif juga sangat penting untuk membantu remaja menghindari perasaan tertekan atau frustrasi yang sering kali muncul akibat ketidakmampuan untuk mengekspresikan diri. Pendapat Alberti & Emmons (dalam Ratna, 2013) sejalan dengan hal ini, yang menyatakan bahwa remaja yang memiliki keterampilan asertif yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan dari teman sebaya, mengungkapkan ketidaksetujuan dengan cara yang konstruktif, serta menghindari konflik yang merugikan. Oleh karena itu, sikap asertif memiliki peran yang krusial tidak hanya bagi kesejahteraan emosional remaja, tetapi juga dalam membangun hubungan sosial yang lebih konstruktif dan bermanfaat.

Namun, fenomena yang ditemukan menunjukkan bahwa tidak semua remaja dapat menunjukkan perilaku asertif dengan baik. Banyak remaja yang masih kesulitan dalam berperilaku asertif, sehingga hal ini perlu ditingkatkan. Hasil wawancara dengan guru BK sejalan dengan temuan dari analisis skala likert. Temuan tersebut menunjukkan bahwa siswa cenderung menunjukkan sikap tidak percaya diri, enggan menyampaikan pendapat, dan tidak mampu membela hak-haknya secara bijak. Berdasarkan analisis terhadap daftar skala Likert yang dilakukan di kelas IX D, dengan item-

item yang relevan dengan indikator perilaku asertif, dapat disimpulkan bahwa tingkat perilaku asertif siswa masih cukup rendah. Hal ini dapat dibuktikan dengan persentase perilaku asertif yang mencapai 46%.

Sugiyono (2016) mengemukakan bahwa perilaku yang tidak tegas, atau yang lebih dikenal dengan istilah perilaku tidak asertif, dapat berdampak negatif pada kondisi emosional individu. Ketidakmampuan untuk menyatakan pendapat atau keinginan dengan jelas sering kali menyebabkan perasaan tidak nyaman dengan diri sendiri. Perasaan ini timbul akibat individu merasa kesulitan untuk menanggapi atau menentang maupun mengungkapkan ketidaksepakatan ketika diminta oleh orang lain. Akibatnya, individu tersebut mungkin mengalami perasaan rendah diri atau bahkan mulai membenci dirinya sendiri karena tidak dapat mengontrol situasi sosial yang ada. Perasaan cemas dan kesal pun dapat muncul secara bertahap, membentuk lingkaran emosi negatif yang semakin memperburuk kondisi psikologis individu. Dalam konteks remaja, kondisi ini sangat merugikan perkembangan sosial dan emosional mereka, yang seharusnya tengah berada dalam proses pembentukan identitas diri dan keterampilan sosial.

Fenomena ini menggambarkan bahwa siswa dengan tingkat perilaku asertif yang minim sangat membutuhkan dukungan untuk meningkatkan keterampilan sosial mereka. Salah satu pendekatan untuk mendukung siswa dalam meningkatkan perilaku asertif mereka adalah dengan menyediakan layanan bimbingan dan konseling, terutama yang berbentuk bimbingan kelompok.

Menurut Winkel & Hastuti (2013), bimbingan kelompok adalah salah satu bentuk layanan konseling yang melibatkan sekelompok individu untuk bersama-sama berbagi pengalaman dan mendapatkan informasi yang berguna untuk membuat keputusan atau perencanaan hidup yang lebih baik. Bimbingan kelompok membuka ruang bagi siswa untuk menyampaikan pendapat serta mendengarkan pandangan orang lain dalam lingkungan yang mendukung, bebas dari rasa takut akan penilaian. Melalui proses ini, siswa belajar bagaimana menyampaikan pendapat mereka secara terbuka dan jujur, serta belajar cara mendengarkan dan menghargai pendapat orang lain. Dalam konteks ini, teknik *brainstorming* yang digunakan dalam bimbingan kelompok dapat menjadi solusi yang sangat efektif.

Kurniawan (2022) menjelaskan bahwa teknik *brainstorming* adalah pendekatan pembelajaran yang berupa diskusi untuk mengumpulkan pandangan, ide, dan pengetahuan dari setiap siswa di kelas berdasarkan pengalaman dan informasi yang mereka miliki. Teknik *brainstorming* dalam bimbingan kelompok adalah metode yang sangat berguna karena mendorong semua peserta untuk berpartisipasi aktif dalam memberikan ide, pemikiran, dan solusi terhadap masalah yang dihadapi. Proses ini dapat membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan asertif mereka, karena mereka didorong untuk mengungkapkan pikiran mereka tanpa rasa takut atau malu. Dengan keterampilan asertif yang baik, siswa tidak hanya dapat mengelola emosi mereka dengan lebih baik, tetapi juga dapat mengoptimalkan

potensi diri mereka. Selain itu, pemberian layanan bimbingan kelompok ini disesuaikan dengan Indikator perilaku asertif menurut Alberti & Emmon (dalam Miasari, 2012) mencakup bertindak sesuai dengan kehendak pribadi, menyatakan perasaan dengan jujur dan tanpa rasa cemas, mempertahankan hak diri sendiri, mengemukakan pendapat, serta menghargai hak orang lain. Proses ini tidak hanya mendorong siswa untuk lebih asertif, tetapi juga meningkatkan kemampuan mereka dalam berempati dan memahami orang lain.

Mengingat latar belakang dan penjelasan yang telah disampaikan, peneliti termotivasi untuk melaksanakan riset yang bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana penerapan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik brainstorming dapat mempengaruhi peningkatan perilaku asertif pada siswa. Penelitian ini difokuskan pada siswa kelas IX D di SMP 5 Kudus, dengan judul penelitian sebagai berikut "Mapel Brain (Meningkatkan Perilaku Asertif dengan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Brainstorming pada Siswa Kelas IX D SMP 5 Kudus)".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Tindakan bimbingan konseling (PTBK). Menurut Sugiyono (2016), PTBK adalah sebuah penelitian yang dilakukan oleh pendidik untuk mengatasi isu dan hasil dalam pembelajaran. Fokus utama dari PTBK adalah untuk menyelesaikan permasalahan konkret yang muncul di dalam ruang kelas. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan penjelasan ilmiah terkait dengan bagaimana permasalahan tersebut dapat diselesaikan melalui langkah-langkah yang telah diterapkan.

Penelitian ini mengadopsi pendekatan penelitian PTBK, mengingat fokus kajian yang berkaitan dengan isu dalam ranah bimbingan dan konseling, di mana peneliti juga berperan sebagai guru bimbingan dan konseling. Rencana aksi dalam penelitian ini dirancang melalui beberapa tahap siklus. Model yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada kerangka Kemmis dan Mc. Taggart (dalam Sedyawati, 2020), yang mencakup empat elemen utama, yakni : 1) perencanaan (*planning*), 2) tindakan (*action*), 3) pengamatan (*observation*), dan 4) refleksi (*reflection*). Peneliti menjalankan dua siklus dengan maksud agar siklus kedua dapat menjadi perbaikan dari siklus pertama berdasarkan hasil refleksi yang telah dilakukan. Peneliti memutuskan untuk melaksanakan penelitian dalam dua siklus berdasarkan ketentuan bahwa penelitian tindakan bimbingan dan konseling wajib dilakukan sekurang-kurangnya dalam dua siklus.

Objek yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah sepuluh peserta didik yang duduk di bangku Kelas IX D di SMP Negeri 5 Kudus pada tahun ajaran 2024/2025, yaitu HS, NA, KLS, ADF, SRP, AH, DA, MAH, RS dan AM. Waktu dilaksanakannya penelitian ini pada semester genap, pada tanggal 10 Februari sd. 03 Mei 2025. Tempat diadakannya penelitian di SMP Negeri 5 Kudus, Jl. Sunan Muria No.58, Barongan, Kec. Kota Kudus, Kabupaten Kudus.

Dalam penelitian ini, sebelum dan setelah tindakan dilakukan, diperlukan alat pengumpulan data. Menurut Sugiyono (2017), Metode untuk mengumpulkan informasi adalah langkah krusial dalam sebuah studi yang bertujuan untuk mendapatkan data yang relevan. Dalam penelitian ini, data yang diteliti berkaitan dengan perilaku asertif yang dimiliki oleh siswa. Data yang dikumpulkan meliputi data perilaku asertif yang diperoleh melalui angket/skala asertif, hasil observasi, dan wawancara. Data yang digunakan dalam penelitian ini diperoleh langsung dari objek penelitian, yaitu 10 siswa Kelas IX D yang diduga menunjukkan perilaku asertif yang rendah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus I

Layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik brainstorming pada tahap ini dilaksanakan dalam dua pertemuan, yang mencakup tahap pembentukan awal, transisi, inti, dan penutupan. Berikut adalah penjelasan mengenai kegiatan yang dilakukan pada tahap ini :

Perencanaan (*Planning*)

Pada fase ini, peneliti bekerja sama dengan Guru BK untuk mempersiapkan segala kebutuhan agar pelaksanaan layanan dapat berlangsung dengan lancar, antara lain: (1) memilih lokasi yang tepat untuk kegiatan, (2) memilih siswa yang akan menjadi bagian dari kelompok berdasarkan hasil penilaian, (3) menyiapkan materi mengenai perilaku asertif, (4) menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok (RPLBK), dan (5) mempersiapkan alat-alat yang diperlukan untuk penelitian.

Tindakan (*Action*)

Peneliti menjalankan layanan pendampingan kelompok melalui empat langkah. Langkah pertama adalah tahap awal, di mana peneliti menciptakan atmosfer kelompok dengan cara apersepsi, memperkenalkan anggota, dan melakukan ice breaking. Kemudian, pada tahap transisi, peneliti menyiapkan siswa untuk melanjutkan ke kegiatan inti dengan menjelaskan tujuan, urutan kegiatan, peran setiap anggota, serta memastikan semua anggota siap. Selanjutnya, dalam kegiatan utama, peneliti memaparkan materi tentang asertivitas, sementara siswa berdiskusi sesuai dengan topik dan prosedur yang telah ditetapkan. Di tahap akhir, siswa diberi kesempatan untuk bertanya, menyampaikan pendapat atau kesan, dan kegiatan ditutup dengan doa.

Pengamatan (*Observation*)

Pengamatan dilakukan oleh pengamat dan peneliti sepanjang sesi bimbingan kelompok. Setelah sesi selesai, peneliti mengisi formulir pengamatan untuk mengevaluasi tingkat perilaku asertif siswa dalam menjalankan layanan bimbingan kelompok serta keterlibatan mereka selama mengikuti kegiatan yang disediakan.

Tabel 3.1 Siklus ke I

Siklus	Materi/Topik Layanan	Kegiatan Inti	Hasil yang Ingin Dicapai
Siklus 1	Pentingnya Perilaku Asertif	Pada fase inti, peneliti menguraikan materi mengenai perilaku asertif dan mengajak siswa untuk melaksanakan kegiatan diskusi sesuai arahan yang diberikan (menggunakan Teknik Brainstorming), yaitu sebagai berikut: 1. Peneliti sebagai pemimpin jalannya diskusi terlebih dahulu menceritakan permasalahan dan melatar belakangi perilaku asertif barulah kemudian meminta siswa sebagai anggota kelompok diminta untuk menyumbangkan gagasan 2. Siswa diberi kesempatan untuk menyampaikan saran dan masukan terkait perilaku asertif sebanyaknya untuk ditampung. Setiap siswa hanya boleh mengajukan pertanyaan terhadap penjelasan temannya yang belum dipahami. 3. Peneliti merekam setiap rekomendasi dan input dari anggota tim. Tahapan selanjutnya adalah mengelompokkan berdasarkan kriteria yang telah dirumuskan dan disetujui bersama oleh kelompok. Pengelompokan tersebut dapat dilakukan menurut struktur atau aspek lainnya. 4. Kelompok secara kolektif meninjau kembali ide-ide (brainstorming) yang telah dikelompokkan. Setiap ide diuji kesesuaiannya dengan permasalahan yang ada. Jika ada ide yang tidak sesuai, bisa dihapus. Pemberi ide tersebut dapat diminta untuk memberikan alasan atau argumennya. 5. Pemimpin kelompok bersama anggotanya berupaya merumuskan pilihan solusi yang telah disepakati. Setelah semua pihak merasa puas, kesepakatan akhir mengenai metode penyelesaian masalah yang dianggap paling efektif akan diambil.	Peserta didik atau konseli menyadari betapa vitalnya perilaku asertif, sehingga mereka dapat mengaplikasikannya dalam aktivitas sehari-hari.

Selama pelaksanaan tindakan pada siklus pertama, peneliti melakukan observasi dengan bantuan pedoman yang telah disusun sebelumnya, yang mencakup indikator perilaku asertif. Berdasarkan hasil pengamatan, terungkap bahwa anggota kelompok mampu menyampaikan pandangannya dengan tegas dan mengerti pentingnya perilaku asertif. Meskipun terdapat peningkatan, hal ini tidak terlihat signifikan terkait dengan perilaku peserta didik selama pelaksanaan tindakan pada siklus pertama:

Tabel 3.2 Indikator Perilaku Asertif Siklus ke I

No.	Indikator	Kriteria
-----	-----------	----------

	Ada	Tidak
1. Bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri		V
2. Tidak mengabaikan hak-hak orang lain	V	
3. Mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman	V	
4. Mampu mempertahankan diri		V
5. Mampu menyatakan pendapat	V	

Refleksi (*Reflection*)

Setelah pelaksanaan siklus I, terdapat perkembangan dalam perilaku siswa. Hal ini tercermin dari sepuluh siswa yang menunjukkan adanya perubahan, meskipun tidak terlalu signifikan. Aktivitas tersebut memberikan manfaat bagi siswa dalam hal memperdalam pemahaman mereka mengenai pentingnya perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa kemampuan yang dapat ditingkatkan adalah bertindak sesuai keinginan pribadi tanpa merugikan hak orang lain, mengungkapkan perasaan dengan jujur dan nyaman, menjaga harga diri, serta menyampaikan pendapat secara terbuka. Meskipun demikian, proses bimbingan kelompok yang dilaksanakan memiliki kelebihan dan kekurangan yang perlu diperhatikan. Kelebihan dalam teknik *brainstorming* yaitu mendorong siswa untuk berbagi ide dan meningkatkan kepercayaan diri dalam komunikasi, melatih berfikir kreatif dalam memecahkan permasalahan, serta mendorong siswa untuk saling belajar dan berkolaborasi dengan teman sebaya. Sedangkan kekurangan teknik *brainstorming* adalah sesi diskusi membutuhkan waktu yang lama apabila tanpa persiapan yang matang dan struktur yang baik, sejumlah siswa tampak merasa ragu atau tidak nyaman saat diminta untuk tampil di hadapan kelompok.

Berdasarkan hasil refleksi, langkah-langkah perbaikan dan tindak lanjut yang akan diambil pada siklus kedua mencakup: (1) peneliti akan memperjelas penjelasan mengenai bimbingan kelompok serta mengatur waktu secara lebih efisien untuk sesi bimbingan tersebut, (2) meningkatkan interaksi dalam kelompok melalui kegiatan yang menyenangkan, (3) menegaskan kembali pentingnya perilaku asertif, (4) mengatasi kendala terkait ketegangan dalam diskusi agar siswa merasa lebih nyaman dan percaya diri saat menyampaikan ide-ide mereka, (5) mendorong siswa untuk lebih serius dalam berpartisipasi dalam setiap kegiatan layanan.

Siklus II

Tujuan dari siklus II ini adalah untuk meningkatkan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *brainstorming*, yang didasarkan pada hasil refleksi dari siklus I. Berikut adalah tahapan-tahapan yang dilakukan pada siklus II :

Perencanaan (*Planning*)

Perencanaan disusun secara kolaboratif dengan guru BK berdasarkan hasil evaluasi dan refleksi dari siklus I. Topik yang akan dibahas adalah pentingnya perilaku asertif. Pada siklus II, siswa diberikan tugas untuk mencari informasi serta mengeksplorasi perilaku asertif terlebih dahulu, dan melibatkan seluruh siswa dalam kelompok pada setiap tahap brainstorming. Hal ini dilakukan agar proses diskusi dan penyampaian gagasan menjadi tidak kaku, menumbuhkan kreativitas peserta didik, serta meningkatkan keterlibatan dan aktivitas mereka dalam layanan. Perencanaan mencakup persiapan lokasi, anggota tim, bahan ajar, Rencana Pembelajaran Layanan (RPL), dan alat penelitian.

Pelaksanaan Tindakan (*Action*)

Pelaksanaan ini serupa dengan siklus I, yang mencakup tahap pembentukan, peralihan, kegiatan inti, dan pengakhiran. Setiap tahapan diperbaiki berdasarkan refleksi dari siklus I. Pada tahap awal pembentukan, peneliti memulai dengan apersepsi dan ice breaking, menciptakan suasana kelompok yang kondusif, menyambut kedatangan siswa, memimpin doa, serta menjelaskan pengertian, tujuan, dan dasar dari bimbingan kelompok dengan menggunakan bahasa yang lebih mudah dimengerti. Peneliti memimpin aktivitas untuk mempererat hubungan antar anggota kelompok. Saat memasuki tahap transisi, peneliti memberikan penjelasan mengenai langkah berikutnya, mendeskripsikan peran setiap anggota kelompok, serta mendorong partisipasi aktif mereka. Pada tahap kegiatan, peneliti menguraikan topik layanan dan siswa melaksanakan diskusi berdasarkan situasi atau kasus yang disuguhkan. Pada siklus kedua ini, siswa saling bertukar pendapat dan memberikan tanggapan secara bergantian. Hasil pelaksanaan pada siklus kedua menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam penerapan layanan ini setelah tindakan dilakukan. Partisipasi siswa sebagai anggota juga mengalami kemajuan. Siswa mulai menunjukkan minat yang besar untuk mengikuti bimbingan kelompok dengan penuh semangat dan antusiasme, sehingga sesi layanan dapat berjalan dengan lancar. Hal ini berguna untuk memperluas pengalaman dan meningkatkan rasa percaya diri, serta mendorong siswa untuk berkomunikasi dengan anggota lainnya, yang pada gilirannya dapat meningkatkan perilaku asertif siswa.

Observasi (*Observation*)

Peneliti mengamati jalannya kegiatan serta mengisi formulir observasi untuk mengevaluasi pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan keterlibatan siswa.

Tabel 3.3 Siklus ke II

Siklus	Materi/Topik Layanan	Kegiatan Inti	Hasil yang Ingin Dicapai
Siklus 1	Pentingnya Perilaku Asertif	1. Peneliti menceritakan permasalahan dan melatar belakangi perilaku asertif 2. Peneliti membantu siswa untuk aktif dalam menyampaikan saran dan masukan terkait perilaku asertif. 3. Memberikan arahan kepada masing-masing siswa untuk terlibat dalam menyampaikan gagasan nya. Setiap siswa hanya boleh mengajukan pertanyaan terhadap penjelasan temannya yang belum dipahami. 4. Peneliti mengajak siswa untuk menyimak dengan seksama dan mencatat saran atau masukan dari masing-masing anggota kelompok. Langkah berikutnya adalah mengklasifikasi saran dari masing-masing anggota mengacu pada standar yang telah dirancang dan disetujui bersama oleh tim. 5. Kelompok secara bersama-sama meninjau kembali sumbang saran hasil brainstorming yang telah diklasifikasikan. Setiap masukan dievaluasi kesesuaiannya dengan permasalahan yang ada. Jika terdapat usulan yang kurang relevan, maka dapat dieliminasi. Pihak yang memberikan masukan juga dapat diminta untuk menjelaskan alasan di balik pendapatnya. 6. Ketua kelompok mendorong para anggota untuk merumuskan kesepakatan mengenai berbagai alternatif solusi yang telah disetujui. Setelah mencapai kepuasan bersama, disepakati solusi akhir yang dianggap paling sesuai untuk menyelesaikan permasalahan.	Peserta didik atau konseli menyadari signifikansi perilaku asertif, sehingga dapat mengaplikasikannya dalam aktivitas sehari-hari.

Tidak seperti langkah-langkah pada siklus I, dalam siklus II layanan bimbingan kelompok diawali dengan penugasan kepada siswa untuk mencari informasi serta mengeksplorasi terlebih dahulu mengenai perilaku asertif. Selain itu, peneliti juga terlibat dalam memberikan arahan dalam berdiskusi, serta mengajak setiap siswa untuk terlibat dalam mengklasifikasi setiap gagasan dan saran yang telah

dicatat selama kegiatan brainstorming. Tujuan dari hal ini adalah untuk memahami signifikansi langkah-langkah yang diambil guna memastikan bahwa setiap anggota kelompok atau siswa dapat mengembangkan perilaku asertif dalam aktivitas sehari-hari. Peneliti mengamati jalannya kegiatan tindakan secara langsung dengan menggunakan panduan observasi sebagai alat bantu. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti menggunakan pedoman observasi selama kegiatan berlangsung, ditemukan bahwa siswa atau anggota kelompok mampu menunjukkan perilaku asertif. Berikut ini merupakan perkembangan perilaku asertif siswa selama siklus II:

Tabel 3.4 Indikator Perilaku Asertif Siklus ke II

No.	Indikator	Kriteria	
		Ada	Tidak
1.	Bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri	V	
2.	Tidak mengabaikan hak-hak orang lain	V	
3.	Mampu mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman	V	
4.	Mampu mempertahankan diri	V	
5.	Mampu menyatakan pendapat	V	

Refleksi (Reflection)

Berdasarkan hasil pengamatan yang ditinjau dari aspek keterlaksanaan serta partisipasi siswa, penerapan layanan bimbingan kelompok menunjukkan peningkatan dalam perilaku asertif siswa. Terjadi pergeseran yang signifikan, di mana siswa yang tergabung dalam bimbingan kelompok menunjukkan partisipasi aktif dalam berbagai aktivitas serta diskusi. Fakta ini diperkuat oleh adanya perubahan yang mencerminkan peningkatan sikap asertif pada sepuluh siswa.

Setelah memperoleh layanan bimbingan kelompok dengan metode brainstorming pada siklus kedua, siswa telah memahami bagaimana bersikap asertif serta menyadari pentingnya keterampilan tersebut, sehingga terjadi pergeseran perilaku yang cukup signifikan di kalangan seluruh siswa. Modifikasi tampak pada karakteristik yang diuraikan berdasarkan indikator. Selain itu, berdasarkan cara siswa berkomunikasi dengan anggota kelompoknya, mereka terlihat santai dan merasa nyaman. Gestur tubuh dan raut wajahnya mencerminkan kepercayaan diri, didukung oleh tatapan yang fokus serta intonasi bicara yang jelas dan terukur. Secara umum, siswa telah berpartisipasi dalam diskusi dengan aktif.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian yang telah diperoleh, dapat disimpulkan bahwa penerapan bimbingan kelompok dengan metode brainstorming mampu meningkatkan sikap asertif pada siswa

kelas IX D. Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian tindakan bimbingan konseling (PTBK), penerapan bimbingan kelompok dengan metode brainstorming pada siklus pertama menunjukkan adanya peningkatan perilaku asertif sebesar 48% pada masing-masing subjek. Setelah intervensi lanjutan pada siklus II, seluruh subjek menunjukkan kenaikan rata-rata sebesar 80%. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat perilaku asertif yang semula rendah dapat mengalami peningkatan yang cukup signifikan setelah dilakukan intervensi pada siklus pertama dan kedua. Langkah yang ditempuh oleh Guru BK yakni mengadakan bimbingan kelompok dengan menerapkan teknik brainstorming.

Penelitian ini dilakukan melalui dua tahap bimbingan kelompok. Pada tahap pertama, meskipun terjadi peningkatan dalam perilaku asertif siswa, perubahan yang terjadi belum menunjukkan signifikansi yang berarti. Beberapa kendala yang muncul mencakup durasi persiapan yang cukup panjang, perasaan canggung atau kurang percaya diri pada siswa, serta dinamika diskusi yang terkesan kurang luwes. Pada siklus kedua, dilakukan perbaikan dengan menugaskan kepada siswa untuk mencari informasi dan mengeksplorasi terlebih dahulu terkait dengan perilaku asertif serta melibatkan seluruh siswa dalam setiap tahapan brainstorming. Temuan tersebut mengindikasikan adanya peningkatan yang mencolok dalam implementasi layanan serta keterlibatan siswa. Seluruh siswa menunjukkan perkembangan dalam perilaku asertif, seperti kemampuan bertindak sesuai dengan keinginan pribadi tanpa mengesampingkan hak orang lain, mengekspresikan perasaan secara jujur dan nyaman, mempertahankan diri, serta mengungkapkan pendapat dengan lebih baik. Oleh karena itu, penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik brainstorming terbukti mampu meningkatkan perilaku asertif siswa secara efektif. Pengalaman langsung dalam mempraktikkan perilaku asertif melalui eksplorasi ide, solusi, atau perspektif baru dengan melibatkan partisipasi aktif dari individu atau kelompok mendukung keberhasilan layanan ini.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan peningkatan signifikan dalam perilaku asertif siswa setelah diterapkannya layanan bimbingan kelompok dengan metode brainstorming, disarankan agar layanan ini diimplementasikan secara lebih luas dalam praktik bimbingan dan konseling di sekolah. Teknik brainstorming terbukti efektif dalam mendorong partisipasi aktif siswa, mengeksplorasi ide, dan meningkatkan kepercayaan diri dalam mengekspresikan pendapat serta perasaan secara asertif. Oleh karena itu, guru Bimbingan dan Konseling (BK) dapat menjadikan bimbingan kelompok dengan metode brainstorming sebagai alternatif intervensi strategis, khususnya dalam upaya meningkatkan perilaku asertif siswa.

Untuk efektivitas yang lebih optimal, pelaksanaan layanan ini hendaknya disertai dengan persiapan yang matang, pelibatan aktif seluruh siswa, dan pemberian tugas eksploratif yang relevan

sebelum sesi berlangsung. Hal ini bertujuan untuk mengurangi rasa canggung, memperkuat pemahaman siswa, serta menciptakan suasana diskusi yang lebih terbuka dan kondusif. Selain itu, penting bagi guru BK untuk terus mengevaluasi dan menyesuaikan teknik pelaksanaan agar selaras dengan kebutuhan dan karakteristik peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, H., Susilo, D. Z. I., & Asri, D. N. (2024). Meningkatkan Perilaku Asertif Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Play Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Nglames Tahun Ajaran 2023/2024. In *SEMINAR NASIONAL SOSIAL, SAINS, PENDIDIKAN, HUMANIORA (SENASSDRA)* (Vol. 3, No. 2, pp. 15-23).
- Davenport, C. (2017). *Conflict Resolution and Interpersonal Relations: A Guide for Teachers and Practitioners*. Oxford University Press.
- Gunarsa, Singgih D. (2017). *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Kemmis, S., & Mc. Taggart, R. (1988). *The Action Research Planner*. Victoria Dearcin University Press.
- Kurniawan, A., Rahmiati, D., Marhento, G., Suryani, N. Y., Jalal, N. M., Daniarti, Y., Wigati, E., Harum, A., Nugroho, A. A., Syamiya, E. N., Yunarti, T., Utami, S., Hudiah, A., & Artiani, L. E. (2022). *Metode pembelajaran dalam student centered learning (SCL)* (Jilid 2). Wiyata Bestari Samasta.
- Miasari, Asri. 2012. *Hubungan Antara Komunikasi Positif Dalam Keluarga Dengan Asertivitas Pada siswa SMP 2 Depok Yogyakarta*. Jurnal EMPHATY Vol 1, No 1 Desember 2012, Hal 32-46.
- Ratna, Lilis. (2013). *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Santrock, J. W. (2011). *Adolescence* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Komunikasi Antar Pribadi*. Semarang: Unnes Press.
- Winkel, W.S., & Hastuti, S. (2013). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.