

# Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Structured Learning Approach untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa SMK dalam Mencegah Pelecehan Seksual

Khoirunnisa Al Atikho\*, M. Ramli, Fitri Wahyuni

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: khoirar@gmail.com

Paper received: 6-2-2023; revised: 27-2-2023; accepted: 1-3-2023

## Abstract

Adolescents ability to be assertive is a life skill that is crucial to their growth at this point and is essential in all facets of daily life. This study uses group guidance and the SLA technique to enhance students' assertive behavior in order to prevent sexual harassment. The one group pretest and posttest design is used in this quantitative research approach, which also uses a quasi-experimental research type. The participants in this study are 10th grade students at SMK Negeri 4 Malang who are majoring in graphic engineering. Ten students were chosen as research participants using the purposive sampling method. The instrument used is the assertive behavior scale by Galassi (1997). Ten kids from the overall population got scores for moderate and low assertive behavior, according to the results of the pretest. The group guidance session with 10 students took place over the course of 4 meetings. The results of the analysis of pre-test and post-test scores through the Wilcoxon test showed that group counseling using the SLA technique was effective in increasing assertive behavior in preventing sexual harassment based on the results of Asymp Sig. of 0.005 which means H1 is accepted and H0 is rejected.

**Keywords:** group guidance; SLA; assertive behavior; sexual harassment

## Abstrak

Kemampuan remaja untuk bersikap asertif merupakan keterampilan hidup yang penting untuk pertumbuhan mereka pada saat ini dan penting terhadap aspek kehidupan sehari-hari. Penelitian ini menggunakan bimbingan kelompok dan teknik SLA untuk meningkatkan perilaku asertif siswa guna mencegah terjadinya pelecehan seksual. *One group pretest and posttest design* digunakan dalam pendekatan penelitian kuantitatif ini, yang juga menggunakan jenis penelitian kuasi eksperimen. Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Negeri 4 Malang yang mengambil jurusan teknik grafika. Sepuluh siswa dipilih sebagai partisipan penelitian dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala perilaku asertif oleh Galassi (1997). Berdasarkan hasil *pretest* diperoleh hasil bahwa terdapat 10 siswa yang diambil secara acak dari seluruh populasi untuk diberikan *treatment*. Bimbingan kelompok dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan. Hasil analisis skor *pre-test* dan *post-test* melalui uji *wilcoxon* yang menunjukkan hasil bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif dalam mencegah pelecehan seksual yang didasarkan pada hasil *Asymp Sig.* sebesar 0.005 yang berarti H1 diterima dan H0 ditolak.

**Kata kunci:** bimbingan kelompok; structured learning approach; perilaku asertif; pelecehan seksual

## 1. Pendahuluan

Masa remaja adalah tahapan pertumbuhan yang akan dialami oleh setiap orang dalam proses perkembangannya menuju dewasa. Banyak perubahan yang akan dialami remaja ketika menuju dewasa, seperti perubahan pada fisik, mental, dan sosialnya (Diane, 2014). Monks dkk (2014) menyebutkan tiga tahap pertumbuhan remaja yaitu *early* (awal), *middle* (madya), dan *late* (akhir). Secara umum siswa menunjukkan sifat labil, krisis identitas, dan kurangnya

kemampuan dalam mengekspresikan diri. Salah satu akibat remaja yang kurang mampu dalam mengekspresikan diri atau mengkomunikasikan apa yang diinginkan menyebabkan remaja tidak asertif.

Berdasarkan berita yang diunggah oleh *Times Indonesia* yang disampaikan oleh Polresta kota Malang, bahwa dengan rentang jarak 5 tahun kasus pelecehan seksual terjadi di kota Malang yang mencapai 64 kasus. Pada bulan April 2022 lalu, juga terjadi kasus pelecehan seksual di Terminal Arjosari Malang. Kemudian pada tanggal 7 September 2022 siswa SMK di Malang juga mengalami pelecehan seksual di dalam angkutan umum ketika hendak pulang ke rumah dari sekolah. Umur rata-rata korban pelecehan seksual di kota Malang masih di bawah umur yakni 18 tahun ke bawah. Sebagaimana yang disampaikan AKP Bayu Febriyanto Prayoga dari Kasatreskrim Polresta Kota Malang tidak banyak korban yang mau melaporkan kepada pihak yang berwajib terkait kasus pelecehan seksual kepada pihak kepolisian dikarenakan korban merasa pelecehan seksual merupakan hal yang tabu dan sensitif sehingga korban tidak memiliki keberanian untuk melaporkan. Adapun peneliti berpendapat bahwa untuk mencegah pelecehan seksual terjadi perlu adanya pelatihan untuk meningkatkan perilaku asertif bagi siswa.

Asertif adalah perilaku yang merupakan bagian dari keterampilan (Ampuno, 2020). Namun, perilaku asertif bukan merupakan keterampilan yang telah dimiliki semenjak lahir. Untuk melatih remaja dapat berperilaku asertif membutuhkan bantuan guru BK di sekolah. Perilaku asertif juga merupakan hasil belajar dan proses pembentukan perilaku dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal, keluarga, dan sekolah. Pengertian perilaku asertif sendiri adalah kemampuan seseorang untuk dapat berkomunikasi terkait suatu hal yang diinginkan, menyampaikan perasaan yang dirasakan, dan apa ada dalam pikirannya terhadap orang lain namun tidak melupakan hak-hak dan perasaan orang lain (Dewi, 2017).

Penelitian Ali & Naylor (2013) menunjukkan pentingnya remaja berperilaku asertif karena untuk menghentikan berbagai hal yang tidak diinginkan terjadi, seperti kekerasan dalam pacaran hingga pelecehan seksual. Penelitian lain yang dilakukan oleh Syafira & Kustanti (2017) menyebutkan bahwa apabila seseorang mampu berperilaku asertif dapat mengurangi korban kekerasan dalam pacaran. Namun, apabila seseorang tidak mampu berperilaku asertif maka korban kekerasan dalam pacaran akan bertambah hingga menyebabkan terjadinya pelecehan seksual.

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka peran guru BK dibutuhkan untuk dapat membantu siswa meningkatkan perilaku asertif. Guru BK dapat membimbing siswa untuk berperilaku asertif agar siswa mampu bersikap tegas seperti, berani mengemukakan pendapat, memberikan penolakan, dan menyatakan ketidaksetujuan. Hasil wawancara yang diperoleh peneliti kepada konselor sekolah mendeskripsikan bahwa permasalahan siswa yang marak saat ini adalah *bullying* yang mengarah kepada pelecehan seksual. Banyak siswa yang mengalami pelecehan seksual namun tidak berani untuk menyikapi hal tersebut. Hal ini dapat dicegah dengan memberikan bimbingan kelompok dengan teknik *SLA*.

Sprafkin, Grewshaw, Goldstein (1993) menjelaskan *Structuring Learning Approach/SLA* adalah pendekatan dalam pembelajaran secara tertata dan bertahap yang berkembang berdasarkan teori belajar dan modifikasi tingkah laku pada psikologi. Thompson (2003) menyebutkan *SLA* memiliki lima tahapan yaitu: *Instruction, Modelling, Role Playing, Feedback,* dan *Transfer of Training*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2018) yaitu Keefektifan

*SLA* dalam membantu menaikkan perilaku asertif siswa SMA yang menjadi korban *bullying*, juga menjelaskan terdapat lima tahapan pada *SLA* yaitu: *Instruction*, *Modelling*, *Role Playing*, *Feedback*, dan *Transfer of Training*. Beberapa langkah tersebut memiliki tujuan untuk memberi latihan keterampilan yang komprehensif melalui beberapa tahapan yang terstruktur. Secara individual tahapan adalah prosedur perubahan tingkah laku.

Penelitian terkait *SLA* dilakukan oleh Rahayu dkk (2018) dengan melakukan eksperimen menggunakan *SLA* dalam membantu menaikkan perilaku asertif siswa SMA yang menjadi korban *bullying* menunjukkan hasil bahwa siswa mampu memperlihatkan perasaan untuk melawan ketika mengalami tindakan *bullying*. Penelitian lain dilakukan oleh Ahmad & Hartati (2018) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan *self-advocacy* pada kesadaran diri mahasiswa BK di IKIP Mataram dengan menggunakan teknik *SLA*. Ramli dkk (2017) juga melakukan penelitian terkait pengaruh modifikasi *SLA* dalam membantu pengembangan keterampilan sosial siswa yang berisiko di sekolah dasar. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa modifikasi *SLA* dapat meningkatkan keterampilan dalam bersosial siswa berisiko di sekolah dasar. Nufi dkk (2021) mengembangkan buku panduan *self-instruction* dengan pendekatan *SLA* untuk mereduksi tingkat prokrastinasi akademik siswa SMP dan berguna bagi konselor sekolah sebagai bahan ajar. *SLA* digunakan sebagai pelatihan keterampilan asertif pada siswa SMP dan menunjukkan hasil bahwa langkah-langkah pelatihan pada *SLA* memenuhi penilaian akseptabilitas yang berarti teknik *SLA* bermanfaat, tepat, layak, dan harus digunakan sebagai intervensi dalam pengembangan asertif pada keterampilan siswa (Djamaluddin dkk, 2020).

Oleh sebab itu siswa perlu menunjukkan perilaku asertif dalam mencegah pelecehan seksual melalui layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan *SLA*. Mengingat bahwa kasus pelecehan seksual masih sering terjadi dikalangan remaja khususnya siswa SMK sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam mengenai keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* dalam meningkatkan perilaku asertif siswa SMK dalam mencegah pelecehan seksual.

## 2. Metode

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan *one-group pretest and posttest design* dan menggunakan metode eksperimen kuasi. Populasi penelitian adalah siswa kelas X jurusan teknik grafika SMK Negeri 4 Malang. Penentuan jumlah sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Jumlah partisipan penelitian yang mendapat *treatment* dipilih menggunakan skala perilaku asertif. Selanjutnya akan dipilih sebanyak 10 siswa yang diambil secara acak dan dikelompokkan untuk diberi *treatment*.

Pengembangan instrumen yang digunakan dalam skala perilaku asertif merujuk pada teori Galassi (1977) yang diadopsi dari penelitian oleh Widyawati (2020). Dalam variabel tersebut terdapat beberapa hal yang menjadi acuan pada skala perilaku asertif yang meliputi pengungkapan perasaan yang positif, afirmasi diri dan pengungkapan perasaan yang negatif. Instrumen penelitian terdiri dari 29 item dengan skala *likert*. Ada empat pilihan jawaban yang terdiri dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Pelaksanaan uji coba alat ukur dilakukan selama 2 hari dengan mendapatkan sebanyak 68 responden melalui media *google form*. Peneliti melakukan uji validitas dan uji reliabilitas dengan menggunakan teknik *product moment*. Dasar pengambilan keputusan pada uji validitas ini adalah jika  $r$  hitung lebih besar daripada  $r$  tabel (0.235) dengan  $\alpha = 0.05$  maka item tersebut

dapat dikatakan valid. Namun jika  $r$  hitung lebih kecil dari pada  $r$  tabel (0.235) maka item dikatakan tidak valid atau gugur.

Hasil uji validitas dari total seluruh item, sebanyak 22 item mendapatkan hasil  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel 0.235, sehingga 22 item tersebut dapat dikatakan valid. Namun sebanyak 7 item dikatakan tidak valid atau gugur karena  $r$  hitung lebih kecil dari pada  $r$  tabel. Hasil uji reliabilitas pada skala perilaku asertif memperoleh nilai sebesar 0.640, artinya instrumen penelitian dapat dikatakan reliabel.

Peneliti menggunakan uji *wilcoxon* untuk mengetahui perubahan signifikan pada perilaku asertif siswa setelah diberikan *treatment* pada subjek penelitian kelompok eksperimen. Uji *wilcoxon* memanfaatkan program SPSS 25 *for windows* dengan taraf signifikansi sebesar 0.05. Apabila taraf signifikansi menunjukkan skor kurang dari 0.05 maka *treatment* dapat dikatakan efektif diberikan pada masing-masing kelompok dalam meningkatkan perilaku asertif.

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1. Hasil

Berdasarkan hasil *pretest* pada 35 siswa menunjukkan bahwa perilaku asertif 10 siswa termasuk dalam kelompok sedang dan rendah. Peneliti melakukan pertemuan pra konseling bersama 10 anggota kelompok untuk membina hubungan baik dan memberikan arahan sebelum melakukan *treatment*. Sesi bimbingan yang dilakukan dalam penelitian ini sebanyak 4 kali pertemuan yang mana pada setiap pertemuan memiliki durasi selama 45 menit dengan pembahasan sebagai berikut:

**Pertemuan 1:** sesi pertama pada bimbingan kelompok diawali dengan tahap pembukaan dan pembinaan hubungan baik serta dilanjutkan dengan topik netral. Sesi ini memiliki tujuan agar siswa mampu menunjukkan sikap afirmasi diri dalam dirinya. Konselor atau pemimpin kelompok menerima kehadiran anggota kelompok dengan ramah. Pada tahap ini peneliti selaku ketua kelompok bersama anggota kelompok bersepakat untuk menentukan durasi pada setiap sesi. Peneliti juga memberitahukan bahwa bimbingan kelompok akan berjalan sebanyak 4 kali pertemuan. Sesi pertama dilakukan peneliti untuk memberi penjelasan mengenai afirmasi diri dan pelecehan seksual kepada anggota kelompok. Peneliti juga menjelaskan mengenai langkah-langkah dalam *SLA*. Pada tahap inti peneliti atau ketua kelompok memberikan contoh afirmasi diri (*modelling*). Kemudian ketua kelompok memberi kesempatan kepada siswa untuk memperagakan cara mengungkapkan afirmasi diri (*role playing*). Sebelum mengakhiri sesi pertama bimbingan kelompok, ketua kelompok memberikan *feedback* mengenai materi yang sudah dipraktikkan. Selanjutnya ketua kelompok juga memberi tugas rumah kepada siswa untuk mengisi jurnal refleksi diri yang akan dikumpulkan pada pertemuan berikutnya (*transfer of training*). Lebih lanjut, ketua kelompok memberi penguatan materi dan evaluasi untuk mengakhiri pertemuan pada sesi pertama serta berdiskusi untuk pertemuan selanjutnya.

**Pertemuan 2:** sesi kedua pada bimbingan kelompok bertujuan agar siswa mampu menunjukkan contoh sikap afirmasi diri dalam dirinya. Pertemuan sesi kedua diawali dengan penerimaan dan topik netral bersama anggota kelompok. Dilanjutkan dengan pembahasan tugas rumah yang diberikan konselor pada pertemuan pertama. Pada pertemuan kedua ketua

kelompok memberikan contoh mengenai afirmasi diri kepada siswa (*instruction*). Selanjutnya, ketua kelompok memberikan kesempatan kepada siswa untuk menonton video edukasi mengenai cara mengungkapkan afirmasi diri (*modelling*) agar pemahaman siswa lebih dalam mengenai afirmasi diri. Ketua kelompok memberikan kesempatan kepada siswa untuk memerankan cara mengungkapkan afirmasi diri seperti contoh yang sudah diberikan sebelumnya (*role playing*). Siswa yang berjumlah 2 orang bertugas untuk bermain dialog dan mengungkapkan afirmasi diri, sedangkan siswa yang bertugas menjadi observer memberi tanggapan kepada pemain peran dalam kelompok. Sebelum mengakhiri sesi kedua pada bimbingan kelompok, ketua kelompok memberikan *feedback* mengenai materi yang sudah dipraktikkan. Selanjutnya ketua kelompok juga memberi tugas rumah kepada siswa untuk mengisi jurnal refleksi diri yang akan dikumpulkan pada pertemuan berikutnya (*transfer of training*). Lebih lanjut, ketua kelompok memberi penguatan materi dan evaluasi untuk mengakhiri pertemuan pada sesi kedua serta berdiskusi untuk pertemuan selanjutnya.

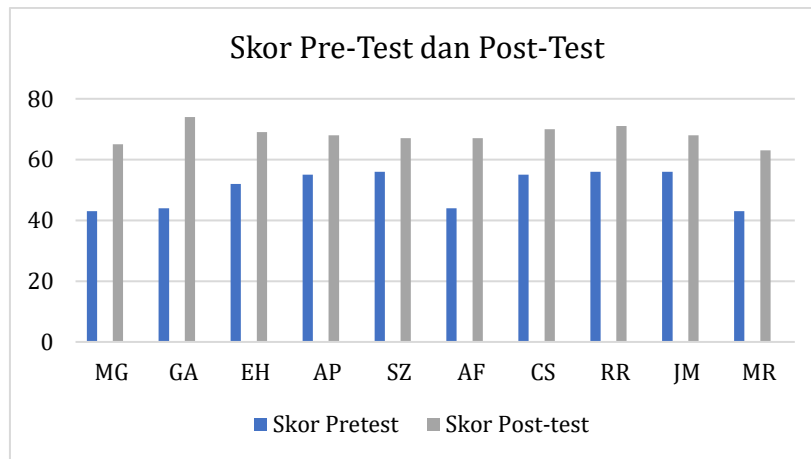
**Pertemuan 3:** Sesi ketiga pada bimbingan kelompok bertujuan agar siswa mampu mengungkapkan perasaan positif dari dalam dirinya. Dilanjut dengan topik netral dan penerimaan pada awal pembukaan sesi bimbingan kelompok, ketua kelompok juga akan membahas tugas yang telah diberikan konselor pada konseli dalam pertemuan sebelumnya. Selanjutnya ketua kelompok menjelaskan kepada siswa untuk mengungkapkan perasaan positif dalam situasi pelecehan seksual (*instruction*). Sebelum siswa bermain peran, ketua kelompok memberikan contoh dalam mengungkapkan perasaan positif dalam situasi pelecehan seksual (*modelling*). Kemudian 2 orang siswa bermain peran dan saling berdialog untuk mengungkapkan perasaan positif seperti yang telah dicontohkan sebelumnya (*role playing*). Siswa yang berperan sebagai observer memberi tanggapan pemain peran dalam kelompok. Ketua kelompok juga memberikan *feedback* kepada pemain peran dan memberi kesempatan pada anggota kelompok yang lainnya untuk bertanya terkait materi yang sudah dipraktikkan. Pada sesi ini anggota kelompok diberikan tugas rumah oleh konselor untuk diserahkan pada pertemuan berikutnya. Lebih lanjut, ketua kelompok memberi penguatan materi dan evaluasi untuk mengakhiri pertemuan pada sesi kedua serta berdiskusi untuk pertemuan selanjutnya.

**Pertemuan 4:** Pada sesi keempat atau sesi terakhir bimbingan kelompok bertujuan agar siswa dapat mengungkapkan perasaan negatif dalam dirinya ketika dalam situasi pelecehan seksual. Sesi ini diawali dengan penerimaan dan topik netral bersama anggota kelompok. Selanjutnya ketua kelompok membahas tugas yang telah diberikan konselor pada konseli dalam pertemuan sebelumnya. Sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan pada sesi terakhir, ketua kelompok menjelaskan kepada siswa untuk mengungkapkan perasaan negatif dalam situasi pelecehan seksual (*instruction*). Ketua kelompok menayangkan video edukasi dalam mengungkapkan perasaan negatif seperti marah dan tidak suka dalam situasi pelecehan seksual dan memberikan contoh agar siswa bisa mengungkapkan perasaan negatif ketika dalam situasi tersebut (*modelling*). Siswa berjumlah 2 orang bermain peran dengan berdialog dan saling mengungkapkan perasaan negatif dalam dirinya seperti contoh yang telah ditayangkan dalam video edukasi (*role playing*). Anggota kelompok yang bertugas sebagai observer memberi tanggapan kepada siswa yang sedang bermain peran dalam kelompok dan dilanjut dengan umpan balik yang diberikan oleh ketua kelompok. Di akhir sesi ini, ketua kelompok juga memberikan kesempatan kepada siswa untuk berdiskusi dan bertanya tentang materi yang diberikan (*feedback*). Selanjutnya ketua kelompok memberikan *posttest* untuk diselesaikan oleh anggota kelompok. Sebelum sesi diakhiri ketua kelompok dan seluruh

anggota kelompok menyimpulkan pengalaman belajar yang telah dilaksanakan bersama agar pemahaman siswa lebih mendalam pada materi yang sudah diberikan pada sesi bimbingan kelompok sebelumnya.

**Tabel 1. Perbandingan Tingkat Perilaku Asertif**

No	Subjek Penelitian	Skor Pretest	Kategori	Skor Post-test	Kategori
1.	MG	43	R	65	S
2.	GA	44	R	74	T
3.	EH	52	S	69	T
4.	AP	55	S	68	T
5.	SZ	56	S	67	T
6.	AF	44	R	67	T
7.	CS	55	S	70	T
8.	RR	56	S	71	T
9.	JM	56	S	68	T
10.	MR	43	R	63	S



**Gambar 1. Perbandingan Hasil Pre-Test dan Post-Test**

Berdasarkan hasil pada tabel 1. dapat disimpulkan bahwa sebelum dan sesudah mendapat *treatment* berupa bimbingan kelompok menggunakan teknik SLA terdapat perubahan. Tingkat perilaku asertif pada siswa meningkat dan dapat dikatakan bahwa teknik SLA untuk bimbingan kelompok efektif karena adanya perbedaan antara *pre-test* dan *post-test*.

Peneliti menggunakan uji wilcoxon untuk memperoleh hasil perbandingan antara Pretest dan posttest serta membuktikan apakah hipotesis yang diajukan ditolak atau diterima. Hipotesis dalam penelitian ini adalah H1 setelah mendapat bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik SLA, terdapat peningkatan perilaku asertif siswa. Sementara H0 sebelum dan sesudah siswa mendapat *treatment* berupa bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik SLA, tidak ada perbedaan perilaku. Dasar pengambilan keputusan diperoleh melalui nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka H1 diterima dan H0 ditolak namun apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0.05 maka H1 ditolak dan H0 diterima.

**Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest-pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Postive Ranks	10 <sup>b</sup>	.5.50	55.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	10		

posttest < prettest  
 Posttest > pretest  
 posttest = prettest

**Tabel 3. Hasil Tes Statistics**

Z	-2.807 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005
a Wilcoxon Signed Ranks Test	b Based on negative ranks.

Hasil analisis pada skor *pre-test* dan *post-test* melalui uji *wilcoxon* menunjukkan nilai *Asymp. Sig* sebesar 0.005 lebih kecil dari 0.05 berarti H1 diterima dan H0 ditolak. Hasil tersebut dapat membuktikan bahwa terdapat perbedaan tingkat skor perilaku asertif antara *pre-test* dan *post-test* sehingga dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik SLA efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif dalam mencegah pelecehan seksual pada siswa SMK.

### 3.2. Pembahasan

Perilaku asertif merupakan situasi dimana seseorang dapat mengungkapkan perasaan, sikap dan hak-haknya tanpa menyakiti orang lain (Dahman, 2019). Lebih lanjut dalam penelitian oleh (Husnah dkk, 2022). berdasarkan perilaku asertif tersebut individu dapat memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan memiliki rasa keberanian dalam berbagai situasi. Individu yang memiliki perilaku asertif yang rendah akan memiliki ketidaknyamanan seperti rasa takut, khawatir dan cemas yang bisa membuat mereka sulit dalam mengungkapkan perasaannya secara tegas dan lugas. Maka dari itu penting halnya bagi siswa dalam meningkatkan perilaku asertif dalam mencegah pelecehan seksual yang masih sering terjadi dikalangan remaja. Remaja yang menginjak usia 16-18 tahun sering kali menjadi korban pelecehan seksual dan membuat mereka takut dalam mengungkapkan perasaannya pada saat situasi tersebut terjadi. Hal ini akan menimbulkan trauma yang mendalam pada korban yang dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Sehingga perlu memiliki perilaku asertif yang dapat memberi energi positif bagi individu dalam mengungkapkan perasaannya (Suparyanto dan Rosad 2020).

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai *Asymp Sig* sebesar 0.005 yang berarti bahwa bimbingan kelompok *SLA* efektif meningkatkan perilaku asertif dalam mencegah pelecehan seksual. Hal tersebut juga didukung oleh meningkatnya hasil *post-test* yang diperoleh setelah anggota kelompok menerima *treatment*. Anggota kelompok yang menerima *treatment* diperoleh dari hasil *pre-test* dengan kategori sedang dan rendah. Setelah menerima *treatment* seluruh anggota kelompok mengalami peningkatan yang diantaranya adalah 2 anggota

kelompok mengalami peningkatan dari kategori rendah ke sedang, 6 anggota kelompok dari rendah ke tinggi dan 2 anggota kelompok dari sedang ke tinggi. Hal ini menunjukkan pemberian bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* mampu memberi dampak positif terhadap perilaku asertif siswa.

Bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* memiliki beberapa tahap yaitu pemberian arahan, pemberian model, bermain peran, umpan balik serta pemberian tugas dan pemeliharaan (Dahman, 2019). Peneliti memilih teknik *SLA* karena teknik tersebut adalah salah satu strategi dalam pelaksanaan proses belajar mengajar yang dapat dilakukan dalam bidang keilmuan bimbingan dan konseling yang menggali segala potensi yang dimiliki individu dalam mencari tahu nilai melalui perilaku, perasaan, dan gagasan sehingga dapat menentukan tujuan ketika dirinya menciptakan pilihan dan keputusan yang sinkron dengan kenyataan. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Setyowati, 2019) yang memperoleh hasil bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* dapat meningkatkan sikap empati pada siswa yang diukur melalui *pre-test* dan *post-test*. Menurut Harvala (Husnah et al., 2022) pemodelan yang menggunakan teman sekolah dalam sesi pelatihan adalah salah satu metode yang dapat dilakukan dalam meningkatkan generalisasi.

Peningkatan perilaku asertif dengan bimbingan kelompok menggunakan teknik *SLA* pada pertemuan pertama diawali dengan pembinaan hubungan baik dan fokus pada pengenalan anggota kelompok agar muncul rasa saling percaya dalam setting kelompok. Memasuki sesi kedua hingga terakhir peneliti yang berperan sebagai ketua kelompok memberikan *treatment* agar siswa atau anggota kelompok dapat dengan mudah melakukan afirmasi diri. Afirmasi diri yang dilakukan pada sesi bimbingan kelompok antara lain adalah mengungkapkan perasaan positif dan perasaan negatif dengan bermain peran (*role playing*) ketika dalam situasi pelecehan seksual. Menurut Suryanto (dalam Husnah, 2022) *SLA* adalah suatu teknik yang berorientasi pada perilaku individu, prosedurnya dapat dinilai secara objektif dan pengamatan yang diperlukan untuk mengukur kemajuan perolehan keterampilan siswa. Melalui teknik *SLA*, peserta didik akan belajar secara mudah terkait menumbuhkan perilaku asertif dan diharapkan dapat menerapkan dalam kehidupan kesehariannya terutama jika berada dalam situasi pelecehan seksual.

Progres peningkatan perilaku asertif siswa dengan layanan bimbingan kelompok diperlihatkan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Peningkatan perilaku asertif siswa melalui bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan, dengan materi dan topik tugas yang sesuai tujuan layanan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa yang telah dirancang pada pedoman layanan. Menurut Prayitno (dalam Setyowati, 2019) layanan bimbingan kelompok dapat diterapkan dalam mengubah dan mengembangkan sikap serta perilaku yang tidak atau kurang efektif menjadi lebih efektif. Sebagaimana pada penelitian ini perilaku pada siswa tidak timbul secara mandiri namun sebagai akibat dari berbagai stimulus yang diperoleh oleh siswa tersebut baik dari stimulus internal maupun stimulus eksternal, dalam hal ini adalah perilaku asertif peserta didik.

Pada penelitian ini peneliti memiliki empat tujuan yang berbeda-beda pada setiap sesi yaitu pada pertemuan pertama, siswa mampu menunjukkan sikap afirmasi dalam dirinya. Pertemuan kedua, siswa mampu menunjukkan contoh sikap afirmasi diri dalam dirinya. Pertemuan ketiga, siswa mampu mengungkapkan perasaan positif dari dalam dirinya serta pada pertemuan keempat atau terakhir, siswa mampu mengungkapkan perasaan negatif dari



dalam dirinya. Dengan keempat tujuan tersebut dan dalam empat sesi bimbingan kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Oleh karena itu perilaku asertif perlu ditingkatkan pada peserta didik agar dapat membantunya dalam kehidupan sehari-hari khususnya ketika dalam situasi pelecehan seksual.

#### 4. Simpulan

Berlandaskan pada hasil dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan skor pada tingkat perilaku asertif dalam mencegah pelecehan seksual antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. *Treatment* yang diberikan menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* dengan berdasar pada pedoman eksperimen yang telah disusun. Disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *SLA* terbukti efektif dalam membantu peningkatan perilaku asertif pada siswa SMK. Berlandaskan pada hasil dan pembahasan, maka dapat dikemukakan beberapa saran, diantaranya: Bagi konselor dapat menggunakan hasil penelitian untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan rancangan eksperimen dengan kelompok kontrol dan populasi yang lebih luas.

#### Daftar Rujukan

- Ahmad, H., & Hartati, A. 2018. "Penerapan Teknik Structure Learning Approach dalam Meningkatkan Self Advocacy Mahasiswa Prodi BK IKIP Mataram". *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(2).
- Ali, P. A., & Naylor, P. B. 2013. "Intimate partner violence: A narrative review of the biological and psychological explanations for its causation". *Journal Aggression and Violent Behavior*, 18(3).
- Ampuno, S. 2020. "Perilaku Asertif Generasi Milenial Dalam Perspektif Psikologi Islam". *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health*, 1(1).
- Dahman, D. (2019). Upaya Meningkatkan Asertivitas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa Asuh Kelas IX SMP Negeri 1 Sakra Barat. *Fondatia*, 3(1), 55–72.
- Dewi, K. 2017. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sociodrama terhadap Perilaku Asertif Siswa". *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 6(3).
- Diane, E. Papalia. 2014. *Menyelami Perkembangan Manusia Edisi 12*. Jakarta: Mc Graw Hill Education.
- Djamaluddin, M., dkk. 2020. "SLA Model (SLA) for Assertive Skills Training in Middle School Students". *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1).
- Galassi, M. D. & Galassi, C. 1977. *Assert Your Self: How to Be Your Own Person Behavior Modification Series*. Human Science Press: Universitas Michigan.
- Husnah, S., Wahyuni, E., & Fridani, L. (2022). Gambaran Perilaku Asertif Siswa Sekolah Menengah Atas. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 1370–1377.
- Monks, F.J., Knoers, A.M.P & Hadinoto S.R. 2014. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nufi, E. P., Setiyowati, A. J., & Rahman, D. H. 2021. "Panduan Self Instruction dengan Pendekatan SLA untuk Menurunkan Prokrastinasi Akademik Siswa SMP". *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 6(2).
- Rahayu, B. L. A., AT, A. M., & Triyono, T. 2018. "Keefektifan SLA untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMA korban bullying". *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 3(11).
- Ramli, M., Hitipeuw, I., & Ardyanti, A. W. T. 2017. "SLA (SLA) modification to improve sharing skills of at-risk students in elementary school". *European Journal of Education Studies*, 3(7).
- Setiyowati, N. (2019). *MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF SISWA KELAS IX SMPN 1 BATAGUH MELALUI BIDANG BIMBINGAN KELOMPOK MATERI PSIKOLOGI REMAJA*. 05(02), 830–841.
- Sprafkin, R.P, Gershaw, N.J, & Goldstein, A.P. 1993. *Social Skills for Mental Health. A Structured Learning Approach*. USA: Allyn and Bacon.

- Suparyanto dan Rosad (2020). PENERAPAN TEKNIK STRUCTURE LEARNING APPROACH(SLA) DALAM MENINGKATKAN KESADARAN EMPATI DIRI SISWA MADRASAH ALIYAH AL BADRIYAH. Suparyanto Dan Rosad (2020), 5(3), 248-253
- Syafira, G. A., & Kustanti, E. R. 2017. Gambaran asertivitas pada perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Empati*, 6(1).
- Thompson, A. Rosemary. 2003. *Counseling Techniques Second Edition*. New York: Roudledge.