

# Layanan Konseling Kelompok Teknik Assertive Training untuk Mereduksi Konformitas Negatif: Perbandingan Jenis Kelamin

Chandra Wahyudi\*, Nurasyah, Abdul Mujib, Dewi Febriana Purba

Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah, Jl. Garu II A No. 93, Medan, Sumatera Utara, 20147, Indonesia

\*Penulis korespondensi, email: chandrawahyudi1709@gmail.com

doi: 10.17977/um065.v5.i8.2025.5

## Riwayat artikel

Diajukan: 20 Juni 2025

Direvisi: 12 Juli 2025

Diterima: 13 Juli 2025

Diterbitkan: 22 Juli 2025

## Kata kunci

Assertive training

Konformitas negatif

Sekolah menengah atas

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dalam mereduksi konformitas negatif dan membandingkan efektivitasnya berdasarkan jenis kelamin. Penelitian menggunakan desain pra-eksperimen dengan *pretest-posttest one group design* melibatkan 7 siswa. Pengumpulan data menggunakan skala konformitas negatif dan dianalisis dengan *paired sample t-test* dan *independent sample t-test*. Uji normalitas menunjukkan data terdistribusi normal (Kolmogorov-Smirnov sig. = 0,200 > 0,05; Shapiro-Wilk *pretest* sig. = 0,777, *posttest* sig. = 0,928). Hasil menunjukkan perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* (sig. 2-tailed = 0,000 < 0,05), dengan rata-rata skor *pretest* 128,14 menurun menjadi 68,29 pada *posttest*, membuktikan efektivitas *assertive training* dalam mereduksi konformitas negatif. Analisis perbandingan jenis kelamin menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan pada skor *pretest* antara laki-laki dan perempuan ( $p = 0,400 > 0,05$ ), mengindikasikan kondisi *baseline* yang setara. Demikian pula, analisis *posttest* menunjukkan tidak ada perbedaan jenis kelamin yang signifikan ( $p = 0,788 > 0,05$ ), menunjukkan bahwa *assertive training* sama-sama efektif untuk kedua jenis kelamin. Temuan mendukung bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat diimplementasikan secara universal tanpa modifikasi khusus jenis kelamin, memberikan dasar *evidence-based* untuk praktik konseling yang inklusif.

## 1. Pendahuluan

Memasuki era modernisasi, konformitas negatif semakin terjadi pada individu agar dapat relevan dan diterima oleh kelompok sosialnya (Nindyatama dkk., 2015). Di samping itu, terdapat peran popularitas selebriti yang sering kali diikuti oleh remaja. Konformitas pada remaja juga diasosiasikan dengan tingkat popularitas dan status ekonomi (Gommans dkk., 2017). Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa terdapat perbedaan mekanisme konformitas pada laki-laki dan perempuan. Ini mengindikasikan bahwa terdapat faktor X yang memengaruhi masing-masing kelompok untuk dapat beradaptasi dengan lingkungannya sehingga dapat diterima di kelompok tersebut. Temuan tersebut menjelaskan bahwa konformitas dilakukan agar remaja dapat memperoleh popularitas dan disukai oleh teman sebayanya, terutama remaja perempuan. Perasaan takut tidak diterima oleh kelompok mendorong remaja untuk menyesuaikan diri.

Konformitas negatif dalam kelompok sebaya merupakan fenomena yang sering terjadi, di mana individu merasa terpaksa untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma yang tidak mendukung, yang berpotensi merusak perkembangan psikologis mereka (Selfi, 2017). Hal ini dapat menyebabkan berbagai masalah, termasuk penurunan harga diri, kecemasan, dan depresi, yang sering kali lebih terlihat pada remaja perempuan (Gadassi dkk., 2015). Apabila tidak segera ditangani maka dapat menghambat keseimbangan hidup remaja yang pada gilirannya menghambat perkembangan diri mereka. Untuk itu dibutuhkan intervensi yang sesuai untuk mereduksi konformitas negatif pada remaja.

Teknik *assertive training* diusulkan sebagai salah satu solusi efektif untuk memfasilitasi individu dalam mengekspresikan kebutuhan dan pendapat mereka secara konstruktif, sehingga mengurangi dampak negatif dari konformitas (Selfi, 2017). Penelitian lain juga menemukan bahwa teknik *assertive training* secara signifikan efektif untuk meningkatkan kompetensi sosial-emosional pada remaja (Asif dkk., 2021). Kompetensi sosial-emosional mencakup kesadaran diri, manajemen diri, kesadaran sosial, manajemen hubungan, dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (Borowski, 2019).

Analisis lanjutan juga dibutuhkan untuk mengidentifikasi efektivitas intervensi berdasarkan jenis kelamin. Berbagai penelitian sebelumnya mengindikasikan bahwa intervensi konseling yang berfokus pada

pengembangan asertivitas dapat berfungsi sebagai mekanisme untuk meningkatkan kepercayaan diri individu dan memfasilitasi pengambilan keputusan yang lebih baik dalam situasi sosial yang penuh tekanan (Zeng & Ma, 2025). Selain itu, studi menunjukkan bahwa remaja perempuan sering kali lebih terdampak oleh masalah konformitas negatif dan membutuhkan pendekatan yang lebih sensitif terhadap gender (Gadassi dkk., 2015; Irawan dkk., 2024). Penelitian di bidang ini semakin diperkuat oleh temuan yang menunjukkan perbedaan dalam efektivitas intervensi berdasarkan gender, di mana masing-masing gender memiliki kebutuhan dan respons yang berbeda dalam teknik konseling (Sanyata, 2020; Zeng & Ma, 2025). Namun, belum ada penelitian yang mengkaji efektivitas intervensi berdasarkan jenis kelamin untuk membuktikan berbagai penelitian terdahulu.

Berakar pada kenyataan bahwa kurangnya pemahaman tentang bagaimana teknik *assertive training* dapat diterapkan secara spesifik tergantung pada jenis kelamin dapat memperlambat kemajuan dalam intervensi psikologis yang efektif (Irawan dkk., 2024). Mengingat bahwa perbedaan gender sering kali memengaruhi perilaku sosial dan psikologis (Astuti, 2019), penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara spesifik bagaimana teknik ini dapat lebih baik diimplementasikan agar sesuai dengan kebutuhan unik remaja perempuan dan laki-laki.

Penelitian ini secara signifikan memiliki implikasi yang baik, tidak hanya dalam konteks akademis, tetapi juga dalam praktik di sekolah dan dalam program konseling. Dengan mengidentifikasi perbedaan respons terhadap teknik *assertive training* berdasarkan jenis kelamin, kita dapat merancang program intervensi yang lebih baik yang responsif terhadap kebutuhan remaja, memperkuat pengetahuan tentang dinamika kelompok sebaya, dan mengurangi konformitas negatif (Irawan dkk., 2024; Selfi, 2017).

Hipotesis penelitian ini menyatakan bahwa penggunaan teknik *assertive training* dalam kelompok konseling dapat mengurangi tingkat konformitas negatif di kalangan remaja, dengan perbedaan signifikan antara efektivitas intervensi untuk remaja perempuan dan remaja laki-laki. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk menganalisis efektivitas teknik *assertive training* dalam mengurangi konformitas negatif pada remaja, serta untuk mengeksplorasi bagaimana dinamika gender memengaruhi hasil dari proses konseling kelompok ini. Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan wawasan baru yang dapat diimplementasikan di lingkungan pendidikan dan konseling.

## 2. Metode

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian eksperimen dengan jenis penelitian *quasi experiment* dan desain *one group pretest posttest*. Penelitian ini merupakan bentuk studi pilot yang ditujukan untuk menguji variabel terkait dalam skala yang kecil sebelum diujikan di lapangan yang lebih luas. Penentuan subjek penelitian dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Adapun subjek penelitian merupakan siswa di salah satu kelas 9 SMP Negeri 23 Medan. Pengambilan sampel dilakukan berdasarkan saran konselor sekolah di sekolah terkait dengan jumlah 34 siswa dengan menyebarkan angket konformitas negatif. Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, ditemukan 7 orang dengan kategori sangat tinggi untuk diberi layanan konseling kelompok teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas negatif pada siswa. Dari ketujuh orang tersebut terdapat 2 orang laki-laki dan 5 orang perempuan.

Analisis dilakukan menggunakan *paired sample t-test* untuk menguji perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pemberian layanan terhadap kelompok eksperimen. Nilai signifikansi untuk pengambilan keputusan adalah 0,05. Apabila nilai sig. < 0,05, ada perbedaan pada skor *pretest* dan *posttest*. Sebaliknya, apabila nilai sig. > 0,05, tidak ada perbedaan pada skor *pretest* dan *posttest*. Kemudian, untuk analisis lanjutan dilakukan menggunakan *independent sample t-test* untuk menguji perbedaan pada *pretest* dan *posttest* berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Nilai signifikansi untuk pengambilan keputusan adalah 0,05. Apabila nilai sig. < 0,05, ada perbedaan pada skor *pretest* dan *posttest* laki-laki dan perempuan. Sebaliknya, apabila nilai sig. > 0,05, tidak ada perbedaan pada skor *pretest* dan *posttest* laki-laki dan perempuan.

Pengumpulan data penelitian dilakukan menggunakan angket yang dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori konformitas negatif yang dikembangkan oleh Taylor, Peplau, dan Sears (2022). Aspek konformitas negatif terdiri atas lima aspek, yaitu: 1) peniruan, 2) penyesuaian, 3) kepercayaan, 4) kesepakatan, 5) ketaatan (Taylor dkk., 2022). Angket yang dikembangkan terdiri atas 70 butir pernyataan dengan 42 butir pernyataan *favourable* dan 28 butir pernyataan *unfavourable*, dan diuji validitas dan reliabilitas terhadap 34 siswa. Hasil perhitungan koefisien korelasi *Pearson Product Moment* dengan taraf signifikansi 0,05 menunjukkan skor r-tabel sebesar 0,339. Berdasarkan uji validitas diketahui bahwa terdapat 29 butir pernyataan tidak valid dan dinyatakan gugur. Kesimpulan akhir yang menyatakan bahwa total butir pernyataan angket sejumlah 41, dengan 30 butir pernyataan *favourable* dan 11 butir pernyataan *unfavourable*. Kemudian, angket diuji reliabilitasnya menggunakan *alpha Cronbach*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan skor r-hitung  $0,892 > r\text{-tabel } 0,339$  yang berarti sangat reliabel.

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1. Hasil

Berdasarkan analisis uji terhadap 7 siswa maka disajikan hasil analisis terhadap rata-rata skor konformitas negatif siswa. Sebelum dianalisis efektivitasnya, data terlebih dahulu diuji normalitas. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai sig. Kolmogorov Smirnov pada masing-masing *pretest* dan *posttest* adalah  $0,200 > 0,05$ . Lebih lanjut, analisis Shapiro Wilk menunjukkan bahwa nilai sig. *pretest* sebesar  $0,777$  dan nilai sig. *posttest* sebesar  $0,928$ , yang berarti nilai sig. *pretest* dan *posttest*  $> 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa data terdistribusi normal.

Hasil analisis uji *paired sample statistics* menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pretest* adalah  $128,14$  dan nilai rata-rata *posttest* adalah  $68,29$ . Karena nilai rata-rata *pretest*  $>$  *posttest*, maka secara deskriptif terdapat perbedaan nilai skor konformitas negatif pada siswa. Selanjutnya untuk menilai signifikansi perbedaan pada rata-rata skor tersebut, dilakukan analisis lanjutan pada korelasi antara *pretest* dan *posttest* variabel konformitas negatif. Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa nilai koefisien korelasi sebesar  $0,262$  dengan nilai sig. sebesar  $0,570$ . Karena nilai sig.  $0,570 >$  probabilitas  $0,05$  maka dapat dikatakan bahwa tidak ada korelasi antara *pretest* dan *posttest*. Selanjutnya dijelaskan pengambilan keputusan efektivitas pada strategi layanan konseling kelompok teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas negatif siswa.

**Tabel 1. Analisis Paired Samples Test Pretest dan Posttest Variabel Konformitas Negatif**

Paired Samples Test		Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
Pair	Pretest - Posttest	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
1		59,857	11,824	4,469	48,922	70,793	13,394	6	0,000

Hasil analisis tersebut (Tabel 1), diketahui nilai sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Berbekal hasil tersebut, maka dapat diketahui bahwa ada perbedaan *pretest* dan *posttest* variabel konformitas negatif. Dengan begitu, layanan konseling kelompok teknik *assertive training* efektif digunakan untuk mereduksi konformitas negatif pada siswa. Selanjutnya, untuk mengetahui perbandingan efektivitas layanan konseling kelompok teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas negatif berdasarkan jenis kelamin, maka dilakukan analisis *independent sample t-test*.

**Tabel 2. Hasil Analisis Group Statistics Independent Sample t-test**

Group Statistics		Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	Perempuan		5	125,80	1,483	0,663
	Laki-laki		2	134,00	8,485	6,000
Posttest	Perempuan		5	67,40	14,502	6,485
	Laki-laki		2	70,50	3,536	2,500

Hasil analisis tersebut (Tabel 2) menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pretest* laki-laki sebesar  $134,00$  sedangkan nilai rata-rata *pretest* perempuan sebesar  $125,80$ . Lebih lanjut, analisis nilai rata-rata *posttest* laki-laki adalah sebesar  $70,50$  sedangkan nilai rata-rata *post test* perempuan sebesar  $67,40$ . Dengan demikian, secara deskriptif, hasil *pretest* dan *posttest* laki-laki lebih besar daripada hasil *pretest* dan *posttest* perempuan. Selanjutnya, untuk menguji signifikansi pada kedua kelompok tersebut, dilakukan analisis lanjutan.

**Tabel 3. Hasil Analisis Independent Samples Test Pada Pretest dan Posttest Variabel Konformitas Negatif**

Independent Samples Test		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
Pretest	Equal variances assumed	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
		51,806	0,001	-	5	0,059	-8,200	3,363	-16,846	0,446
	Equal variances not assumed			-	1,025	0,400	-8,200	6,037	-80,691	64,291

Independent Samples Test											
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
										Lower	Upper
	not assumed										
Posttest	Equal variances assumed	2,381	0,183	-	5	0,788	-3,100	10,932	-31,203	25,003	
	Equal variances not assumed			-	4,849	0,675	-3,100	6,951	-21,136	14,936	

Hasil analisis *Independent Samples Test* menunjukkan bahwa nilai sig. *Levene's Test for Equality of Variances* pada *pretest* sebesar  $0,001 < 0,05$ , yang berarti bahwa varians data antara laki-laki dan perempuan adalah tidak sama atau tidak homogen. Karenanya, penafsiran hasil tersebut dilakukan berdasarkan nilai yang ada pada *equal variances not assumed*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) *pretest* sebesar  $0,400 > 0,05$ , yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata *pretest* konformitas negatif laki-laki dan perempuan. Selanjutnya, analisis terhadap *posttest* kelompok laki-laki dan kelompok perempuan dilakukan untuk mengidentifikasi perbedaan nilai konformitas negatif pada kedua kelompok setelah dilakukan layanan konseling kelompok teknik *assertive training*.

Hasil analisis (Tabel 3) menunjukkan bahwa nilai sig. *Levene's Test for Equality of Variances* pada *posttest* sebesar  $0,183 > 0,05$ , yang berarti bahwa varians data antara kelompok laki-laki dan kelompok perempuan adalah sama atau homogen. Kemudian, penafsiran hasil tersebut dilakukan berdasarkan nilai yang ada pada *equal variances assumed*. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai sig. (2-tailed) *posttest* sebesar  $0,788 > 0,05$ , yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata *posttest* konformitas negatif laki-laki dan perempuan setelah dilakukan layanan konseling kelompok teknik *assertive training*.

### 3.2. Pembahasan

#### 3.2.1. Perbedaan Konformitas Negatif Berdasarkan Jenis Kelamin Sebelum Intervensi

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kondisi *pretest*, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat konformitas negatif laki-laki dan perempuan ( $p = 0,400 > 0,05$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebelum pemberian intervensi, kedua kelompok jenis kelamin memiliki baseline konformitas negatif yang relatif setara. Kondisi homogenitas awal ini penting untuk memastikan bahwa perbandingan efektivitas intervensi tidak dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik awal yang signifikan antara kelompok. Ketidaksamaan varians data antara kelompok laki-laki dan perempuan pada *pretest* (*Levene's test*  $p = 0,001 < 0,05$ ) mengindikasikan adanya variabilitas yang berbeda dalam distribusi skor konformitas negatif. Hal ini dapat disebabkan oleh perbedaan dalam rentang pengalaman konformitas atau faktor-faktor individual yang memengaruhi manifestasi konformitas negatif pada masing-masing jenis kelamin.

Temuan ini mengkonfirmasi penelitian sebelumnya yang mengidentifikasi bahwa terdapat perbedaan pengalaman hidup yang dialami oleh masing-masing jenis kelamin. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa remaja perempuan sering kali lebih terdampak oleh masalah konformitas negatif dan membutuhkan pendekatan yang lebih sensitif terhadap gender (Gadassi dkk., 2015; Irawan dkk., 2024). Terdapat perbedaan asosiasi, yakni laki-laki terdampak oleh otonomi dan perempuan pada relasional (Gadassi dkk., 2015). Kemudian semakin diperkuat oleh temuan lain yang mengidentifikasi perbedaan dalam efektivitas intervensi berdasarkan gender, di mana masing-masing gender memiliki kebutuhan dan respons yang berbeda dalam teknik konseling (Sanyata, 2020; Zeng & Ma, 2025).

#### 3.2.2. Efektivitas Intervensi dan Perbedaan Gender dalam Respons Terhadap *Assertive Training*

Setelah pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*, analisis *posttest* menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan antara kelompok laki-laki dan perempuan ( $p = 0,788 > 0,05$ ).

Temuan ini memiliki implikasi penting bahwa teknik *assertive training* memberikan efektivitas yang relatif sama terhadap kedua jenis kelamin dalam mereduksi konformitas negatif. Tercapainya homogenitas varians pada *posttest* (Levene's test  $p = 0,183 > 0,05$ ) menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya efektif dalam menurunkan konformitas negatif, tetapi juga dalam menyeragamkan variabilitas respons antar individu dalam masing-masing kelompok gender. Hal ini mengindikasikan bahwa *assertive training* memberikan dampak yang konsisten dan merata.

Meskipun begitu, analisis efektivitas intervensi terhadap gender memberikan hasil berbeda dari profil *pretest*, yang justru mendukung penelitian Rahmayanthi dkk. (2020) yang menemukan bahwa tidak ada perbedaan konformitas antara siswa laki-laki dan siswa perempuan. Temuan ini menentang hasil penelitian oleh Gadassi dkk. (2015); Irawan dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat konformitas yang diasosiasikan dengan otonomi pada laki-laki dan relasional pada perempuan. Ini berarti bahwa konseling kelompok teknik *assertive training* dapat dilakukan terhadap kedua gender di waktu yang bersamaan. Namun, konselor dapat mempertimbangkan layanan konseling untuk dilakukan secara terpisah berdasarkan gender untuk memaksimalkan cara pandang terhadap permasalahan serta memberikan rasa nyaman pada keduanya. Hal tersebut didasarkan pada temuan Gadassi dkk. (2015), yaitu otonomi dan relasional. Namun, klaim tersebut masih membutuhkan penelitian lanjutan untuk mendapatkan jawaban empiris, yang tidak didapatkan pada penelitian ini. Efektivitas intervensi perlu dikonfirmasi oleh data-data yang lebih komprehensif, yang berasal dari berbagai sumber.

### 3.2.3. Implikasi Teoritis dan Kesetaraan Gender dalam Efektivitas Intervensi

Hasil penelitian ini mendukung teori pembelajaran sosial yang menekankan bahwa asertivitas dapat berkembang melalui mekanisme modeling, *rehearsal* (latihan), dan *reinforcement* (dorongan), yang bersifat universal dan tidak terhalang oleh gender (Indraswari dkk., 2017). Ini menegaskan bahwa intervensi *assertive training* bisa diterapkan secara efektif pada semua peserta, terlepas dari jenis kelamin, karena tidak ada perbedaan yang signifikan dalam respons terhadap pelatihan ini antara laki-laki dan perempuan (Parham dkk., 2015). Temuan ini juga menunjukkan bahwa konformitas negatif lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial dan pengalaman belajar daripada predisposisi biologis terkait gender (Lindsay dkk., 2019). Dengan kata lain, intervensi psikologis seperti *assertive training* dapat mengatasi perbedaan dalam manifestasi konformitas, yang sekaligus meningkatkan pemahaman bahwa pengembangan keterampilan asertif diperlukan untuk semua individu tanpa memerlukan penyesuaian khusus (Zahra & Wangid, 2025). Hal ini memberikan dasar teoritis yang kuat untuk mengimplementasikan *assertive training* dalam konteks konseling kelompok yang heterogen (Indraswari dkk., 2017).

Kesetaraan gender dalam efektivitas intervensi *assertive training* di layanan konseling kelompok dapat diilustrasikan melalui beberapa implikasi praktis. Penelitian menunjukkan bahwa *assertive training* dapat meningkatkan kemampuan individu untuk mengekspresikan diri secara positif, terlepas dari gender mereka, yang berimplikasi pada pengurangan konformitas negatif (Kirana & Verauli, 2018). Selanjutnya, konselor dapat mengadakan sesi kelompok campuran dengan percaya diri, karena penelitian menunjukkan bahwa kedua gender mendapatkan manfaat yang seimbang dari program ini (Rainata, 2020). Terakhir, temuan ini mendukung keadilan akses terhadap layanan konseling, yang sejalan dengan prinsip bahwa semua individu, baik laki-laki maupun perempuan, memiliki potensi yang sama untuk memperoleh manfaat dari intervensi ini, yang pada gilirannya berkontribusi pada pengembangan diri dan pengurangan stigma terhadap konformitas (Wasir dkk., 2023).

### 3.2.4. Dinamika Kelompok dan Pembelajaran Interpersonal

Kesamaan efektivitas intervensi pada gender dalam konteks pembelajaran kelompok dapat dipahami melalui mekanisme pembelajaran interpersonal yang mencakup universalitas pengalaman. Model pembelajaran responsif gender memberi ruang bagi individu dari latar belakang berbeda untuk saling berinteraksi dan membangun keterampilan interpersonal secara kolektif, yang berpotensi menutup kesenjangan yang mungkin ada di antara mereka (Damayanti & Rismaningtyas, 2021; Ratnawati dkk., 2019). Dikatakan bahwa peningkatan komunikasi interpersonal di dalam kelompok sangat bergantung pada dinamika interaksi ini, yang dapat memberdayakan siswa untuk belajar dari pengalaman satu sama lain (Rahmandani dkk., 2024; Yeni & Susanti, 2023). Terlebih lagi, kemampuan interpersonal yang terus diasah dalam konteks kolaboratif dapat membantu mengatasi perbedaan individu, termasuk dalam hal gender, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih inklusif (Tarihoran, 2019).

### 3.2.5. Relevansi dengan Konteks Sosial Budaya dan Implikasi dalam Praktik Konseling

Merujuk pada konteks budaya kolektif Indonesia, di mana konformitas sering dianggap positif, intervensi melalui *assertive training* menunjukkan efektivitasnya dalam mereduksi konformitas negatif bagi kedua gender. Penelitian menunjukkan bahwa konsep universalitas dalam pembelajaran interpersonal

memungkinkan individu dari latar belakang berbeda untuk mengembangkan keterampilan asertif yang dibutuhkan, tanpa terikat pada gender spesifik (Rojiani dkk., 2017). Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian yang menunjukkan bahwa meskipun cara seseorang merespons terhadap konseling dapat berbeda berdasarkan gender, banyak hasil psikologis yang serupa antara laki-laki dan perempuan dalam setting kelompok (Glassman dkk., 2021). Dengan memanfaatkan interaksi dalam kelompok, individu tidak hanya belajar dari pengalaman orang lain, tetapi juga menemukan dukungan emosional yang mengurangi tekanan untuk menyesuaikan diri secara berlebihan dengan norma sosial yang dapat merugikan diri mereka (Hechtlinger & Gati, 2019).

Ini menunjukkan bahwa *assertive training* berperan penting dalam mendorong pengembangan diri dan memberikan kesempatan bagi semua anggota kelompok untuk merasa berdaya, terlepas dari gender mereka. Lebih dari itu, *assertive training* tidak hanya berfokus pada pemahaman siswa terhadap pentingnya sikap asertif, tetapi juga mempraktikkan dan mengaplikasikannya dalam konteks kehidupan nyata dengan dukungan profesional (Zahra & Wangid, 2025). Temuannya, menekankan bahwa melalui teknik *assertive training*, siswa belajar untuk mengembangkan keterampilan mengekspresikan pikiran, perasaan, keyakinan secara jelas dan toleran, tanpa menyakiti orang lain. Ini berarti bahwa *assertive training* mengajarkan tentang komunikasi emosional yang efektif dan resolusi konflik. Kemampuan tersebut dapat memfasilitasi siswa untuk belajar mengembangkan self-disclosure, khususnya untuk siswa dengan kesulitan mengekspresikan sosialnya.

Hasil penelitian ini memberikan dasar *evidence-based* untuk implementasi layanan konseling kelompok *assertive training* dalam berbagai setting. Konselor dapat dengan percaya diri menerapkan protokol yang sama untuk konseli laki-laki dan perempuan, dengan fokus pada pengembangan keterampilan asertif yang adaptif dan fungsional. Kesamaan efektivitas intervensi juga mengindikasikan pentingnya fokus pada kualitas teknik dan proses kelompok daripada adaptasi spesifik terhadap gender tertentu. Hal ini dapat meningkatkan efisiensi pelatihan konselor dan standardisasi layanan.

### 3.2.6. Keterbatasan

Penelitian ini mengkaji efektivitas intervensi konseling kelompok teknik *assertive training* dengan membandingkan jenis kelamin. Meskipun, hasil menunjukkan tidak adanya perbedaan, namun terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. *Pertama*, jumlah sampel yang kecil tidak benar-benar menjadi representatif populasi. *Kedua*, penelitian ini tidak mengeksplorasi secara mendalam terkait faktor penyebab pada laki-laki dan perempuan. *Ketiga*, tidak ada temuan yang menunjukkan faktor perbedaan latar belakang masing-masing kelompok gender.

## 4. Simpulan

Penelitian ini menemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan terkait efektivitas konseling kelompok teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas negatif pada laki-laki dan perempuan. Meskipun hasil menunjukkan tidak ada perbedaan gender dalam efektivitas intervensi, beberapa aspek perlu dipertimbangkan untuk penelitian mendatang: 1) Eksplorasi mendalam mengenai proses dan pengalaman subjektif masing-masing gender selama intervensi dapat memberikan wawasan tambahan meskipun hasil kuantitatif menunjukkan kesamaan. 2) Evaluasi keberlanjutan efek intervensi dalam jangka waktu yang lebih panjang untuk memastikan konsistensi hasil. 3) Investigasi faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi efektivitas intervensi, seperti usia, latar belakang sosial ekonomi, atau tipe kepribadian. 4) dibutuhkan penelitian replika dalam skala yang lebih besar dan luas untuk mendapatkan bukti empiris yang bersifat heterogen dan komprehensif.

## Kontribusi Penulis

Seluruh penulis memiliki kontribusi yang sama terhadap artikel. Semua penulis telah membaca dan menyetujui versi akhir artikel.

## Pendanaan

Tidak ada dukungan pendanaan yang diterima.

## Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada potensi konflik kepentingan sehubungan dengan penelitian, kepenulisan, dan/atau publikasi artikel ini.

## Ketersediaan Data

Kumpulan data yang dihasilkan dan/atau dianalisis dalam penelitian ini tersedia dan dapat diperoleh dengan menghubungi penulis korespondensi berdasarkan permintaan yang wajar.

## Daftar Rujukan

- Asif, S., Bano, Z., & Sarwar, U. (2021). Effectiveness of assertive training in developing social-emotional competencies among adolescents. *Pakistan Social Sciences Review*, 5(4), 58–70. [https://doi.org/10.35484/psr.2021\(5-iv\)05](https://doi.org/10.35484/psr.2021(5-iv)05)
- Astiti, S. P. (2019). Efektivitas konseling sebaya (peer counseling) dalam menuntaskan masalah siswa. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), 243–263. <https://doi.org/10.18326/ijip.v1i2.243-263>
- Borowski, T. (2019). CASEL's framework for systemic social and emotional learning. *Measuring SEL: Using Data to Inspire Practice*, 8, 1–7.
- Damayanti, D., & Rismaningtyas, F. (2021). Pendidikan berbasis responsif sebagai upaya meruntuhkan segregasi gender. *Jurnal Analisa Sosiologi*, 10. <https://doi.org/10.20961/jas.v10i0.47639>
- Gadassi, R., Waser, A., & Gati, I. (2015). Gender differences in the association of depression with career indecisiveness, career-decision status, and career-preference crystallization. *Journal of Counseling Psychology*, 62(4), 632–641. <https://doi.org/10.1037/cou0000113>
- Glassman, L. H., Otis, N. P., Michalewicz-Kragh, B., & Walter, K. H. (2021). Gender differences in psychological outcomes following surf therapy sessions among U.S. service members. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4634. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094634>
- Gommans, R., Sandstrom, M. J., Stevens, G. W. J. M., ter Bogt, T. F. M., & Cillessen, A. H. N. (2017). Popularity, likeability, and peer conformity: Four field experiments. *Journal of Experimental Social Psychology*, 73, 279–289. <https://doi.org/10.1016/j.jesp.2017.10.001>
- Hechtlinger, S., & Gati, I. (2019). Reducing dysfunctional career decision-making beliefs: Gender differences in the effectiveness of a group intervention. *Journal of Counseling Psychology*, 66(4), 449–460. <https://doi.org/10.1037/cou0000330>
- Indraswari, D. A., Irtadji, M., & Dwiastuti, I. (2017). Efektifitas assertiveness training untuk siswa sekolah menengah pertama (SMP). *Jurnal Ilmu Perilaku*, 1(2), 81–97. <https://doi.org/10.25077/jip.1.2.81-97.2017>
- Irawan, A. W., Yulindrasari, H., & Dwisona, D. (2024). Counseling stigma: A gender analysis of mental health access in higher education. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.51214/00202406837000>
- Kirana, E., & Verauli, R. (2018). Assertive behavior therapy & positive reinforcement untuk meningkatkan perilaku asertif siswa lembaga bimbingan belajar Y. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(1), 386–394. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v2i1.1765>
- Lindsay, S., Rezai, M., Kolne, K., & Osten, V. (2019). Outcomes of gender-sensitivity educational interventions for healthcare providers: A systematic review. *Health Education Journal*, 78(8), 958–976. <https://doi.org/10.1177/0017896919859908>
- Nindyatama, D., Fahiroh, S. A., & Antawati, D. I. (2015). Hubungan kematangan emosi dan konformitas teman sebaya dengan sikap remaja terhadap peraturan lalu lintas pada kelas XII di SMA Dharma Wanita Surabaya [Disertasi, Universitas Muhammadiyah Surabaya]. <https://repository.um-surabaya.ac.id/232/>
- Parham, J. B., Lewis, C. C., Fretwell, C. E., Irwin, J. G., & Schrimsher, M. R. (2015). Influences on assertiveness: Gender, national culture, and ethnicity. *Journal of Management Development*, 34(4), 421–439. <https://doi.org/10.1108/JMD-09-2013-0113>
- Rahmandani, F., Kurniawati, N. R., Handayani, T., & Hamzah, M. R. (2024). Peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik dengan problem based learning pada mata pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan. *PTK: Jurnal Tindakan Kelas*, 5(1), 66–77. <https://doi.org/10.53624/ptk.v5i1.453>
- Rahmayanthi, R., Ilfiandra, I., & Yusuf, S. (2020). Profil konformitas teman sebaya berdasarkan faktor demografi. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 4(1), 65–74. <https://doi.org/10.30653/001.202041.124>
- Rainata, W. (2020). Pelatihan asertif pada narapidana Lapas Klas 1 Malang. *Procedia: Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*, 8(2), 92–99. <https://doi.org/10.22219/procedia.v8i2.13426>
- Ratnawati, D., Sulistyorini, S., & Abidin, A. Z. (2019). Kesetaraan gender tentang pendidikan laki-laki dan perempuan. *Jurnal Harkat: Media Komunikasi Gender*, 15(1), 10–23. <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/psga/article/view/13436>
- Rojiani, R., Santoyo, J. F., Rahrig, H., Roth, H. D., & Britton, W. B. (2017). Women benefit more than men in response to college-based meditation training. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00551>
- Sanyata, S. (2020). The feminist-solution focused counseling vs. psychoeducational model: Which one is better? *Journal of Educational and Social Research*, 10. <https://doi.org/10.36941/jesr-2020-0111>
- Selfi, S. (2017). Penerapan teknik assertive training dalam mereduksi konformitas negatif terhadap kelompok sebaya di SMP Negeri 1 Sungguminasa Kabupaten Gowa (Tesis Doktorat, Universitas Negeri Makassar).
- Tarihoran, E. (2019). Guru dalam pengajaran abad 21. *Sapa: Jurnal Kateketik Dan Pastoral*, 4(1), 46–58. <https://e-journal.stp-ipi.ac.id/index.php/sapa/article/view/68>
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2022). *Psikologi sosial* (Edisi ke-12). Kencana Prenada Media.
- Wasir, R., Apriningsih, A., & Ardhiyanti, L. P. (2022). Persepsi apoteker dan perawat tentang efektivitas pelatihan aseptik secara daring: Studi kualitatif. *Jurnal Inovasi Pendidikan MH Thamrin*, 6(1), 146–156.

- Yeni, A., & Susanti, M. (2023). Peran komunikasi interpersonal dan kelompok dalam konteks pendidikan: Meningkatkan keterampilan komunikasi untuk peningkatan pembelajaran dan prestasi akademik. *Cognoscere: Jurnal Komunikasi dan Media Pendidikan*, 1(1), 19–27.
- Zahra, P. L., & Wangid, M. N. (2025). The impact of assertive training techniques on enhancing self-disclosure among junior high school students in Yogyakarta. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 17(1), 1710–1717. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i1.5922>
- Zeng, H., & Ma, C. (2025). Assessing career decision-making interventions: Effects of career courses and group counseling on high school students. *The Career Development Quarterly*, 73(1), 68–78. <https://doi.org/10.1002/cdq.12371>