

Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa

Dian Oktaviana^{1*}), Hadi Warsito Wiryosutomo²

¹²Universitas Negeri Surabaya

*Corresponding author, e-mail: oktavianadian87@gmail.com

Received Juli 05, 2022;

Revised Juli 20, 2022;

Accepted Agustus, 2022;

Published Online Agustus, 2022

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
©2017 by author

Abstract: *This study aims to determine the effect of assertive training to improve interpersonal communication skills in class XI-TTL students of SMK Negeri 2 Surabaya. The subjects in this study were students of class X.TTL SMK Negeri 2 Surabaya who had low interpersonal communication. The data collection method used is a questionnaire to measure the level of interpersonal communication skills and observation. Analysis of the data used is the Wilcoxon test, based on the results of data analysis, the score of interpersonal communication skills between before and after being given assertive training is significant. Thus it can be concluded that the exercise of assertiveness can improve interpersonal communication skills.*

Keywords: *interpersonal communication, self-adjustment, students*

Abstrak: Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan asertif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas kelas X.TTL SMK Negeri 2 Surabaya yang memiliki komunikasi interpersonal rendah. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket untuk mengukur tingkat keterampilan komunikasi interpersonal dan observasi. Analisis data yang digunakan adalah Uji Wilcoxon, berdasarkan hasil analisis data diperoleh skor keterampilan komunikasi interpersonal antara sebelum dan sesudah diberikan latihan asertif yaitu signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal.

Kata kunci: *latihan asertif; keterampilan komunikasi interpersonal.*

How to Cite: Dian Oktaviana^{1*}), Hadi Warsito Wiryosutomo². 2022. Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa. JBKI, 7 (2): pp. 00-00, https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk

Pendahuluan

Salah satu keterampilan yang perlu dimiliki di era revolusi industri 4.0 ini salah satunya adalah keterampilan komunikasi. Komunikasi lebih melihat dari perilaku dan tindakan oleh satu orang atau lebih, yang terjadi dalam konteks tertentu serta memiliki pengaruh tertentu dan memiliki kesempatan untuk melakukan umpan balik. Komunikasi adalah penyampaian informasi dari satu individu ke individu lain dengan tujuan agar orang lain bisa mendapat pengetahuan dan bisa saling mempengaruhi. Menurut Suranto (2011) bahwa komunikasi *interpersonal* adalah proses penyampaian dan penerimaan pesan antara pengirim pesan (*sender*) dan penerima

(*receiver*) baik secara langsung maupun tidak langsung. Komunikasi pada dasarnya dilakukan dengan menggunakan kata-kata yang mudah dipahami oleh kedua individu, karena dengan komunikasi perasaan seseorang atau sekelompok orang bisa dipahami oleh individu lain. Komunikasi sangat berperan penting dalam kehidupan sehari-hari karena sebagai makhluk sosial kita senantiasa untuk selalu bersosialisasi (komunikasi) dengan individu lain, maka komunikasi yang baik perlu diciptakan agar tercipta keselarasan serta mencegah konflik antar masyarakat satu dengan masyarakat lainnya. Farid (2013) secara umum konflik antar masyarakat dapat terjadi karena adanya kesalahpahaman antar individu satu dengan yang lain. Terjadinya kesalahpahaman ini lah yang menyebabkan tujuan atau misi dari komunikasi tidak tercapai.

Menurut Pendapat Johnson 1981 (dalam Supratiknya 1995:10) keterampilan komunikasi interpersonal ditandai adanya kemampuan saling memahami, mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas, saling menerima dan saling memberi dukungan dan mampu memecahkan konflik serta bentuk masalah antar pribadi lain yang muncul dalam komunikasi.

Keterampilan komunikasi *interpersonal* merupakan modal yang penting untuk dapat menjalankan interaksi sosial yang baik (Erozkan, 2013). Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang terjadi antara interaksi verbal dan nonverbal antara dua (atau kadang-kadang lebih dari dua) orang yang saling tergantung satu sama lain, sehingga dalam berkomunikasi saling terhubung antara satu dengan yang lainnya untuk mencapai kesamaan makna dalam berkomunikasi (DeVito, 2012).

Dari hasil observasi yang telah dilakukan guru BK selama 2 bulan terdapat 7 siswa yang mengalami masalah dalam komunikasi interpersonal pada hubungan sosialnya di sekolah. Dari hasil angket sosiometri di kelas XI-TTL SKM Negeri 2 Surabaya yang diberikan ketika layanan bimbingan klasikal di kelas tersebut, terdapat 15% siswa yang masih mengalami masalah keterbukaan diri dalam komunikasi interpersonal. Banyak siswa yang malu dan ragu mengungkapkan pendapat dan tidak berani bertanya apabila ada materi yang belum jelas. Tampak juga siswa yang takut dan cemas dalam mengikuti pelajaran, kurang percaya diri, minder, malu dan ragu bergaul dengan teman – temannya. Ada juga siswa yang tidak berani menyalahkan apabila ada teman atau orang lain yang berbuat salah dan merugikan dirinya sendiri. Semua itu merupakan sikap tidak asertif yang ditunjukkan oleh siswa, sesuai dengan pendapat dari Zastrow (dalam Nursalim 2005:129) yaitu : Dalam perilaku pasif (non asertif) individu tampak ragu – ragu, bicara dengan pelan, melihat ke arah lain, menghindari isu, memberi persetujuan tanpa memperhatikan perasaan sendiri, tidak mengekspresikan pendapat, menilai dirinya lebih rendah dari orang lain, menyakiti diri sendiri untuk tidak menyakiti orang lain.

Devito (Suranto, 2011) mengemukakan lima aspek yang mendukung komunikasi interpersonal yaitu; keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Sementara itu, Rakhmat (2012) mengemukakan faktor-faktor yang menumbuhkan hubungan *interpersonal* yang baik, yaitu; percaya, sikap suportif, sikap terbuka, dan sikap asertif. Berdasarkan uraian di atas terdapat beberapa sikap yang mendukung dalam meningkatkan komunikasi interpersonal individu. Salah satunya dengan sikap asertif. Menurut Pendapat Johnson 1981 (dalam Supratiknya 1995:10) keterampilan komunikasi *interpersonal* ditandai adanya kemampuan saling memahami, mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas, saling menerima dan saling memberi dukungan dan mampu memecahkan konflik serta bentuk masalah antar pribadi lain yang muncul dalam komunikasi.

Hal ini dapat berpengaruh terhadap keaktifan siswa dalam proses belajar mengajar di kelas dan hubungan sosial siswa. Kurangnya keaktifan di kelas tentunya menghambat proses belajar mengajar dan berpengaruh pada prestasi akademik siswa di sekolah, hubungan sosial siswa juga mengalami masalah karena tidak bisa mengungkapkan perasaan secara konstruktif. Bagi mereka yang tidak mampu mengungkapkan pikiran, pendapat dan keinginan kepada orang lain secara tidak langsung dapat berpengaruh juga bagi kemajuan daya pikir siswa. Hal ini mengganggu proses belajar dan hubungan sosial siswa sehingga memerlukan bantuan untuk mengatasinya.

Menurut Johnson 1981 (dalam Supratiknya 1995:52) akibat yang timbul apabila perasaan tidak kita komunikasikan secara konstruktif antara lain : dapat menciptakan masalah dalam hubungan pribadi, dapat menyulitkan kita dalam memahami dan mengatasi aneka masalah yang timbul dalam hubungan antar pribadi. Apabila hal tersebut dibiarkan begitu saja akan berpengaruh terhadap hubungan sosial siswa serta dapat mempengaruhi prestasi akademik maupun non akademik siswa.

Mengingat begitu pentingnya keterampilan komunikasi interpersonal bagi siswa dalam upaya meningkatkan hubungan sosial dengan orang lain serta prestasi akademik dan non akademik siswa maka dalam hal ini siswa perlu dibantu untuk meningkatkan komunikasi *interpersonal* untuk menunjang hubungan *interpersonal* dengan orang lain.

Berdasarkan latar belakang diatas bimbingan dan konseling berperan penting dalam upaya mengatasi hal tersebut, agar siswa dapat melakukan komunikasi dengan baik . Upaya tersebut dapat dirancang oleh guru bimbingan dan konseling guna memberikan fasilitas kepada peserta didik dalam mengembangkan kemampuan untuk mencapai kemandirian dalam hidupnya. Berkenaan dengan hal tersebut, maka perlu diadakan layanan konseling behavioral latihan asertif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal peserta didik.

Dalam bimbingan dan konseling terdapat banyak latihan yang dapat digunakan untuk membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan komunikasi *interpersonal*, salah satu latihan yang dapat membantu siswa meningkatkan keterampilan komunikasi *interpersonal* yaitu latihan asertif. Seperti yang dikemukakan oleh Zastrow (dalam Nursalim 2005:129) menyatakan latihan asertif dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas. Dalam hubungan dengan orang lain seseorang diharapkan dapat berperilaku asertif artinya seseorang mampu mengekspresikan dirinya secara terbuka tanpa menyakiti atau melanggar hak-hak orang lain, maupun mempertahankan dan meningkatkan penguat dalam situasi interpersonal melalui suatu ekspresi perasaan atau keinginan. Sedangkan latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu strategi terapi dalam pendekatan perilaku yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada seseorang untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal dalam membina hubungan dengan orang lain, dimana latihan asertif ditetapkan pada penggunaan keterampilan bagi individu yang mengalami ketidakmampuan dan kesulitan berkomunikasi dengan orang lain.

Latihan asertif dapat digunakan sebagai salah satu pilihan bantuan yang dapat diberikan pada siswa yang kurang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal. Selanjutnya Corey (2013) mengemukakan bahwa perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur, dan pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan, atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan. Purwanta (2012) mengemukakan bahwa pelatihan asertivitas adalah prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih dan mendorong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu. Bruno (1983) dalam Nursalim (2005 : 129) bahwa latihan asertif pada dasarnya merupakan suatu program belajar yang dirancang untuk mengembangkan kompetensi manusia dalam hubungannya dengan orang lain. Dalam menjalin hubungan dengan orang lain, ketrampilan komunikasi interpersonal sangat diperlukan, sikap asertif sangat berpengaruh dalam membina hubungan baik dengan orang lain, sehingga dapat menambah pengetahuan yang mungkin belum diketahui yang dapat menunjang prestasi akademik maupun non akademik serta bermanfaat bagi hubungan sosial.

Berdasarkan uraian diatas peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Komunikasi *Interpersonal* pada Siswa Kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan asertif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi *interpersonal* pada siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya

Metode

Pada penelitian ini kami menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi eksperiment* dengan model *pre test – post test one group design*. Pendekatan ini diberikan pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Kelompok eksperimen pada penelitian ini akan diberikan test awal (*pre test*) dengan menggunakan angket. Kemudian diberikan perlakuan selama jangka waktu tertentu dengan menggunakan latihan asertif kemudian tes akhir (*post test*) melalui angket yang sama.

Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif merupakan metode yang sudah lama digunakan dalam penelitian. Dikarenakan sudah memenuhi kaidah ilmiah antara lain kongkrit, terukur sistematis, objektif dan rasional. Penelitian kuantitatif memiliki penekanan pada analisisnya dalam bentuk data numerical atau angka yang selanjutnya diolah menggunakan statistik inferensial untuk pengujian hipotesis. Sugiyono (2013:107)

menyatakan, bahwa metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi terkendalikan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya yang berjumlah 38 Siswa. Sampel penelitian yang digunakan 7 siswa siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya yang mempunyai keterampilan komunikasi *interpersonal* rendah.

Sampel tersebut dipilih melalui nonprobability, menggunakan teknik purposive sampling yakni cara pengambilan sampel berdasarkan kriteria-kriteria sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun kriteria yang digunakan Menurut Johnson 1981 (dalam Supratiknya 1995:10) keterampilan komunikasi *interpersonal* ditandai adanya kemampuan saling memahami, mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas, saling menerima dan saling memberi dukungan dan mampu memecahkan konflik serta bentuk masalah antar pribadi lain yang muncul dalam komunikasi.

Penelitian ini melibatkan dua variabel, yakni latihan asertif dan komunikasi *interpersonal*. Latihan asertif diposisikan sebagai variabel bebas (X) dan komunikasi *interpersonal* diposisikan sebagai variabel terikat (Y).

Metode penumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan observasi. Angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket keterampilan komunikasi *interpersonal*. Angket ini merupakan angket tertutup dan langsung dimana dalam angket tersebut sudah tersedia jawaban sehingga responden tinggal memilih dan menjawab sesuai dengan dirinya sendiri. Setelah angket disebar, kemudian menghitung korelasi antara skor total menggunakan rumus *Product Moment* oleh Karl Pearson. Setelah itu dilakukan perhitungan angket dengan menggunakan Ms. Excel. Setelah angket dinyatakan valid maka angket dihitung reliabilitasnya dengan menggunakan rumus Alpha dengan bantuan *statistical product and service solution (SPSS) 12 for windows*.

Observasi dalam penelitian ini merupakan metode pengumpulan data sekunder. Observasi diberikan kepada subjek penelitian yaitu 7 orang siswa yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal rendah berdasarkan hasil angket. Observasi dilaksanakan ketika pemberian latihan asertif. Pada penelitian ini, alat yang digunakan dalam melakukan kegiatan observasi yaitu dengan daftar cek (*check list*). Peneliti menggunakan metode observasi pada saat pemberian perlakuan dengan latihan asertif untuk mengungkap perilaku siswa selama diberi perlakuan.

Kemudian setelah dilakukan penelitian, hasil dan pembahasan akan dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Rank Sum Test* yaitu menghitung besarnya beda masing-masing kelompok, lalu memberikan tanda positif dan atau negatif pada jenjang yang sudah ditentukan. Dalam penelitian ini, keberhasilan pemberian tindakan ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor kemampuan komunikasi interpersonal siswa pada kelompok eksperimen antara sebelum diberikan latihan asertif dan sesudah diberikan latihan asertif. Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah analisis non parametrik karena dalam penelitian ini hanya menggunakan subyek penelitian yang kecil, hal ini sesuai dengan pernyataan Djarwanto (2003) bahwa apabila sampel-sampelnya kecil atau terpaksa kecil karena sifat hakiki sampel itu sendiri (misalnya $n=7$) hanya uji statistik non parametrik yang dapat digunakan. Dalam penelitian ini uji peringkat bertanda *Wilcoxon* digunakan untuk mengetahui arah dan besarnya perbedaan skor kemampuan komunikasi interpersonal siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan latihan asertif.

Langkah-langkah analisis data dengan menggunakan uji peringkat bertanda *Wilcoxon* antara lain :

1. Beri nomor urut pada setiap harga mutlak untuk selisih (X_1-Y_1). Harga mutlak terkecil diberi nomor urut peringkat satu, harga mutlak selisih berikutnya diberi nomor urut dua dan akhirnya harga mutlak terbesar diberi nomor urut n. Jika terdapat selisih nomor urut diambil rata – rata.
2. Untuk tiap nomor urut diberi pula tanda yang didapat dari selisih ($X-Y$)
3. Hitunglah jumlah nomor urut yang bertanda positif dan juga jumlah nomor urut yang bertanda negatif.
4. Untuk jumlah nomor urut yang terdapat di nomor tiga, ambillah jumlah yang harga mutlaknya paling kecil. Sebutlah jumlah ini sama dengan J. Jumlah J inilah yang digunakan untuk menguji hipotesis.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan dengan 8 kali pertemuan konseling. Penelitian ini dilatar belakangi dari pengamatan yang dilakukan terbukti siswa tersebut mempunyai masalah mengenai hubungan interpersonal, malu dan ragu mengungkapkan pendapat dan tidak berani bertanya apabila ada materi yang belum jelas. Tampak juga siswa yang takut dan cemas dalam mengikuti pelajaran, kurang percaya diri, minder, malu dan ragu bergaul dengan teman-temannya. Ada juga siswa yang tidak berani menyalahkan apabila ada teman atau orang lain yang berbuat salah dan merugikan dirinya sendiri. Kesulitan yang dialami siswa pada umumnya disebabkan siswa tersebut masih kurang memiliki ketrampilan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Hal ini dapat menyebabkan siswa sulit untuk beradaptasi secara langsung, tidak mampu untuk mengatakan tidak, membuat permintaan serta mengekspresikan perasaan secara penuh terhadap orang lain.

Selanjutnya, permasalahan ini ditindaklanjuti dengan memberikan tindakan berupa latihan asertif. Sebelum diberikan tindakan, terlebih dahulu dilakukan pengukuran tingkat kemampuan komunikasi *interpersonal* siswa melalui *pretest* angket komunikasi *interpersonal*. Hasil *pretest* angket komunikasi interpersonal ini akan dijadikan tolok ukur terhadap keberhasilan pemberian tindakan pada *pre - test* dan *post test*. Dari hasil *pretest* diketahui subjek sebanyak 7 siswa.

Selanjutnya siswa diberikan tindakan dengan latihan asertif selama delapan kali pertemuan. Pertemuan pertama siswa diberikan pembinaan hubungan, structuring, dan rasionalisasi latihan asertif serta hakekat komunikasi interpersonal Agar siswa saling mengenal dan mengetahui bentuk, makna dan tujuan latihan asertif serta mengerti bentuk keterampilan komunikasi interpersonal. Pada pertemuan kedua, menegaskan kondisi khusus dimana perilaku tidak asertif terjadi, mengidentifikasi target dan tujuan Agar siswa mampu menetapkan target perilaku dalam berkomunikasi interpersonal di sekolah sehingga bisa bersikap asertif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal. Selanjutnya pada pertemuan ketiga, membedakan perilaku tepat dan tidak tepat serta mengeksplorasi target. Sedangkan pada pertemuan keempat, mendemonstrasikan konsep irasional dan respon yang tepat serta melaksanakan latihan dengan bermain peran yang dibantu oleh konselor Agar siswa dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal dengan berperilaku asertif. Pada pertemuan kelima, siswa melaksanakan latihan dan praktek. Pertemuan keenam, latihan dan tugas rumah, serta evaluasi hasil latihan rumah Agar siswa bisa mandiri melaksanakan perilaku asertif di lingkungan sekitar. Pada pertemuan ketujuh, evaluasi dan pemberian penguat Untuk mengetahui keberhasilan atau pengaruh latihan asertif yang dilaksanakan dan pemberian dorongan untuk terus berlatih dan pada pertemuan kedelapan, mengakhiri proses konseling.

Analisis penelitian menunjukkan data bahwa skor angket kemampuan komunikasi interpersonal yang didapat mengalami kenaikan yang tinggi. Berarti terdapat perbedaan skor angket terhadap kemampuan komunikasi interpersonal siswa selama *pre test* dan *post test* dilakukan, dan diketahui adanya dampak yang diperoleh subjek pasca dilakukan latihan asertif yaitu perubahan komunikasi interpersonal siswa kearah yang lebih baik. Hasil-hasil analisis yang terdapat pada penelitian ini dipandang cukup membantu dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan mengenai pengaruh latihan asertif untuk meningkatkan komunikasi interpersonal siswa . Analisis penelitian mencoba membandingkan hasil yang diperoleh pada pengumpulan data sebelum (*pre test*) dan sesudah (*post test*).

Berdasarkan hasil *pre test* jumlah siswa yang memiliki tingkat kemampuan komunikasi interpersonal rendah adalah 7 Subyek kemudian diberikan perlakuan berupa layanan latihan asertif yang diukur kembali dengan angket kemampuan komunikasi interpersonal (*post test*). Untuk menegtahu benar tidaknya hipotesis yang dilakukan, Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis statistik non parametrik dengan uji jumlah jenjang *Wilcoxon*.

Tabel Hasil Analisis Pre-test dan Post-test

NO.	Nama	Pre Test	Post Test	Beda	Peringkat	Tanda peringkat	
						Positif	Negatif
1	SN	82	100	18	5	+18	
2	MP	78	91	13	3	+13	
3	RG	86	98	12	2	+12	
4	JM	83	103	20	7	+20	
5	AN	74	90	16	4	+16	
6	PL	81	100	19	6	+19	
7	SJ	88	99	11	1	+11	
						+108	0

Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* diperoleh J hitung (J_h) = 0. Dengan taraf signifikan 5% jika $N=7$ dari tabel didapat J tabel (J_t) = 2. Dari sini dapat diketahui bahwa J hitung lebih besar dari pada J tabel ($J_h < J_t$).

Maka dapat diketahui terdapat perbedaan tingkat keterampilan komunikasi *interpersonal* yang dialami siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya antara sebelum dan sesudah diberi perlakuan dengan menggunakan latihan asertif. Hal tersebut ditunjukkan pada tabel hasil skor *Pret Test* dan *Post Test* tampak adanya peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Dengan demikian dapat disimpulkan dari hasil angket *Pre-Tes* dan *Post- test* bahwa latihan asertif sebagai metode untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan komunikasi *interpersonal* pada siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya.

Berdasarkan hasil observasi dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat berjalan dengan baik. Pada latihan asertif siswa dapat mengikuti latihan dengan baik, dapat memainkan peran sesuai dengan arahan dari fasilitator, dapat memberi kesan positif pada dirinya sendiri dan menunjukkan perubahan perilaku asertif sesuai dengan yang diinginkan.

Berdasarkan hasil angket keterampilan komunikasi interpersonal, maka diketahui terdapat 7 siswa yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal tingkat rendah. Selanjutnya di buat rencana untuk membantu menyelesaikannya yaitu dengan menggunakan latihan asertif. Setelah mendapat perlakuan siswa mengalami perubahan yang positif yaitu siswa mengalami peningkatan keterampilan komunikasi *interpersonal*. Dalam proses pelatihan menggunakan prosedur permainan peran. Dimana fasilitator bertindak sebagai penyelenggara, pelatih, pemberi kekuatan (*motivator*) dan sebagai model peran. Sedangkan siswa menirukan model peran fasilitator sesuai dengan yang diharapkan. Dalam permainan peran antara fasilitator dan siswa tukar – menukar peran. Disini siswa dilatih bersikap tegas, mampu mengungkapkan perasaan secara terbuka tanpa ada tekanan dan menghilangkan pikiran irasional. Seperti halnya yang dikemukakan oleh Lazarus (dalam Nursalim 2005:132), "tujuan dari latihan asertif ini adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respon – respon emosional yang salah dan mengeliminasi pemikiran *irasional*."

Berdasarkan hasil *post test* diperoleh bahwa terdapat peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil analisis *non parametrik* yaitu uji *Wilcoxon* untuk membandingkan *pre test* dan *post test* diperoleh $J_h = 0$ yaitu jumlah harga mutlak yang paling kecil. Dengan taraf signifikan 5% apabila $N=7$ dari tabel didapat $J_t=2$. Dari sini dapat diketahui bahwa J hitung lebih kecil dari pada J tabel ($J_h < J_t$). Maka dapat diketahui perbedaan tingkat keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X-TTL SMK Negeri 2 Surabaya antara sebelum dan sesudah mendapat latihan asertif. Didukung juga dengan hasil observasi yang dilakukan ketika pemberian latihan asertif. Dari hasil observasi diketahui siswa dapat mengikuti latihan asertif dengan baik, dapat memainkan peran sesuai dengan arahan fasilitator, dapat memberikan kesan positif pada dirinya dan menunjukkan perubahan perilaku asertif sesuai dengan yang diinginkan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa kelas X-TTL SMK Negeri 2 Surabaya.

Dari kesimpulan tersebut dapat mendukung pernyataan Alberti (1980) dalam Nursalim (2005:130) menjelaskan bahwa penekanan latihan asertif adalah pada keterampilan dan penggunaan keterampilan tersebut dalam tindakan. Dan menurut Zastrow (1977) dalam Nursalim (2005:129) menyatakan bahwa latihan asertif

dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaan secara bebas.

Hasil penelitian ini juga didukung dari penelitian terdahulu dengan pokok bahasan yang hampir selaras dengan yang dilakukan oleh beberapa peneliti antara lain : penelitian yang dilakukan oleh Rita Budiarti (2020) yang meneliti tentang efektifitas teknik latihan asertif guna meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dan percaya diri peserta didik di SMAN 1 Pasir Sakti Kabupaten Lampung Timur tahun ajaran 2019/2020 yang hasilnya teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik di SMA N 1 Pasir Sakti Lampung Timur.

Hasil penelitian Astinah (2018) yang meneliti tentang asertif training meningkatkan komunikasi interpersonal siswa SMKN X yang hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pelatihan asertif meningkatkan kemampuan komunikasi *interpersonal* siswa SMKN X.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan statistik *non parametrik* yaitu uji *Wilcoxon* untuk membandingkan *Pre Test* dan *Post Test* maka diperoleh $J_h=0$, dengan taraf signifikansi 5% $N=7$ diketahui $J_t=2$ jadi J hitung lebih kecil dari pada J tabel ($J_h < J_t$). Sehingga dapat diketahui terdapat perbedaan tingkat keterampilan komunikasi *interpersonal* yang dialami siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yaitu latihan asertif. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya peningkatan skor antara *Pre Test* dan *Post Test*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi *interpersonal* siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya. Didukung juga dengan hasil observasi yang dilakukan ketika pemberian latihan asertif. Dari hasil observasi diketahui siswa dapat mengikuti latihan asertif dengan baik, dapat memainkan peran sesuai dengan arahan fasilitator, dapat memberikan kesan positif pada dirinya dan menunjukkan perubahan perilaku asertif sesuai dengan yang diinginkan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan komunikasi *interpersonal* pada siswa kelas XI-TTL SMK Negeri 2 Surabaya.

Ucapan Terimakasih

Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada orang tua tercinta, teman-teman yang selalu memberikan semangat. Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh orang yang terlibat dalam penelitian ini.

Referensi

- Corey, G. (2013). Teori dan praktek konseling & psikoterapi. Bandung: Refika Aditama
- DeVito, J. (2011). *Komunikasi Antarmanusia Edisi Kelima*. Jakarta: Karisma Publishing group
- Djarwanto, 2003. *Statistik Non Parametrik*. Yogyakarta: BPFE.
- Erozkan, A. (2012) The Effect of Communication Skills and Interpersonal Problem Solving Skills an Social Self_ Efficacy. Educational Sciences Theory and practice.
- Mashudi, Farid. *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: IRSiSoD. 2013.
- Nursalim,dkk. 2005. *Strategi Konseling*. Unesa University Press
- Purwanta, E. (2012). Modifikasi perilaku alternatif penanganan anak berkebutuhan khusus. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rakhmat, J. (2012). Psikologi komunikasi. Bandung: Rosdakarya
- Siegel, Sidney. 1986. *Statistik non-Parametrik untuk ilmu-ilmu sosial*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suranto, A. (2011). Komunikasi interpersonal. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta
- Supratiknya, A. 1995. *Komunikasi Antarpribadi Tinjauan Psikologi*. Yogyakarta.:Kanisius

Article Information (Supplementary)

Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: < Oktaviana > <2022>

First Publication Right: JBKI Undiksha

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

