



PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* TERHADAP AKTUALISASI DIRI

Amlul Maksud¹

¹Bimbingan dan Konseling, SMK Negeri 2 Mataram
Email:amlulmaksud007@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk menegaskan pengaruh dari konseling kelompok *teknik assertive training* terhadap aktualisasi diri. Penelitian ini menggunakan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 8 orang siswa di SMK Negeri 2 Mataram yang terindikasi memiliki aktualisasi diri dengan kategori rendah. Data dikumpulkan dengan menggunakan angket aktualisasi diri. Analisis data menggunakan statistik uji *t-test*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok *dengan teknik assertive training* berpengaruh terhadap peningkatan aktualisasi diri siswa.

Kata kunci: *Konseling Kelompok, Assertive Training, Aktualisasi Diri*

ABSTRACT

The purpose of this study was to confirm the effect of group counseling with assertive training techniques on self-actualization. This study used a one-group pretest-posttest design. The subjects in this study were 8 students at SMK Negeri 2 Mataram who were indicated to have self-actualization in the low category. Data was collected using a self-actualization questionnaire. Data analysis using statistical t-test. The results of this study indicate that group counseling with assertive training techniques has an effect on increasing students' self-actualization.

Keywords: *Group Counseling, Assertive Training, Self-Actualization*

PENDAHULUAN

Manusia memiliki potensi untuk berkembang dengan sehat dan kreatif, jika mau menerima tanggungjawab untuk hidupnya sendiri. Selain itu, dengan menyadari potensi yang dimilikinya maka individu tersebut dapat mengatasi pengaruh kuat dari pendidikan orang tua, sekolah, dan tekanan sosial lainnya. Adapun pengaruh dalam hal ini adalah berupa tekanan-tekanan yang tidak dapat diterima oleh individu secara psikologis terkait dengan pemenuhan kebutuhan diri. Maslow (dalam Alwisol, 2008) mengungkapkan pemenuhan kebutuhan individu harus diawali dari yang paling dasar

sehingga individu dapat dengan mudah untuk mengaktualisasikan dirinya (*self actualization*).

Kebutuhan yang dimaksud dalam hal ini, adalah mengikat dimana kebutuhan yang paling dasar harus terpenuhi sebelum individu tersebut menyadari atau dimotivasi oleh kebutuhan yang jenjangnya lebih tinggi. Lebih lanjut, kebutuhan tersebut meliputi kebutuhan fisiologis, kebutuhan keamanan (*safety*), kebutuhan dimiliki dan cinta (*belonging and love*), kebutuhan harga diri (*self esteem*) dan kebutuhan aktualisasi diri (*self actualization*) (Feist & Feist, 2006). Adapun sesudah kebutuhan fisiologis sampai dengan kebutuhan harga diri terpenuhi maka munculah kebutuhan meta atau kebutuhan aktualisasi diri yang memungkinkan individu untuk menggunakan seluruh bakat-kemampuan atau potensinya di dalam mewujudkan keinginannya.

Alwisol (2008) mengungkapkan aktualisasi diri merupakan keinginan untuk memperoleh kepuasan dengan dirinya sendiri (*self fulfillment*), untuk menyadari semua potensi diri, sehingga individu dapat melakukan apa saja yang menjadikannya kreatif di dalam mencapai puncak prestasi. Dalam hal ini, aktualisasi diri sangat penting untuk dapat dimiliki oleh individu termasuk para siswa di sekolah. Adapun sebagai seorang siswa mereka banyak mendapatkan tekanan-tekanan baik dari orang tua, guru, dan lingkungan sosialnya. Lebih lanjut, tekanan tersebut dapat berupa keinginan orang tua yang mengharuskan anak mereka untuk mendapatkan nilai terbaik dari teman-teman di kelasnya. Selain itu, ada guru kelas yang memberikan ujian dengan mengancam jika tidak mendapatkan nilai baik maka berpengaruh terhadap kenaikan kelas. Hal inilah salah satu penyebab siswa menjadi cemas atau takut jika tidak memenuhi ekspektasi yang diinginkan oleh orang tua dan guru sehingga memungkinkan mereka untuk terhambat di dalam kemampuan mengaktualisasikan diri dan sulit untuk berprestasi di sekolah.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Irsan (2016) tentang aktualisasi diri (*self actualization*), di mana secara tidak langsung aktualisasi diri dapat berpengaruh positif terhadap prestasi belajar siswa. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, diharapkan bahwa penelitian ini nantinya dapat mengembangkan potensi yang dimiliki oleh siswa dengan menerapkan pelatihan-pelatihan asertifitas sehingga siswa dapat mengaktualisasikan dirinya dengan lebih baik. Sikone (2006) mengemukakan jika para siswa di sekolah harus memiliki sikap dan perilaku asertif karena: (1) memudahkan siswa untuk dapat bersosialisasi dan menjalin hubungan baik dengan lingkungan secara efektif; (2) memudahkan siswa untuk berani mengungkapkan apa yang dirasakan dan diinginkannya secara langsung sehingga dapat meminimalisir ketegangan dan perasaan tidak nyaman; (3) memudahkan para siswa untuk mencari solusi dari permasalahan yang dihadapinya sehingga tidak berlarut-larut; (4) membantu para siswa untuk meningkatkan kognitifnya, memperluas wawasan, dan menambah rasa ingin tahu atau motivasi belajarnya terhadap sesuatu hal; dan (5) membantu para siswa memahami kekurangan diri sendiri dan bersedia memperbaiki kekurangan tersebut.

Adapun dari manfaat tersebut dapat diindikasikan bahwa pentingnya asertivitas bagi para siswa. Asertif dalam hal ini bukan merupakan sesuatu yang lahiriah tetapi merupakan pola sikap atau perilaku yang dipelajari sebagai reaksi dari

situasi sosial yang ada di lingkungan. Dalam hal ini, untuk membentuk aktualisasi diri yang baik bagi siswa maka perlunya diberikan pelatihan-pelatihan *assertive* yang sesuai dengan kebutuhan. Salah satu langkah yang dapat ditempuh oleh guru bimbingan dan konseling di sekolah adalah dengan menerapkan konseling kelompok menggunakan teknik *assertive training*. Adapun layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* diprediksi dapat meningkatkan aktualisasi diri yang rendah dari para siswa. Alasan menggunakan konseling kelompok dalam penelitian ini adalah dikarenakan dapat membantu siswa mengembangkan potensi yang dimilikinya dan memecahkan masalah yang dihadapi melalui dukungan antarpribadi anggota kelompok (Gibson & Mitchell, 2008; Gladding, 2009).

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka dalam penelitian ini diharapkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dapat membantu siswa dalam meningkatkan aktualisasi dirinya.

PENELITIAN TERDAHULU

Pertama, Rizki Mutia Faradita, Yessy Elita, Rita Sinthia. (2018). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kemampuan Asertivitas Siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terhadap kemampuan asertivitas siswa. Hasil uji statistik menggunakan menunjukkan kemampuan asertivitas meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* artinya ada pengaruh yang signifikan kemampuan asertivitas siswa diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*

Kedua, Dinda Kurnia Lisdianti, Sabar Lesmana, Amir Erwin. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Gestalt Dengan Teknik Permainan Dialog Untuk Mengurangi Tingkat Keterisolasian Siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog untuk mengurangi tingkat keterisolasian siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterisolasian pada kelompok eksperimen mengalami penurunan setelah pemberian treatment permainan dialog, ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh layanan konseling kelompok Gestalt dengan teknik permainan dialog dapat menurunkan keterisolasian pada siswa

Ketiga, Badrul Kamil, Mega Aria Monica, A. Busthomi Maghrobi. (2018). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP dengan Menggunakan Teknik Assertive Training. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah layanan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan peserta didik di sekolah sebelum diberikan layanan dan sesudah diberikan layanan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Mataram, Lombok, Nusa Tenggara Barat sebanyak 50 orang yang diberikan kesempatan untuk mengisi *instrument pre-test*. Dari hasil *assessment pre-test* diambil siswa dengan tingkat kemampuan aktualisasi diri yang rendah sesuai kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti dengan menggunakan

teknik *purposive sampling*. Adapun subjek penelitian yang terpilih sebanyak 8 orang siswa dan diberikan intervensi konseling kelompok teknik *assertive training*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengembangan dari indikator aktualisasi diri. Lebih lanjut, merujuk pada pendapat Sugiyono (2018) maka instrumen ini memiliki 32 item pernyataan dan menggunakan skala Likert dengan 4 kriteria pilihan yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dari jumlah skor yang diperoleh, kemudian di kelompokkan berdasarkan kriteria pada table 1.

Tabel 1. Pengkategorian Tingkat Aktualisasi Diri Siswa

Interval	Kategori
118 – 160	Tinggi
75 – 117	Sedang
32 – 74	Rendah

Dalam penelitian ini kelompok eksperimen akan mendapatkan enam kali sesi konseling kelompok. Setiap sesi dari konseling kelompok dilakukan dengan durasi waktu selama 90 menit sesuai dengan regulasi yang berlaku di sekolah. Setelah pemberian intervensi konseling selesai, selanjutnya dilakukan *assessment post-test* untuk melihat perubahan yang terjadi pada subjek penelitian. Adapun, data yang diperoleh dari hasil *assessment* dianalisis menggunakan *t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengisian angket dari seluruh siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Mataram, maka diperoleh data berupa tingkat aktualisasi diri siswa yang masuk dalam kategori tinggi, sedang dan rendah sesuai dengan kriteria aktualisasi diri yang sudah dibuat sebelumnya. Adapun penyaji data dari hasil penyebaran angket *pre-test* siswa di SMK Negeri 2 Mataram di tuangkan dalam tabel 2.

Tabel 2. Hasil Penyebaran Angket Aktualisasi Diri (*Pre-Test*)

No	Partisipan	Katagori						Jumlah
		Tinggi 118 – 160		Sedang 75 – 117		Rendah 32 – 74		
		F	%	F	%	F	%	
1	XI 1	1	3.22 %	27	87.09 %	3	9.67 %	31
2	XI 2	0	0 %	30	93.75 %	2	6.25 %	32
3	XI 3	1	3.12 %	27	84.37 %	4	12.5 %	32
4	XI 4	0	0 %	30	96.77 %	1	3.22 %	31
5	XI 5	0	0 %	34	100 %	0	0 %	34
6	XI 6	0	0 %	26	78.78 %	7	21.21 %	33
	Jumlah	2	1.03 %	174	90.15 %	17	8.80 %	193

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa siswa yang memiliki tingkat aktualisasi diri dengan katagori “tinggi” dalam klasifikasi memiliki interval 118 – 160 adalah sebanyak 2 orang siswa atau sebesar 1,03%. Adapun yang memiliki tingkat aktualisasi diri dengan katagori “sedang” dalam klasifikasi memiliki interval 75 – 117 sebanyak 174 orang siswa atau sebesar 90,15%. Sedangkan, siswa yang memiliki tingkat aktualisasi diri dengan katagori “rendah” dalam klasifikasi memiliki interval 32 – 74 adalah sebanyak 17 orang siswa atau dapat di katakana sebesar 8,80 %. Berdasarkan teknik pengambilan sampel yang digunakan maka selanjutnya dari 17 orang siswa yang tergolong dalam kriteria memiliki aktualisasi diri rendah dipilih sebanyak 8 orang siswa dengan cara acak menggunakan undian. Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah 4 orang siswa laki-laki dan 4 orang siswa perempuan, yang selanjutnya dibentuk kelompok dan diberikan intervensi konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Lebih lanjut, agar lebih jelasnya maka hasil angket *pre-test* dan *post-test* dari subjek penelitian dituangkan pada table 3.

Tabel 3. Hasil Angket *Pre-Test* dan *Post-Test* Aktualisasi Diri Subjek Penelitian

No	Siswa	L/P	Pre-test	Kriteria	Post-test	Kriteria
1	ABH	L	74	Rendah	106	Sedang
2	IML	L	73	Rendah	110	Sedang
3	AKA	L	73	Rendah	111	Sedang
4	AAN	L	74	Rendah	114	Sedang
5	NY	P	55	Rendah	103	Sedang
6	KYMP	P	73	Rendah	110	Sedang
7	MA	P	74	Rendah	120	Sedang
8	YL	P	74	Rendah	116	Sedang
	Jumlah		570		890	

Berdasarkan data pada tabel di atas dapat dilihat siswa yang sebelumnya tergolong memiliki kriteria aktualisasi diri rendah setelah diberikan teknik *assertive training* melalui konseling kelompok selama enam kali sesi maka terjadi perubahan pada tingkat aktualisasi diri siswa menjadi katagori sedang. Perubahan tersebut terlihat dari semakin membaiknya kondisi psikologis dari siswa dengan terpenuhinya hirarki kebutuhan dan nilai-nilai di dalam menggunakan potensi dirinya sendiri untuk mencapai kesejahteraan diri.

Dalam penelitian ini, data yang diperoleh melalui hasil angket aktualisasi diri siswa dianalisis dengan menggunakan rumus statistik *t-test* menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS versi 21. Adapun sebelum data-data tersebut dianalisis terlebih dahulu dilakukan tabulasi atas jawaban tes yang sudah terkumpul. Analisis *t-test* dengan bantuan program SPSS dilakukan untuk mengetahui pengaruh teknik *assertive training* untuk meningkatkan aktualisasi diri siswa.

Dalam uji statistik *t-test* yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *t-test paired* sebagai uji komparatif karena data yang dikumpulkan adalah data dalam bentuk interval. Selain itu uji ini akan membandingkan mean atau rata-rata dua kelompok

berpasangan yang sumber datanya berasal dari subyek yang sama. Sebelum melakukan uji hipotesis dengan uji *t-test paired* terlebih dahulu yang dilakukan adalah melakukan uji normalitas. Dalam penelitian untuk melihat apakah data yang dikumpulkan berdistribusi normal atau tidak maka digunakan uji *explore*. Lebih lanjut, untuk mengetahui data berdistribusi normal maka pada tes *Kolmogorov-Smirnov* atau pada tes *Shapiro-Wilk* harus memiliki taraf signifikansi lebih besar dari 0,05 atau ($p > 0,05$). Adapun agar lebih jelasnya maka hasil uji normalitas pre-test akan dituangkan dalam table 4 dan hasil uji normalitas post-test di tuangkan pada tabel 5.

Tabel 4. Tabel Uji Normalitas *Pre-Test*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pretes	.480	8	.000	.478	8	.000

Tabel 5. Tabel Uji Normalitas *Post-Test*

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Posttes	.159	8	.200*	.982	8	.972

Berdasarkan hasil uji normalitas pada table 4 di atas maka dapat dilihat pada saat *pre-test* data yang diperoleh pada uji *Kolmogorov-Smirnov* tidak berdistribusi normal karena nilai $p < 0,05$. Sedangkan pada pada table 5 di saat melakukan *post-test* data yang diperoleh pada uji *Kolmogorov-Smirnov* berdistribusi normal karena nilai $p > 0,05$ atau taraf Sig. $0,20 > 0,05$.

Setelah melakukan uji normalitas maka selanjutnya yang dilakukan oleh peneliti adalah melakukan uji hipotesis. Adapun agar lebih jelasnya hasil dari uji hipotesis menggunakan SPSS versi 21 di sajikan dalam tabel 6.

Tabel 6. Uji Statistik Perbandingan

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretes	71.2500	8	6.58461	2.32801
	Posttes	111.2500	8	5.41822	1.91563

Berdasarkan pemaparan data pada tabel 6 di atas pada *asesment pre-test* diperoleh nilai ($M = 71.25$, $SD = 6.58$) dan *post-test* diperoleh nilai ($M = 111.25$, $SD = 5.41$). Adapun dari data tersebut dapat di lihat terjadinya peningkatan aktualisasi diri

siswa. Sedangkan untuk melihat korelasi antar sampel maka akan dipaparkan pada tabel 7.

Tabel 7. Tabel Uji Korelasi Sampel

Paired Samples Correlations		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretes & Posttes	8	.639	.088

Lebih lanjut, berdasarkan data hasil uji korelasi pada tabel 7 dapat dilihat data tersebut memiliki korelasi yang signifikan antar variabelnya, ditunjukkan dari hasil ($r = 0.63$, $p = 0.08 > 0.01$). Lebih lanjut, untuk melihat hasil uji *t-test paired* yang dapat menjawab hipotesis dalam penelitian ini akan dipaparkan pada tabel 8 berikut.

Tabel 8. Uji Berpasangan

		Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretes - Posttes	-40.00	5.20	1.84	-44.35	-35.64	-21.71	7	.00

Berdasarkan hasil uji *t-paired*, dari $N-1 = 7$ diperoleh nilai *mean* dari *gain score* yang menunjukkan adanya perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa teknik *assertive training* ($M = -40.00$, $SD = 5.20$, $p = 0.00 < 0.01$). Lebih lanjut dalam penelitian ini, teknik *assertive training* dikatakan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan aktualisasi diri siswa ($t = -21.71 > 2.36$). Dari hasil perhitungan menggunakan uji statistik dengan bantuan SPSS versi 21 maka dapat disimpulkan hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh teknik *assertive training* terhadap aktualisasi diri siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Mataram.

Adanya pengaruh konseling kelompok teknik *assertive training* terhadap peningkatan aktualisasi diri siswa disebabkan karena konseling kelompok itu sendiri dalam penerapannya memiliki keunggulan dalam mengembangkan potensi yang dimiliki siswa melalui dukungan antarpribadi dalam anggota kelompok (Kline, 2003). Lebih lanjut, proses konseling kelompok dalam penelitian ini menggunakan tahapan-tahapan seperti yang diutarakan oleh Corey (2012) di mana konseling kelompok dibagi menjadi empat tahap, yaitu: (1) tahap orientasi (*orientation stage*); (2) tahap transisi (*transition stage*); (3) tahap kerja (*working stage*); dan (4) tahap terminasi (*termination stage*).

Lebih lanjut, teknik *assertive training* yang digunakan dalam penerapan konseling kelompok ini, merupakan teknik dari pendekatan *Behavior Therapy* yang pada hakikatnya digunakan untuk memberikan instruksi verbal positif terhadap kognisi individu (Erford, 2015). Selain itu teknik *assertive training* merupakan teknik yang dapat

mengarahkan individu berfikir positif sehingga memiliki penilaian positif terhadap sesuatu hal yang akan mendorong individu untuk dapat mengoptimalkan seluruh kemampuan yang di milikinya (Kamil, Monica & Maghrobi, 2012). Di dalam penerapannya teknik *assertive training* menggunakan ungkapan verbal positif untuk mengurangi pikiran negatif dan dalam rangka untuk meningkatkan kendali diri melalui pikiran. Dalam hal ini *assertive training* merupakan sebuah latihan untuk meningkatkan kontrol diri dengan menggunakan verbalisasi diri sebagai rangsangan dan penguatan selama pemberian treatment. Adapun Mashudi (2001) mengungkapkan bahwa *assertive training* merupakan teknik yang bertujuan melatih keberanian seseorang dalam mengekspresikan tingkah laku tertentu yang diharapkan melalui bermain peran, latihan, atau meniru model-model sosial.

Melalui pemberian teknik *assertive training* individu dapat mempelajari keterampilan, konsep, sikap, yang dapat mengembangkan dan melatih kemampuan individu untuk menyampaikan secara langsung, jujur, dan terus terang tentang pikiran, perasaan, kebutuhan dengan tetap menjaga hak dan perasaan orang lain terkait cara mereka untuk dapat mengaktualisasikan dirinya Day (2008). *Assertive training* dalam penelitian ini di adopsi dari model pembelajaran terstruktur atau biasa dikenal dengan *structure learning model* yakni prosedur pelatihan yang dikembangkan berdasarkan teori belajar dan modifikasi perilaku sehingga memudahkan individu untuk menerapkan perilaku yang sesuai dengan modelnya sehingga individu dapat mengaktualisasikan dirinya.

Aktualisasi diri yang dilakukan individu dalam hal ini adalah untuk pemenuhan kepuasan diri berupa pemenuhan kebutuhan fisiologis dan kebutuhan psikologis, dimana kebutuhan fisiologis berhubungan dengan kekuatan otot dan pegindraan sedangkan kebutuhan psikologis berhubungan dengan dorongan dan motivasi yang memungkinkan individu untuk dapat meningkatkan harkat dan martabatnya sebagai manusia.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif di dalam meningkatkan aktualisasi diri siswa yang rendah. Penelitian ini, terbatas pada aktualisasi diri dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melihat aktualisasi diri dari paradigma yang berbeda. Selain itu, penelitian ini juga terbatas pada penggunaan intervensi konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dan diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan konseling individu atau konseling kelompok dengan teknik lainnya sehingga dapat memberikan warna yang berbeda dalam ranah bimbingan dan konseling. Saran ditujukan kepada bagi guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah diharapkan dapat membantu meningkatkan aktualisasi diri siswa dengan menggunakan konseling kelompok teknik *assertive training*; bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi untuk penelitian lanjutan di dalam memanfaatkan berbagai macam teknik konseling dalam berbagai setting penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol.(2008). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: Universitas Muhamadiyah Malang.
- Badrul Kamil, Mega Aria Monica, A. Busthomi Maghrobi. (2018). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP dengan Menggunakan Teknik Assertive Training. *Konseli (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 05 (1)
- Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling*. California, Monterey: Brooks/Cole Publishing Company.
- Day, (2008). *Tujuan Asertif Training*.(Online)<http://www.duniapsikologi.com>.Diakses 19 Januari 2023.
- Dinda Kurnia Lisdianti , Sabar Lesmana , Amir Erwin. (2019). Pengaruh Konseling Kelompok Gestalt Dengan Teknik Permainan Dialog Untuk Mengurangi Tingkat Keterisolasian Siswa Kelas Viii Smp Nurul Islam Jakarta. *Guidance Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol 16 (2)
- Erford, B.T. (2015). *40 techniques every counselor should know*. New York: Pearson Education, Inc.
- Feist, J., & Feist G.J. (2006). *Theories of Personality*. New York: McGraw Hill.
- Gibson, R.L., & Mitchell, M.H. (2008).*Introduction to Counseling and Guidance*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prantice-Hall.
- Gladding, S.T. (2009). *Counseling: A comprehensive profession*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Irsan, M. (2016).*Pengaruh Efikasi Diri, Aktualisasi Diri, Perhatian Orang Tua dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik SMP Se-Kecamatan Tompobulu Kabupaten Banteng*. Tesis. Makasar: Universitas Negeri Makasar.
- Kamil, B., Monica, M.A., & Maghrobi, A.B. (2012).Meningkatkan rasa percaya diri peserta didik SMP dengan menggunakan teknik assertive training.*Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*,5 (1) 23-34.
- Kline, W.B. (2003). *Interactive Group Counseling and Therapy*.Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Mashudi, F. (2012).*Psikologi Konseling*. Yogyakarta: IRCiSoD.
- Rizki Mutia Faradita, Yessy Elita, Rita Sinthia. (2018). Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Terhadap Kemampuan Asertivitas Siswa Kelas Viii 8 Smp Negeri 18 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, Vol 1 (2)
- Sikone. (2006). Menanamkan Sikap Assertive di Sekolah.(Online).<http://id.shvoong.com/social-science/1685406>. Di akses 19 Januari 2023.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.