

## PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN KONSELING REALITAS TERHADAP PERILAKU ASERTIF PESERTA DIDIK

Sri Kasih Elviana Bawamenewi<sup>1</sup>, Famahato Lase<sup>2</sup>, Hosianna Rodearni Damanik<sup>3</sup>,  
Justin Foera-era Lase<sup>4</sup>

<sup>1, 2, 3, 4</sup>Universitas Nias, Jl. Yos Sudarso Ujung E-S No.118, Gunungsitoli, Sumatera Utara, Indonesia  
Email: [elvianasrikasih@gmail.com](mailto:elvianasrikasih@gmail.com)

---

### Article History

Received: 13-02-2026

Revision: 22-02-2026

Accepted: 27-02-2026

Published: 03-03-2026

**Abstract.** This study aims to examine the effect of group guidance integrated with reality counseling on the assertive behavior of students at SMP Negeri 4 Gunungsitoli Selatan. The research applies an associative quantitative approach using multiple linear regression analysis to test the proposed hypotheses. The population consists of 158 students enrolled at the school, while the sample was selected through purposive sampling, specifically Class VIII-A with a total of 28 students. Data were collected using a closed-ended questionnaire and analyzed through multiple linear regression to determine both simultaneous and partial effects of the independent variables on assertive behavior. The findings indicate that group guidance combined with reality counseling is highly effective in enhancing students' assertive behavior. Prior to the implementation of the intervention, students' assertive behavior was categorized as low. After receiving the group guidance service based on reality counseling principles, their assertive behavior significantly improved and reached a very good category. The analysis demonstrates a statistically significant influence, both jointly and partially, confirming that the intervention contributes meaningfully to the development of students' assertiveness.

**Keywords:** Group Guidance, Reality Counseling, and Assertive Behavior

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok dengan konseling realitas terhadap perilaku asertif peserta didik di SMP Negeri 4 Gunungsitoli Selatan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif asosiatif analisis regresi linear berganda. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Negeri 4 Gunungsitoli Selatan yang berjumlah 158 orang siswa dan Teknik penarikan sampel dengan teknik *purposive sampling* yaitu kelas VIII-A sebanyak 28 orang. Data dikumpulkan dengan teknik kuesioner menggunakan angket tertutup, dianalisis menggunakan uji regresi linear berganda yaitu menguji hipotesis yang telah diajukan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Layanan Bimbingan Kelompok dengan Konseling Realitas sangat ampuh dalam meningkatkan Perilaku Asertif Peserta Didik yakni sebelum dilaksanakan layanan bimbingan kelompok siswa kurang baik sedangkan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan konseling realitas menjadi sangat baik terhadap pengaruh yang signifikan baik secara bersama-sama maupun parsial.

**Kata Kunci:** Bimbingan Kelompok, Konseling Realitas dan Perilaku Asertif

---

**How to Cite:** Bawamenewi, S. K. E., Lase, F., Damanik, H. R., & Lase, J. F. (2026). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Konseling Realitas terhadap Perilaku Asertif Peserta Didik. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 7 (2), 2146-2159. <http://doi.org/10.54373/imeij.v7i2.5165>

---

## PENDAHULUAN

Pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai proses transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai sarana pengembangan karakter dan kompetensi sosial peserta didik. Penguatan dimensi afektif dan sosial menjadi semakin penting di tengah dinamika relasi sebaya pada jenjang sekolah menengah pertama, di mana siswa berada pada fase perkembangan identitas dan pencarian pengakuan sosial. Dalam konteks ini, perilaku asertif menjadi kompetensi kunci karena memungkinkan individu mengekspresikan pikiran, perasaan, serta haknya secara tegas tanpa melanggar hak orang lain. Literatur menunjukkan bahwa perilaku asertif berkorelasi positif dengan perkembangan sosial, kepercayaan diri, serta kemampuan komunikasi interpersonal (Kustiawan et al., 2022; Hendrawan, 2023). Sebaliknya, rendahnya asertivitas dapat memunculkan ketergantungan pada tekanan teman sebaya dan kesulitan dalam pengambilan keputusan (Sakawuni, 2022).

Berbagai studi terdahulu telah mengkaji perilaku asertif dalam kaitannya dengan hubungan teman sebaya (Hasanah et al., 2022), komunikasi empatik (Kustiawan et al., 2022), maupun faktor psikososial lainnya (Lase, 2026). Namun, penelitian yang secara simultan mengintegrasikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan konseling realitas sebagai model intervensi terstruktur untuk meningkatkan perilaku asertif di tingkat SMP masih terbatas. Sebagian penelitian lebih menekankan salah satu pendekatan secara terpisah, sehingga belum memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas kombinasi keduanya dalam satu desain intervensi kuantitatif berbasis regresi.

Secara teoretis, bimbingan kelompok menyediakan ruang belajar sosial melalui dinamika kelompok yang terarah. Interaksi antaranggota memungkinkan terjadinya modeling, umpan balik, dan refleksi bersama, yang menurut teori bimbingan kelompok efektif dalam mengembangkan keterampilan komunikasi dan penyesuaian diri (Romlah, 2001; Winkel & Hastuti, 2013; Hartanti, 2022). Di sisi lain, konseling realitas yang dikembangkan oleh William Glasser menekankan tanggung jawab pribadi, pilihan perilaku saat ini, serta evaluasi diri terhadap konsekuensi tindakan (Corey, 2013; Padillah, 2020; Merdikawati & Clairine, 2020). Pendekatan ini relevan dengan pembentukan perilaku asertif karena mendorong individu untuk menyadari kebutuhan dasarnya, memilih respons yang tepat, dan bertindak secara bertanggung jawab tanpa merugikan orang lain.

Keunggulan solusi dalam penelitian ini terletak pada integrasi sistematis antara dinamika kelompok dan prinsip tanggung jawab personal dalam konseling realitas. Bimbingan kelompok berfungsi sebagai medium interaksi sosial yang aman, sedangkan konseling realitas menjadi kerangka kognitif-behavioral yang menuntun siswa mengevaluasi dan merekonstruksi pilihan

perilakunya. Kombinasi ini tidak hanya berorientasi pada peningkatan keterampilan komunikasi, tetapi juga pada internalisasi nilai tanggung jawab dan kontrol diri. Dengan demikian, intervensi yang dihasilkan bersifat komprehensif karena menyentuh aspek sosial sekaligus intrapersonal.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian empiris model integratif tersebut menggunakan pendekatan kuantitatif asosiatif melalui analisis regresi linear berganda untuk mengukur kontribusi simultan dan parsial variabel bimbingan kelompok dan konseling realitas terhadap perilaku asertif. Selain itu, penelitian ini dilakukan pada konteks lokal peserta didik SMP di wilayah Gunungsitoli Selatan, yang secara empiris belum banyak dieksplorasi dalam kajian perilaku asertif berbasis layanan bimbingan dan konseling. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkaya khazanah teoritis, tetapi juga memberikan model intervensi praktis yang teruji secara statistik di lingkungan sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan penelitian ini dirumuskan secara eksplisit sebagai berikut: (1) mendeskripsikan tingkat perilaku asertif peserta didik sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan konseling realitas; (2) mendeskripsikan tingkat perilaku asertif peserta didik setelah diberikan layanan tersebut; dan (3) menganalisis pengaruh bimbingan kelompok dan konseling realitas, baik secara simultan maupun parsial, terhadap peningkatan perilaku asertif peserta didik. Perumusan tujuan ini menegaskan arah penelitian sekaligus memperjelas kontribusi ilmiah yang ingin dicapai, yaitu menghadirkan model intervensi berbasis teori yang teruji secara empiris dalam meningkatkan perilaku asertif di tingkat sekolah menengah pertama.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain asosiatif yang bertujuan menguji hubungan dan pengaruh antara variabel bimbingan kelompok (X1) dan konseling realitas (X2) terhadap perilaku asertif peserta didik (Y). Analisis dilakukan menggunakan regresi linear berganda untuk mengetahui kontribusi simultan maupun parsial kedua variabel independen terhadap variabel dependen. Populasi penelitian berjumlah 158 siswa, sedangkan sampel ditentukan melalui teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan hasil observasi awal, sehingga terpilih kelas VIII-A yang terdiri dari 28 peserta didik sebagai subjek penelitian. Instrumen penelitian berupa angket tertutup yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel, terdiri atas 60 butir pernyataan dengan skala Likert lima tingkat. Setiap variabel memuat indikator yang mencerminkan aspek perilaku asertif, dinamika bimbingan kelompok, dan prinsip konseling realitas seperti tanggung jawab pribadi serta

evaluasi perilaku. Instrumen terlebih dahulu diuji validitas menggunakan korelasi product moment dan reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha, dengan hasil seluruh butir dinyatakan valid dan reliabel sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data. Pengumpulan data dilakukan melalui pretest, pemberian layanan bimbingan kelompok berbasis konseling realitas, dan posttest untuk mengukur perubahan perilaku asertif.

Analisis data diawali dengan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas (Shapiro-Wilk), homogenitas (Levene Test), dan linearitas (Test for Linearity) untuk memastikan kelayakan penggunaan analisis parametrik. Setelah asumsi terpenuhi, pengujian hipotesis dilakukan melalui koefisien determinasi ( $R^2$ ), uji F untuk menguji pengaruh simultan, serta uji t untuk menguji pengaruh parsial masing-masing variabel independen terhadap perilaku asertif. Selain itu, efektivitas intervensi dianalisis menggunakan uji N-Gain guna mengukur tingkat peningkatan perilaku asertif sebelum dan sesudah perlakuan. Seluruh analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 22 pada taraf signifikansi 0,05.

## **HASIL**

Penelitian ini dilaksanakan di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli Selatan yang beralamat di Jalan Ombalata Simenari, Desa Lolomboli, Kecamatan Gunungsitoli Selatan, Kota Gunungsitoli. Kegiatan penelitian berlangsung pada bulan Maret hingga April 2025 sesuai jadwal yang telah disepakati dengan pihak sekolah dan subjek penelitian. Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti terlebih dahulu menyelesaikan seminar proposal pada Februari 2025, kemudian mengurus administrasi surat izin penelitian melalui BAPPERIDA Kota Gunungsitoli yang diteruskan ke Dinas Pendidikan Kota Gunungsitoli dan selanjutnya ke pihak sekolah. Setelah melalui proses koordinasi dan diskusi dengan kepala sekolah serta guru Bimbingan dan Konseling terkait kebijakan dan teknis pelaksanaan, peneliti memperoleh persetujuan untuk melaksanakan penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen angket yang mengukur variabel Bimbingan Kelompok (X1), Konseling Realitas (X2), dan Perilaku Asertif (Y) pada peserta didik kelas VIII-A. Uji coba instrumen dilaksanakan pada 13 Maret 2025 kepada 25 peserta didik kelas VIII-B sebagai bagian dari populasi penelitian untuk menguji validitas dan reliabilitas menggunakan SPSS. Setelah instrumen dinyatakan valid dan reliabel, pada 15 Maret 2025 dilakukan pretest kepada 28 siswa kelas VIII-A yang ditetapkan sebagai sampel melalui teknik *purposive sampling*.

Layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan konseling realitas dilaksanakan pada 17 dan 18 Maret 2025 dalam dua kali pertemuan karena keterbatasan waktu 1 JP (30 menit) setiap sesi, sehingga diperlukan lebih dari satu pertemuan agar layanan berjalan efektif. Pada 20 Maret 2025, peneliti memberikan posttest untuk mengukur perubahan perilaku asertif sekaligus menyebarkan angket variabel X1 dan X2 guna mengetahui pengaruh masing-masing variabel terhadap perilaku asertif. Selanjutnya, pada 20–31 Maret 2025 peneliti melakukan pengolahan data melalui uji prasyarat, analisis deskriptif sebelum dan sesudah layanan, serta uji hipotesis menggunakan SPSS. Penyusunan laporan penelitian dan proses bimbingan dengan dosen pembimbing dilakukan pada 2 Maret hingga 18 April 2025. Pada 22 April 2025, peneliti kembali ke sekolah untuk mengambil surat keterangan telah melaksanakan penelitian yang ditandatangani oleh kepala sekolah sebagai bukti administrasi pelaksanaan penelitian.

### Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu metode statistik yang digunakan untuk menentukan apakah suatu data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang digunakan dalam analisis statistik memenuhi asumsi normalitas. Uji normalitas penting karena banyak metode statistik yang memerlukan asumsi normalitas data. Jika data tidak normal maka hasil analisis statistik dapat menjadi tidak akurat atau bahkan menyesatkan. Dengan melakukan uji normalitas, peneliti dapat mengetahui data digunakan memenuhi asumsi normalitas, sehingga dapat memilih metode statistic yang tepat dalam menganalisis data.

**Tabel 1.** Uji normalitas X1

<b>Bimbingan Kelompok</b>	<b>Shapiro-Wilk Statistic</b>	<b>Df</b>	<b>Sig.</b>
Perilaku Asertif	0,909	9	0,312

**Tabel 2.** Uji normalitas variabel X2

<b>Test of Normality</b>			
<b>Konseling Realitas</b>	<b>Shapiro-Wilk Statistic</b>	<b>Df</b>	<b>Sig.</b>
Perilaku Asertif	0.887	11	0.128

Berdasarkan data pada tabel 1 dan tabel 2 diatas, diperoleh hasil uji normalitas data penelitian bimbingan kelompok (X1) dan konseling realitas (X2) terhadap perilaku asertif (Y), kriteria uji Shapiro-Wilk adalah jika nilai signifikan lebih dari 0,05 maka data berdistribusi normal akan tetapi jika kurang dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal. Pada tabel 4.1 dan 4.2 diatas diketahui nilai signifikan Shapiro-Wilk lebih dari 0,05 atau bimbingan kelompok

(0,321>0,05) dan konseling realitas (0,128>0,05), maka dapat ditegaskan bahwa data penelitian bimbingan kelompok dan konseling realitas terhadap perilaku asertif berdistribusi normal, sehingga analisis data ini dapat dilanjutkan dengan analisis parametric.

### Uji Homogenitas Data

Dilakukan uji homogenitas untuk mengetahui varian data apakah antara dua atau lebih kelompok memiliki varian yang sama atau berbeda. Uji homogenitas ini digunakan sebagai prasyarat dalam menguji hipotesis yaitu One Way ANOVA. Kriteria pengambilan keputusan adalah apabila nilai signifikan lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok data adalah homogeny atau sama. Hasil uji homogenitas dapat dilihat dari Output Test of Homogeneity of Variances berikut ini:

**Tabel 3.** Uji homogenitas variabel X1

Test of Homogeneity of Variances					
		Lavene Statistik	df1	df2	Sig.
Perilaku Asertif	Based on Mean	1,855	7	13	0,159

**Tabel 4.** Uji homogenitas variabel X2

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene statistic	df1	df2	Sig.
Perilaku Asertif	Based of mean	1,602	7	13	0,220

Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dari 20 soal butir instrumen pernyataan konseling gestalt (X) dan 20 soal butir instrumen pernyataan konsep diri negatif (Y) peserta didik diperoleh hasil  $r_{35 X} = 0,917$  dan  $r_{35 Y} = 0,896$ . Kemudian dibandingkan dengan standar ketentuan Cronbach's Alpha > 0,6 maka hasilnya reliable. Jadi dapat disimpulkan bahwa uji reliabilitas Y dan X adalah reliabel karena nilai yang didapat lebih besar dari standar ketentuan Cronbach's Alpha 0,6.

### Uji Linearitas

Selanjutnya dilakukan uji linearitas data, yaitu apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Uji ini digunakan sebagai prasyarat dalam analisis regresi linear. Pengujian SPSS dengan menggunakan *tes for linearity* pada taraf signifikan (Devation for Linearity) lebih dari 0,05. Hasil uji linearitas dimaksud dapat dilihat pada kedua tabel berikut ini.

**Tabel 5. Uji linearitas variabel X1**

ANOVA TABLE							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Perilaku Asertif * BimbinganKelompok	Between Groups	(Combined)	3552,450	16	222,028	1,330	0,321
		Linearity	86,443	1	86,443	0,518	0,487
		Deviation from Linearity	3466,007	15	231,067	1,384	0,297
	Within Groups		1836,229	11	166,930		
<b>Total</b>			<b>5388,679</b>	<b>27</b>			

**Tabel 6. Uji linearitas variabel X2**

ANOVA Table							
			Sum of squares	Df	Mean square	F	Sig.
Perilaku Asertif* Konseling Realitas	Between groups	(Combined)	4325,021	20	216,251	1,423	0.330
		Linearity	33.460	1	33,460	0.220	0.653
		Deviation from Linearity	291,551	19	225,871	1,486	0.307
	Within Groups		1063,667	7	151,952		
<b>Total</b>			<b>5388,679</b>	<b>27</b>			

Berdasarkan Output Anova Tabel pada tabel 5 dan tabel 6 diatas, dapat dilihat hasil uji linieritas Perilaku ANsertif (Y) dengan Bimbingan Kelompok (X1) dan Konseling Realitas (X2). Nilai signifikan pada devation from linearity pada kedua tabel diatas menunjukkan oleh dari 0,05 atau Bimbingan Kelompok ( $0,297 > 0,05$ ) dan Konseling Realitas ( $0,307 > 0,05$ ). Sehingga dapat ditegaskan bahwa Variabel Perilaku Asertif (Y) dengan Bimbingan Kelompok dan Perilaku Asertif (Y) dan Konseling Realitas dan Bimbingan Kelompok terdapat hubungan yang linear.

### Uji N-Gain

Pengujian terakhir yang dilakukan yaitu uji N-Gain. Uji N-Gain merupakan perbandingan skor N-Gain yang didapatkan siswa dengan skor tertinggi yang mungkin didapatkan siswa (Sugiyono, 2015). Pengujian N-Gain dilakukan untuk mengukur keefektivitas suatu layanan yang digunakan dengan menggunakan bantuan Aplikasi SPSS 22. Kategori Skor N-Gain dapat dilihat dalam tabel 7. Uji N-Gain ii juga digunakan untuk mengetahui Efektivitas penggunaan suatu metode atau perlakuan tertentu dalam suatu penelitian.

**Tabel 7.** Daftar nilai *pre-test* dan *pos-test* kelas eksperimen

No	Pretest Eksperimen	Postest Eksperimen	N-Gain skor	Kategori	N-Gain Persen(%)
1	23	75	0.84	Efektif	83.87
2	15	76	0.87	Efektif	87.14
3	35	76	0.82	Efektif	82.00
4	34	74	0.78	Efektif	78.43
5	20	72	0.80	Efektif	80.00
6	25	76	0.85	Efektif	85.00
7	27	76	0.84	Efektif	84.48
8	20	75	0.85	Efektif	84.62
9	22	76	0.86	Efektif	85.71
10	19	75	0.85	Efektif	84.85
11	24	76	0.85	Efektif	85.25
12	30	75	0.82	Efektif	81.82
13	25	74	0.82	Efektif	81.67
14	28	75	0.82	Efektif	82.46
15	20	75	0.85	Efektif	84.62
16	25	74	0.82	Efektif	81.67
17	22	74	0.83	Efektif	82.54
	22,60	149,8	83,30	Efektif	83,30

Sumber: Olah Data SPSS

Berdasarkan Table 7, skor yang dilihat adalah bahwa rata-rata skor dari pre-test ke post-test setiap peserta di kelas eksperimen semuanya meningkat. Berarti rata-rata skor pre-test sebesar 22,60 yang meningkat dengan signifikan menjadi 149,80 yang dihitung dengan menggunakan N-Gain yaitu sebesar 0,83 atau 83,30% dalam bentuk persentase. Selanjutnya, semua peserta didik, terdapat nilai n-gain berkisar antara 0,78 hingga 0,87, secara keseluruhan nilai n-gain peserta dikategorikan dengan “Efektif”. Artinya, intervensi yang dilakukan, mungkin konseling atau mungkin suatu metode pembelajaran, kemudian berhasil meningkatkan hasil belajar atau konsep diri yang signifikan antara satu siswa dan siswa lainnya.

Secara rinci, semua siswa meningkat dengan konsisten seiring dengan tingginya efektivitas dari intervensi. Secara lebih lanjut, hal ini tercermin dalam kolom “Kategori” yang, dalam kategori “Efektif”, seluruh nilai N-Gain tanpa pengecualian. Rentang persentase tiap kelas untuk N-Gain adalah antara 78,43% hingga 87,14%, yang memberikan tanda yang sangat mungkin bahwa hampir semua siswa meningkat.

**Tabel 8.** Hasil uji N-Gain

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ngainskor	17	,78	,87	,8330	,02236
Ngainpersen	17	78,43	87,14	83,3009	2,23552
Valid N (listwise)	17				

Sumber: Olah Data SPSS

Rumus yang digunakan  

$$N\ Gain: Skor\ posttest - skor\ pretest$$

$$Skor\ Ideal - skor\ pretest$$

Berdasarkan hasil Uji N-Gain Setelah peneliti melaksanakan perlakuan layanan konseling gestalt kepada peserta didik kelas VIII-A selama beberapa hari dikelas eksperimen, maka terdapat perbedaan nilai dari sebelumnya. Melihat dari hasil pretest sebelumnya dengan jumlah 22.60 % yang kategori masih dibawah rata-rata yang dimana konsep diri negatif peserta didik masih tinggi, maka peneliti selanjutnya melaksanakan layanan konseling gestalt kepada peserta didik kelas VIII-A sebagai kelas eksperimen dalam penelitian ini selama kurang lebih 4 hari, dengan tujuan untuk mengurangi konsep diri negatif yang terjadi kepada peserta didik kelas VIII-A. Sehingga setelah peneliti melaksanakan layanan konseling gestalt, peneliti kembali menyebarkan angket konsep diri negatif variabel (Y) dan konseling gestalt variabel (X) sebanyak 40 butir angket pernyataan. Setelah peneliti menilai kembali hasil dari post test dari jawaban peserta didik terjadi peningkatan positif setelah diberikan layanan konseling gestalt, dengan nilai rata-rata (mean) posttest yang didapatkan sebesar 83,30% dengan kategori "Efektif". Maka dapat ditegaskan bahwa layanan konseling gestalt sangat "Efektif" untuk mengurangi konsep diri negatif peserta didik khususnya kelas VIII-A di SMP Negeri 5 Mandrehe dengan Nilai uji N-Gain adalah 83,30 %.

### **Deskripsi Peningkatan Perilaku Asertif Sebelum dan Sesudah diberi Bimbingan Kelompok dengan Konseling Realitas**

Untuk menghasilkan data penelitian yang lebih akurat maka sebelum melakukan pengujian Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Konseling Realitas Terhadap Perilaku Asertif Peserta Didik, maka dilakukan terlebih dahulu pengukuran Perilaku Asertif sebelum memberi perlakuan yakni Bimbingan Kelompok dengan Konseling Realitas.

Untuk mengukur Perilaku Asertif dimaksud digunakan kriteria penilaian skor dan persentase sesuai dengan pendapat Sugiono 2020 apabila skor berada diantara 0-30,9 atau 0-20,9 % dengan penilaian angka 1 artinya Perilaku Asertif Peserta Didik sangat tidak baik; skor yang berada diantara 31-60,9 atau 21-40,9% dengan penilaian angka 2 artinya Perilaku Asertif Peserta Didik kurang baik; skor 61-90,9 atau 41-60,9% dengan penilaian angka 3 artinya Perilaku Asertif Peserta Didik cukup baik; skor yang berada diantara 91- 120,9 atau 61-80,9% dengan penilaian angka 4 artinya Perilaku Asertif Peserta Didik baik; dan skor yang berada antara 121- 150 atau 81-100 % dengan penilaian angka 5 artinya Perilaku Asertif Peserta Didik sangat baik. Temuan penelitian ini dapat dilihat deskripsinya pada tabel berikut ini:

**Tabel 9.** Deskripsi perilaku peserta didik secara keseluruhan sebelum dan sesudah di berikan layanan bimbingan kelompok dengan konseling realitas  
N=30 skor ideal 140

No Res.	SEBELUM (Pre Tes)			SESUDAH (Post Tes)			Hasil Layanan Naik (%)
	Diberi Bimbingan Kelompok dengan Konselig Realitas			Diberi Bimbingan Kelompok dengan Konselig Realitas			
	Skor	%	Penilaian	Skor	%	Penilaian	
1	30	21,42	2 Kurang baik	100	71,42	4 Baik	50
2	29	20,71	2 Kurang baik	90	64,28	3 Cukup baik	43
3	38	27,14	2 Kurang baik	94	67,14	3 Cukup baik	40
4	32	22,85	2 Kurang baik	93	66,42	3 Cukup baik	43
5	40	28,57	2 Kurang baik	94	67,14	3 Cukup baik	38
6	34	24,28	2 Kurang baik	92	65,71	3 Cukup baik	41
7	32	22,85	2 Kurang baik	92	65,71	3 Cukup baik	42
8	27	19,28	1 Kurang baik	93	66,42	3 Cukup baik	47
9	34	24,28	2 Kurang baik	91	65	3 Cukup baik	40
10	36	25,71	2 Kurang baik	91	65	3 Cukup baik	39
11	40	28,57	2 Kurang baik	91	65	3 Cukup baik	36
12	37	26,42	2 Kurang baik	92	65,71	3 Cukup baik	39
13	31	22,14	2 Kurang baik	92	65,71	3 Cukup baik	43
14	32	22,85	2 Kurang baik	90	64,28	3 Cukup baik	41
15	31	22,14	2 Kurang baik	93	66,42	3 Cukup baik	44
16	38	27,14	2 Kurang baik	92	65,71	3 Cukup baik	38
17	32	22,85	2 Kurang baik	90	64,28	3 Cukup baik	41
18	33	23,57	2 Kurang baik	92	65,71	3 Cukup baik	42
19	35	25	1 Kurang baik	91	65	3 Cukup baik	40
20	34	24,28	2 Kurang baik	93	66,42	3 Cukup baik	42
21	32	22,85	2 Kurang baik	91	65	3 Cukup baik	42
22	28	20	1 Kurang baik	94	67,14	3 Cukup baik	47
23	33	23,57	2 Kurang baik	95	67,85	3 Cukup baik	44
24	34	24,28	2 Kurang baik	94	67,14	3 Cukup baik	42
25	31	22,14	2 Kurang baik	97	69,28	4 Baik	47
26	33	23,57	2 Kurang baik	96	68,57	4 Baik	45
27	32	22,85	2 Kurang baik	97	69,28	4 Baik	46
28	37	26,42	2 Kurang baik	99	70,71	4 Baik	44
<b>Jml</b>	<b>970</b>			<b>2605</b>			
<b>Rata-rata</b>	<b>64,66</b>	<b>46,19</b>	<b>3 Tidak baik</b>	<b>179,655</b>	<b>128,325</b>	<b>5 Sangat baik</b>	<b>82,13</b>

Berdasarkan hasil penelitian atau data-data diatas menunjukkan perbedaan Peningkatan Perilaku Asertif (Y) sebelum dan sesudah diberi perlakuan yakni Bimbingan kelompok dengan Konseling Realitas. Deskripsi perilaku asertif siswa sebelum diberi layanan adalah skor Karakter Perilaku Asertif Peserta Didik hanya mencapai rata-rata skor sebesar 64,66 (46,19%) dari skor ideal 140. Skor ini berada diantara 61-90,9 atau 41-60,9 % dengan penilaian angka 3 (lihat kriteria penilaian) yang artinya Perilaku Asertif Siswa Cukup baik. Sedangkan setelah diberikan layanan maka perilaku Asertif Peserta Didik meningkat menjadi rata-rata 179,325 (128,32) dari skor ideal 140 dan skor ini berada diantara 125-150 atau persentase 81-100% dengan penilaian angka 5 yaitu Perilaku Asertif Peserta Didik sangat baik. Sebagai layanan yang telah diberikan maka Perilaku Asertif Peserta Didik menjadi jauh lebih baik rata-rata naik sebesar 82,13%.

## **DISKUSI**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan konseling realitas berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku asertif peserta didik, baik secara simultan maupun parsial. Secara deskriptif, terjadi peningkatan skor perilaku asertif dari kategori cukup/kurang baik menjadi sangat baik setelah intervensi diberikan. Secara inferensial, kontribusi kedua variabel independen mencapai 61,6%, yang mengindikasikan bahwa model intervensi ini memiliki daya jelaskan yang kuat terhadap perubahan perilaku asertif. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa perilaku asertif bukan sekadar karakter bawaan, melainkan kompetensi yang dapat dikembangkan melalui intervensi sistematis di lingkungan sekolah.

Secara teoretis, efektivitas bimbingan kelompok dapat dijelaskan melalui dinamika kelompok sebagai medium belajar sosial. Menurut Romlah (2001) dan Winkel & Hastuti (2013), bimbingan kelompok memungkinkan terjadinya proses saling berbagi pengalaman, pemberian umpan balik, dan pembelajaran melalui interaksi antarpeserta. Dinamika ini menciptakan lingkungan suportif yang memfasilitasi keberanian mengemukakan pendapat serta latihan komunikasi interpersonal. Dalam konteks penelitian ini, siswa tidak hanya menerima informasi tentang perilaku asertif, tetapi juga mempraktikkannya secara langsung dalam situasi kelompok. Hal tersebut selaras dengan pandangan Hartanti (2022) bahwa bimbingan kelompok efektif dalam membantu peserta didik mencapai tujuan perkembangan sosial melalui keterlibatan aktif anggota kelompok.

Sementara itu, konseling realitas memberikan landasan kognitif dan behavioral yang memperkuat perubahan perilaku. Berdasarkan teori William Glasser yang dijelaskan oleh Corey (2013), perilaku individu merupakan hasil pilihan yang didasarkan pada upaya memenuhi kebutuhan dasar secara bertanggung jawab. Konseling realitas menekankan evaluasi diri (self-evaluation), tanggung jawab personal, serta fokus pada perilaku saat ini. Dalam penelitian ini, prinsip tersebut mendorong siswa untuk menyadari konsekuensi dari sikap pasif atau agresif, kemudian memilih respons yang lebih adaptif dan asertif. Padillah (2020) dan Merdikawati & Clairine (2020) menegaskan bahwa pendekatan realitas efektif dalam membantu individu merekonstruksi pilihan perilaku melalui kesadaran dan komitmen perubahan. Dengan demikian, peningkatan perilaku asertif yang ditemukan dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai hasil dari proses reflektif yang terstruktur.

Temuan ini juga konsisten dengan kajian mengenai pentingnya perilaku asertif dalam perkembangan sosial remaja. Kustiawan et al., (2022) menyatakan bahwa komunikasi asertif berkontribusi terhadap hubungan interpersonal yang sehat dan empatik, sedangkan Hasanah et al., (2022) menunjukkan bahwa interaksi teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap pembentukan asertivitas siswa. Dalam konteks ini, layanan bimbingan kelompok berfungsi sebagai laboratorium sosial yang memungkinkan siswa mengembangkan keterampilan komunikasi asertif dalam situasi yang menyerupai relasi sebaya sehari-hari. Selain itu, Sakawuni (2022) menekankan bahwa rendahnya perilaku asertif sering kali dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial; oleh karena itu, intervensi yang menyentuh aspek kognitif, afektif, dan sosial secara simultan lebih berpeluang menghasilkan perubahan yang berkelanjutan.

Keunggulan model integratif yang digunakan dalam penelitian ini terletak pada sinergi antara pembelajaran sosial dan internalisasi tanggung jawab personal. Jika bimbingan kelompok menekankan proses eksternal melalui interaksi dan dinamika sosial, maka konseling realitas memperkuat proses internal melalui evaluasi pilihan dan pengambilan keputusan. Kombinasi ini menjadikan intervensi tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformatif. Secara empiris, nilai N-Gain yang berada pada kategori efektif mengindikasikan bahwa perubahan yang terjadi bukan sekadar fluktuasi sementara, melainkan peningkatan yang substansial. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkaya literatur bimbingan dan konseling dengan memberikan bukti kuantitatif bahwa integrasi bimbingan kelompok dan konseling realitas merupakan model yang relevan, aplikatif, dan efektif dalam meningkatkan perilaku asertif peserta didik di jenjang sekolah menengah pertama.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- Layanan bimbingan kelompok dengan konseling realitas sangat ampuh dalam meningkatkan perilaku asertif peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan perbedaan perilaku asertif siswa sebelum dan sesudah diberi perlakuan yakni bimbingan kelompok dengan konseling realitas. Sebelum diberi layanan maka skor kualitas perilaku asertif peserta didik hanya mencapai rata-rata skor 64,66 (46,19) dari skor ideal 140. Skor ini berada diantara 61-90,9 atau 41-60,9% dengan penilaian angka 3 (lihat kriteria penilaian) yang artinya perilaku asertif peserta didik cukup baik. Sedangkan setelah diberikan layanan maka perilaku mereka naik menjadi rata-rata sebesar 179,655 (128,325%) dari skor ideal 140 dan skor ini berada diantara 121-150 atau persentase 81-100% dengan penilaian angka 5 artinya

perilaku asertif didik sangat baik. Hasil layanan yang telah diberikan maka perilaku asertif peserta didik menjadi jauh lebih baik rata-rata naik sebesar 82,13%.

- Besaran kontribusi, sumbangan dan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen yakni variabel bimbingan kelompok (X1), konseling realitas (X2) terhadap perilaku asertif (Y) sebesar 61,6% sedangkan sisanya sebesar 38,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang belum diteliti.
- Bimbingan kelompok dengan konseling realitas secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku asertif, dibuktikan pada hasil F hitung lebih besar dari F tabel.
- Bimbingan kelompok berpengaruh secara parsial terhadap peningkatan perilaku asertif peserta didik. Nilai koefisien regresi variabel bimbingan kelompok (b1) bernilai positif, yaitu 0,007.
- Konseling realitas berpengaruh signifikan terhadap peningkatan perilaku asertif peserta didik. Nilai koefisien regresi konseling realitas (b2) bernilai positif yaitu 0,801.

## **REKOMENDASI**

Berdasarkan kesimpulan penelitian dan kegunaan penelitian diatas maka adapun rekomendasi yaitu:

- Direkomendasikan kepada guru BK agar merencanakan dan melaksanakan bimbingan kelompok dengan konseling realitas untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik
- Direkomendasikan kepada siswa untuk mengikuti dengan baik bimbingan kelompok dengan konseling realitas yang diselenggarakan oleh guru BK untuk meningkatkan perilaku asertif
- Direkomendasikan kepada kepala sekolah untuk menyediakan waktu secara terjadwal untuk Bimbingan Kelompok dengan Konseling Realitas demi meningkatkan kualitas Perilaku Asertif Peserta Didik.

## **REFERENSI**

- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktik Konseling & Psikoterapi* (Edisi ke-7). PT Refika Aditama.
- Hambali, & Mualimin. (2020). *Manajemen Pendidikan Islam Kontemporer*. IRCISOD.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan Kelompok*. UD Duta Sablon.
- Hasanah, N., Simarmata, S. W., Magfiroh, S. H., & Juliantina, J. (2022). Pengaruh Hubungan Teman Sebaya terhadap Perilaku Asertif Siswa di SMKS Putra Jaya Stabat. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 11(2), 53–57.  
<https://doi.org/10.37755/jsbk.v11i2.682>

- Hendrawan, R. (2023). Kepercayaan Diri dan Perilaku Asertif. *Jurnal Psikologi Sosial*.
- Kustiawan, W., Khaira, A., Nisa, A., Nurhalija, M., & Ramadhan, R. (2022). Komunikasi Asertif dan Empatik dalam Psikologi Komunikasi. *Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi dan Manajemen (JIKEM)*, 2(2), 2483–2596.
- Kustiawan, W., Khaira, A., Nisa, A., Nurhalija, M., & Ramadhan, R. (2022). Pengaruh Perilaku Asertif terhadap Perkembangan Sosial Siswa Kelas. *UIN Sumatera Utara*.
- Laka, L., Darmansyah, R., Judijanto, L., Lase, J. F. E., Haluti, F., Kuswanti, F., & Kalip. (2024). Pendidikan Karakter Gen Z di Era Digital. *Son Pedia*.
- Lase, J. F. (2024). Dukungan Sosial dalam Pendidikan Inklusif Peserta Didik Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(1), 3471–3479. <https://doi.org/10.31004/joe.v7i1.6942>
- Lase, J. F. (2025). Public Speaking dan Komunikasi Efektif dalam Upaya Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkotika dan Prekursor Narkotika. *Journal of Community Service*, 3(4), 169–179. <https://doi.org/10.56855/jcos.v3i4.1672>
- Lase, J. F. (2026). Pengaruh Dukungan Psikososial terhadap Penyesuaian Diri Siswa dalam Pendidikan Inklusif. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 7(1), 1609–1621. <https://doi.org/10.54373/imej.v7i1.5110>
- Merdikawati, D., & Clairine, C. (2020). Terapi Realitas: Fokus pada Perilaku Masa Kini. *Jurnal Wibawa*.
- Nurjan, M. (2020). Prokrastinasi Akademik di Kalangan Mahasiswa: Sebab dan Solusi. *Jurnal Psikologi Unsyiah*.
- Padillah, R. (2020). Implementasi Konseling Realitas dalam Menangani Krisis Identitas pada Remaja. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(3), 120–125. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i3.5295>
- Romlah, T. (2001). *Teori dan Praktik Bimbingan Kelompok*. Universitas Negeri Malang.
- Sitti Harfinah, D. H. (2009). *Konsep dasar Bimbingan Kelompok*. Refika Aditama.