

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
*ASSERTIVE TRAINING* DALAM MENINGKATKAN *SELF  
ESTEEM* PESERTA DIDIK SMA NEGERI 2 SUNGAI SELAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh Gelar  
Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

**Oleh :**

**Dila Febrianti**

**NIM : 2015015**

**Fakultas: Tarbiyah**

**Program Studi: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Kepada:**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**

**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK**

**BANGKA BELITUNG**

**2023**



**KEMENTERIAN AGAMA RI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG  
FAKULTAS TARBİYAH  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**

Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-mail: [humas@iainsabel.ac.id](mailto:humas@iainsabel.ac.id) Website: [www.iainsabel.ac.id](http://www.iainsabel.ac.id) Kode Pos: 33173

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI**

**Nomor : B-03/BKPI/5.5/PP.00.9/01/2024**

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Dila Febrianti  
NIM : 2015015  
Program : Strata 1  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Assertve Training Dalam Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik SMA N 2 Sungaiselan.

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 12 Januari 2024  
Ka.Program Studi BKPI

Dr. Nikmahjajal, M.Pd  
NIP. 198611282018011001

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dila Febrianti

NIM : 2015015

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan” ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 4 Desember 2023

Yang menyatakan



Dila Febrianti  
NIM. 2015015



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH**  
**Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung**  
**BANGKA 33173**

**NOTA DINAS PEMBIMBING**

Hal: Skripsi Saudari Dila Febrianti

Kepada Yth,  
**Dekan Fakultas Tarbiyah**  
**IAIN SAS BABEL**

di-  
tempat

*Assalamu'alaikum Wr,Wb*

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Dila Febrianti  
NIM : 2015015  
Fakultas : Tarbiyah  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqsyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini dibuat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr,Wb.*

Bangka, 4 Desember 2023

Pembimbing I

Dr. Nikmarjial, M.Pd  
NIP. 198611282018011001

Pembimbing II

Komariah, S.Psi., M.Pd  
NIP. 199105212020122026



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
**FAKULTAS TARBİYAH**

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
BANGKA 33173

---

**NOTA DINAS KONSULTAN**

Hal: Skripsi Saudari Dila Febrianti

Kepada Yth,  
**Dekan Fakultas Tarbiyah**  
**IAIN SAS BABEL**  
di-

tempat

*Assalamu'alaikum Wr,Wb*

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Dila Febrianti  
NIM : 2015015  
Fakultas : Tarbiyah  
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Judul : Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan

Telah layak diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian dan harap maklum. Atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr,Wb.*

Bangka, 6 Februari 2024

Konsultan I

Dr. Subri, M.S.I.  
NIP. 197403022006041001

Konsultan II

Zainudin, M.A  
NIDN. 2010089301





**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG**  
**FAKULTAS TARBIYAH**  
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung  
E-Mail: [humas@iainsasabel.ac.id](mailto:humas@iainsasabel.ac.id), Website: [www.iainsasabel.ac.id](http://www.iainsasabel.ac.id)  
BANGKA 33173

### PENGESAHAN

Nomor: 018.B9/FT/PP.00.9/02/2024

Skripsi dengan judul: Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Dila Febrianti  
NIM : 2015015  
Fakultas : Tarbiyah  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

telah dimunaqasyahkan pada hari: Kamis, tanggal 01 Februari 2024 dengan nilai A (92.90), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

### DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I,

Dr. Nikmarjijal, M.Pd  
NIP. 19861128 201801 1 001

Penguji I,

Dr. Subri, M.S.I  
NIP. 19740302 200604 1 001

Ketua Panitia

Dr. Nikmarjijal, M.Pd  
NIP. 19861128 201801 1 001

Pembimbing II,

Komariah, S.Psi. M.Pd  
NIP. 19910521 202012 2 026

Penguji II,

Zainudin, M.A  
NIDN. 2010089301



Bangka, 22 Februari 2024  
Dekan Fakultas Tarbiyah,  
Dr. Hj. Soleha, M.A  
NIP. 19750527 200501 2 008

## HALAMAN MOTTO

“Pendidikan setingkat dengan olahraga di mana memungkinkan setiap orang  
untuk bersaing “

**(Joyce Meyer)**

“Pendidikan bukanlah proses mengisi wadah yang kosong. Pendidikan adalah  
proses menyalakan api pikiran “

**(B. Yeats)**

“Kuliah bukan mi instan yang bisa diraih dalam waktu singkat”

“Meski tak meraih yang diharapkan, setidaknya perasaan akan puas bila sudah  
pernah mencobanya. Jadi, berusahalah!”

## PERSEMBAHAN

Semua yang telah ku raih tak lepas dari rasa syukur kepada Allah SWT. atas segala pertolongan dan karunia yang tiada hentinya memberikan kekuatan dan kesabaran dalam diri ini sehingga bisa menyelesaikan sebuah karya tulis skripsi dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Assertive Training* Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan” yang merupakan wujud tanggung jawab dan perjuangan diri dalam setiap titik kehidupan ini, yang meyakinkanku bahwa semua yang ku raih adalah bagian dari doa tulus orang-orang terkasih yang selalu menyayangiku, mencintaiku dan mendukungku. Dengan segala kerendahan hati, serta penuh cinta dan kasih sayang, karya sederhana ini ku persembahkan untuk :

Kedua orangtua ku tercinta, Bapak Abdullah Adari dan Ibu Suryani, yang selalu mendukung dan mendo’akan setiap langkahku, senantiasa bersabar menanti keberhasilanku. Semua yang ku lakukan hanya untuk membuat bapak dan ibu tersenyum bahagia, terimakasih untuk semua do’a, cucuran keringat dan air mata, pengorbanan, perjuangan, dan limpahan cinta kasih yang menjadi nafas kehidupanku serta mengiringi setiap langkahku.

Kepada Adikku tersayang Gio Vanni, terima kasih telah menjadi penyemangat dalam mengerjakan skripsi ini dan semoga kita menjadi anak yang membanggakan kedua orang tua.

Kepada Almamaterku kampus hijau IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, terima kasih telah menjadi tempat untuk diriku melanjutkan pendidikan atas segala ilmu pengetahuan, pengalaman, dan menemukan keluarga baru yang memberikan banyak pelajaran hidup dalam proses pendewasaan.



## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan kita Rasulullah SAW beserta keluarga, sahabat dan pengikutnya hingga akhir zaman yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah ke zaman yang terang menderang dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang begitu pesat.

Skripsi ini merupakan kajian singkat tentang efektivitas konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik SMA Negeri 2 Sungaiselan. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Kedua orang tuaku yang telah memberikan dukungan, do'a dan motivasi baik secara moril maupun materil selama masa studi. Terima kasih atas dukungan dan kepercayaan penuh terhadap saya sebagai anak perempuan pertama dalam keluarga. Semoga gelar sarjana ini menjadi gelar pertama yang dirasakan baik untuk diri sendiri maupun kedua orang tua saya, sehingga bisa bermanfaat bagi diri saya, adik saya, keluarga dan orang lain.
2. Serta terima kasih sebanyak-banyaknya untuk diri sendiri yang sudah mau bertahan dalam menikmati proses pejuang skripsi. Telah melalui berbagai macam hambatan baik dalam proses pengerjaan, revisi, dan proses spiritual saya dalam bekerja keras menyelesaikannya. Terima kasih selalu berpikir positif ketika keadaan sempat tidak berpihak, selalu berusaha mempercayai diri sendiri hingga akhirnya mampu membuktikan saya bisa mengandalkan diri sendiri. Semoga skripsi ini menjadi karya terbaik saya dan memotivasi saya untuk lebih giat lagi dalam belajar.
3. Bapak Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Ibu Dr. Sholeha, M.A, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
5. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd, selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Sekaligus Pembimbing I, terima kasih atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan dan sarannya..
6. Ibu Komariah, S.Psi., M.Pd, selaku Penasehat Akademik. Sekaligus Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta memberikan waktu untuk melaksanakan bimbingan kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah banyak memberi pengetahuan dan pengalaman kepada penulis dalam

menyelesaikan pendidikan dalam ilmu pendidikan bimbingan konseling ini dengan baik.

8. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
9. Kepala sekolah, seluruh guru dan para staf pegawai di SMA Negeri 2 Sungaiselan.
10. Ibu Rofiyanti Nur Rokhmah, S.Psi, selaku guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMA Negeri 2 Sungaiselan yang telah berkenan mengarahkan dan memberi kemudahan serta membantu dalam penelitian.
11. Peserta didik SMA Negeri 2 Sungaiselan yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian saya.
12. Himpunan Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (HIMA BKPI) Fakultas Tarbiyah dan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) PIK-R Mutiara IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang telah menjadi wadah untuk berproses dalam mengembangkan kemampuan diri saya.
13. Teman-teman BKPI A 2020 yang senantiasa memberikan dukungan untuk terus berjuang dalam perkuliahan dari sejak awal sampai akhir, terkhusus Ayu Andira dan Nurul Wasilah.
14. Teman-teman PPLK SMP Negeri 2 Koba dan KKN Desa Lassar Belitung.
15. Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini.

Teriring doa semoga bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini mendapatkan imbalan pahala dan ridho dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat bagi yang membacanya. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

*Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Bangka, 4 Desember 2023

Penulis



Dila Febrianti  
NIM. 2015015

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING .....	iii
NOTA DINAS KONSULTAN .....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
ABSTRAK .....	xv
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Kegunaan Penelitian.....	10
E. Telaah Pustaka .....	10
<b>BAB II    LANDASAN TEORI</b>	
A. Konseling Kelompok .....	15
1. Pengertian Konseling Kelompok .....	15
2. Tujuan Konseling Kelompok .....	17
3. Struktur dalam Konseling Kelompok.....	17
4. Tahapan Konseling Kelompok.....	18
B. Teknik <i>Assertive Training</i> .....	20
1. Pengertian <i>Assertive Training</i> .....	20
2. Tujuan <i>Assertive Training</i> .....	22
3. Prosedur atau Tahapan <i>Assertive Training</i> .....	23

C. <i>Self Esteem</i> .....	24
1. Pengertian <i>Self Esteem</i> .....	24
2. Aspek dan Indikator <i>Self Esteem</i> .....	27
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Esteem</i> .....	29
D. Konseling Kelompok Teknik <i>Assertive Training</i> untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> .....	31
E. Hipotesis.....	32

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
C. Definisi Operasional Variabel.....	37
D. Waktu dan Tempat Penelitian .....	38
E. Populasi dan Sampel Penelitian .....	38
1. Populasi .....	38
2. Sampel.....	39
F. Teknik Pengumpulan Data .....	41
1. Observasi.....	41
2. Dokumentasi .....	42
3. Kuisisioner .....	42
G. Instrumen Penelitian.....	43
H. Teknik Analisis Data.....	44
1. Uji Normalitas.....	45
2. Uji Homogenitas .....	45
3. Uji Hipotesisi .....	45

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian .....	47
1. Gambaran Umum Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> .....	47
2. Gambaran <i>Self Esteem</i> Peserta Didik kelas X SMA Negeri 2 Sungaiselan .....	48
3. Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> .....	54
B. Pembahasan.....	66

### BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan .....	72
B. Saran .....	72

DAFTAR PUSTAKA .....	74
----------------------	----

### LAMPIRAN-LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel III. 2 Data Populasi Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan .....	39
Tabel III. 3 Skor Jawaban Penelitian <i>Self Esteem</i> .....	43
Tabel III. 4 <i>Blueprint</i> Kuisisioner <i>Self Esteem</i> .....	44
Tabel IV. 1 Klasifikasi Skor <i>Self-Esteem</i> Secara Keseluruhan.....	49
Tabel IV. 2 Klasifikasi Skor <i>Self-Esteem</i> Sub <i>General Self Esteem</i> .....	49
Tabel IV. 3 Klasifikasi Skor <i>Self-Esteem</i> Sub <i>Social Self Esteem</i> .....	49
Tabel IV. 4 Klasifikasi Skor <i>Self-Esteem</i> Sub <i>Personal Self Esteem</i> .....	49
Tabel IV. 5 Gambaran <i>Self Esteem</i> Peserta Didik SMA Negeri 2 Sungaiselan Secara Keseluruhan.....	50
Tabel IV. 6 Gambaran pada Aspek <i>General Self Esteem</i> .....	51
Tabel IV. 7 Gambaran pada Aspek <i>Social Self Esteem</i> .....	51
Tabel IV. 8 Gambaran pada Aspek <i>Personal Self Esteem</i> .....	52
Tabel IV. 9 Hasil <i>Pretest</i> Kelas Eksperimen .....	53
Tabel IV. 10 Hasil <i>Pretest</i> Kelas Kontrol .....	54
Tabel IV. 11 Hasil <i>Posttest</i> Kelas Eksperimen .....	60
Tabel IV. 12 Hasil <i>Posttest</i> Kelas Kontrol.....	61
Tabel IV. 16 Hasil Perbandingan <i>Pretest</i> , <i>Posttest</i> dan <i>Gain Score</i> .....	65

## DAFTAR GAMBAR

Gambar III. 1 Pola <i>Nonequivalent Control Grup Design</i> .....	35
Gambar IV. 13 Hasil Uji Normalitas .....	62
Gambar IV. 14 Hasil Uji Homogenitas.....	63
Gambar IV. 15 Hasil Uji <i>Independent Sample T-Test</i> .....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) BK

Lampiran 2 Kisi-Kisi *Inventori Self Esteem*, Pedoman Angket, dan Angket Penelitian

Lampiran 3 Tabulasi Data *Self Esteem* dan Hasil Pengisian Angket

Lampiran 4 Rekapitulasi Hasil Angket *Self Esteem* Peserta Didik *Pretest* dan *Posttest*

Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas

Lampiran 6 Hasil Uji Homogenitas

Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis

Lampiran 8 SK Pembimbing Skripsi

Lampiran 9 Surat Izin Penelitian Skripsi IAIN SAS BABEL

Lampiran 10 Surat Balasan Penelitian SMA Negeri 2 Sungaiselan

Lampiran 11 Kartu Bimbingan Skripsi

Lampiran 12 Profil Sekolah

Lampiran 13 Dokumentasi

Lampiran 14 Riwayat Hidup



**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
ASSERTIVE TRAINING DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM  
PESERTA DIDIK SMA NEGERI 2 SUNGAISELAN**

Dila Febrianti

2015015

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

**Abstrak**

*Self esteem* adalah suatu kemampuan individu melakukan penilaian, penghargaan dan penerimaan diri sendiri mengenai baik dan buruknya serta mengenali dan mengembangkan seluruh aspek-aspek yang ada dalam dirinya. Hasil penilaian ini menyatakan sikap kesetujuan dan ketidaksetujuan, serta menunjukkan sejauh mana individu percaya bahwa dirinya mampu, berarti, berhasil, dan berharga. *Self esteem* yang rendah akan menyulitkan peserta didik dalam mengevaluasi dan menilai dirinya sendiri. *Self esteem* rendah terdapat pada peserta didik kelas X SMA Negeri 2 Sungaiselan yaitu masih terdapat peserta didik yang tidak percaya diri seperti sulit menyampaikan pendapat karena takut dan malu, sulit menolak permintaan serta susah bilang “tidak”, dan lainnya. Untuk menangani permasalahan ini diperlukan upaya dalam mengatasi *self esteem* rendah yaitu melalui konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas konseling kelompok teknik *assertive training* untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas X di SMA Negeri 2 Sungaiselan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen dalam bentuk desain yakni *quasi experimental* dengan tipe *nonequivalent control grup design*. Terdapat dua kelompok yang sama-sama dilakukan *pretest* dan *posttest*, dalam penelitian ini fokus dalam memperoleh data dan gambaran mengenai keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, dokumentasi, dan kuisioner *self esteem*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan berjumlah 16 peserta didik yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu 8 peserta didik pada kelompok eksperimen dan 8 peserta didik pada kelompok kontrol.

Adapun hasil yang didapat dari perhitungan uji hipotesis menggunakan uji *Independent Sample T-Test* yang disajikan dalam program *SPSS 25* didapatkan hasil output dengan nilai sig (2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ( $0,001 < 0,005$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, selain itu didapatkan nilai *gain score* kelompok eksperimen lebih tinggi dari rata-rata *gain score* kelompok kontrol ( $9.57 > 5.11$ ). Hal tersebut membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik kelas X SMA Negeri 2 Sungaiselan.

**Kata Kunci :** *Konseling Kelompok, Teknik Assertive Training, dan Self Esteem.*