

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
ASSERTIVE TRAINING DALAM MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL ANTAR
SISWA DI SMA NEGERI 1 KOB**



SKRIPSI

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

Oleh:

Dila

NIM: 2215002

Fakultas: Tarbiyah

Program Studi: Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BANGKA BELITUNG**

2026

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIAS



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@iainsababel.ac.id Website: www.iainsababel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI

Nomor : B-99/BKPI/5.5/PP.00.9/04/2026

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
NIM : 2215002
Program : Strata 1
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Antar Siswa di SMA Negeri I Koba

Hasil cek plagiasi sebesar 9%, dan dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 20 April 2026
Ka. Program Studi BKPI



Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

SURAT KETERANGAN

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dila

NIM : 2215002

Fakultas : Tarbiyah

Program studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Antar Siswa di SMA Negeri 1 Koba". 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, 08 Maret 2026



NIM. 2215002

NOTA DINAS PEMBIMBING



**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
BANGKA 33173

E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di- tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

Telah 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

NIM : 2215002

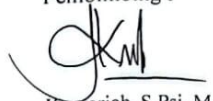
Fakultas : Tarbiyah

Judul Proposal : Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Antar Siswa Di SMA Negeri 1 Koba


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

Demikianlah Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terima kasih.

Pembimbing I


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

Bangka,
Pembimbing II


Saiful Anwar, M.Pd.I
NIP. 198012032023211006

NOTA DINAS KONSULTAN



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 BANGKA 33173
E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi
Saudari Dila

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di Bangka

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan memenuhi hasil perbaikan baik dari segi isi ini, bahasa, serta teknik penulisan. Maka, kami selaku Konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : Dila
NIM : 2215002
Fakultas : Tarbiyah
Judul : Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Assertive Trainig Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Antar Siswa Di SMA Negeri 1 Koba

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb



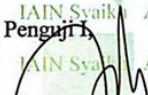



Konsultan I

Dr. Nikmatijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

Bangka, 5 Juni 2026
Konsultan II

Nurul Faqih Isro'I, M.Pd
NIPPPK.199002212023212036

PENGESAHAN SKRIPSI

	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@iainsasbabel.ac.id , Website: www.iainsasbabel.ac.id BANGKA 33173
PENGESAHAN	
Nomor: 121.B9/FT/PP.00.9/06/2026	
Skrripsi dengan judul: Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik <i>Assertive Training</i> dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Antar Siswa di SMA Negeri 1 Koba	
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:	
Nama	: Dila Siddik Bangka Belitung
NIM	: 2215002
Fakultas	: Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)	
telah dimunaqasyahkan pada hari: Rabu, tanggal 20 Mei 2026 dengan nilai A (88.20), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.	
DEWAN SIDANG MUNAQASYAH	
Pembimbing I,	Pembimbing II,
 Komariah, S.Psi, M.Pd NIP. 19910521 202012 2 026	 Saiful Anwar, M.Pd.I NIPPPK. 19801203 202321 1 006
Penguji I,	Penguji II,
 Dr. Nikmatijal, M.Pd NIP. 19861128 201801 1 001	 Nurul Faqih Isro'i, M.Pd NIPPPK. 19900221 202321 2 036
Ketua Panitia	
 Dwi Haryanti, M.Pd.I NIP. 19900519 201503 2 009	
Bangka, 12 Juni 2026	
Dekan Fakultas Tarbiyah,	
 Dr. Subri, S.Pd.I, M.S.I NIP. 19740302 200604 1 001	

HALAMAN MOTTO

“Komunikasi akan berhasil bagi mereka yang mau berusaha melakukannya”

(John Powell)

“Perang telah usai, aku bisa pulang”

(Nadin Amizah- di akhir perang)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penayang, penulis mengucapkan penuh rasa syukur atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana. Dengan segala kerendahan hati penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT, senantiasa melimpah rahmat, karunia, serta pertolongan-Nya kepada penulis, sehingga dengan izin dan kehendak-Nya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan segala kesulitan dapat dilalui penulis.
2. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Yasin dan Ibu Idaroyani yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, doa yang tiada henti, serta pengorbanan tanpa batas. Setiap tetes keringat dan pengorbanan yang diberikan menjadi motivasi dan semangat penulis untuk menyelesaikan perjalanan panjang pendidikan ini. Terima kasih atas cinta, kasih sayang, dan pengorbanan yang menjadi kekuatan utama penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Kepada kakak perempuan dan adik laki-laki tersayang, Sintia dan Ahmad Fajri, terima kasih atas doa, dukungan, dan kebersamaan yang senantiasa diberikan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
4. Terakhir, karya sederhana ini penulis persembahkan untuk almamater tercinta, yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta menjadi bagian penting dalam perjalanan pendidikan penulis.

ABSTRAK
EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK
***ASSERTIVE TRAINING* DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN**
KOMUNIKASI INTERPERSONAL ANTAR SISWA DI
SMA NEGERI 1 Koba

Dila
2215002

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal antar siswa di SMA Negeri 1 Koba. Beberapa siswa masih merasa takut, malu, dan kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat, maupun berinteraksi dengan teman sebaya. Kondisi ini menunjukkan perlunya layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal antar siswa di SMA Negeri 1 Koba.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian quasi eksperimen dan desain nonequivalent control group design. Populasi penelitian adalah siswa kelas XII SMA Negeri 1 Koba yang berjumlah 109 siswa. Sampel penelitian berjumlah 10 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yang terdiri dari 5 siswa sebagai kelompok eksperimen dan 5 siswa sebagai kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan angket komunikasi interpersonal, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis menggunakan *Independent Sample T-Test*, serta *uji N-Gain Score* untuk melihat peningkatan hasil perlakuan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Hal ini ditunjukkan dari hasil Uji Hipotesis yang menunjukkan nilai sig sebesar $0,008 < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal antar siswa di SMA Negeri 1 Koba.

Kata-Kata kunci: Komunikasi interpersonal, Bimbingan Kelompok, *Assertive Training*.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Shalawat dan sakam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya hingga akhir zaman, yang telah membawa umat manusia dari kegelapan menuju cahaya pengetahuan yang berkembang pesat.

Skripsi ini berjudul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive training* Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Antar Siswa di SMA Negeri 1 Koba”. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud dan terselesaikan tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Janawi, M.Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Bapak Dr. Subri, M.S,I, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

4. Ibu Komariah, S.Psi.,M.Pd, selaku Penasehat Akademik sekaligus Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan sabar dalam membikan bimbingan dan pengarahan selama pembuatan skripsi hingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulis mengucapkan terima kasih atas saran dan masukan untuk perbaikan skripsi ini.
5. Bapak Saiful Anwar, M.Pd.I selaku Pembimbing II atas kesediaannya memberikan saran dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan ibu dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik.
7. Seluruh Dosen Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
8. Kepala sekolah, seluruh guru dan para staff pegawai di SMA Negeri 1 Koba.
9. Ibu Novia Desi Inggawati, S.Pd selaku Guru Bimbingan dan Konseling (BK) SMA Negeri 1 Koba yang telah berkenan memberikan arahan dan kemudahan serta membantu penulis dalam penelitian skripsi ini.
10. Peserta didik SMA Negeri 1 Koba yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian penulis.
11. Seluruh keluarga besar saya yang selalu memberikan dukungan dan kasih sayang.

12. Kepada seluruh sahabat penulis IRMA dan anggota grup Ga Kebayang Tu, terima kasih sudah kebersamai setiap langkah dan perjuangan penulis serta selalu memberikan dukungan dalam setiap keadaan.
13. Teman-teman BKPI A 2022 yang senantiasa memberikan dukungan untuk terus berjuang bersama-sama dari awal perkuliahan sampai akhir.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dari berbagai pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis dengan sebaik-baiknya. Dengan penuh kerendahan hati, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan berguna bagi pihak-pihak yang membutuhkan dalam pengembangan ilmu pengetahuan. Penulis juga menyadari adanya keterbatasan, kekurangan, dan ketidaksempurnaan dalam skripsi ini, sehingga penulis memohon maaf atas hal tersebut. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bangka, 10 Januari 2026



Dila

Dila

NIM. 2215002

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
NOTA DINAS KONSULTAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Kegunaan Penelitian.....	10
E. Telaah Pustaka.....	11
F. Sistematika Penulisan Penelitian.....	16
BAB II LANDASAN TEORI.....	18
A. Bimbingan Kelompok.....	18
1. Pengertian Bimbingan Kelompok.....	18
2. Tujuan Bimbingan Kelompok.....	19
3. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok.....	20
4. Asas-aasa Bimbingan Kelompok.....	22
B. <i>Assertive Training</i>	23
1. Pengertian <i>Assertive Training</i>	23
2. Tujuan <i>Aseertive Training</i>	25
3. Langkah-langkah dalam <i>Assertive Traning</i>	26
C. Komunikasi Interpersonal.....	28

1. Pengertian Komunikasi Interpersonal.....	28
2. Aspek-aspek dalam Komunikasi Interpersonal.....	30
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal.....	31
D. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Variabel Penelitian.....	35
1. Variabel Independent.....	36
2. Variabel Dependent.....	36
C. Waktu dan tempat penelitian.....	36
D. Populasi dan Sampel.....	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel.....	37
E. Definisi Operasional.....	38
1. Komunikasi Interpersonal.....	38
2. Bimbingan Kelompok.....	39
F. Teknik Pengumpulan Data.....	40
1. Observasi.....	40
2. Angket.....	41
3. Dokumentasi.....	41
G. Instrumen Penelitian.....	42
1. Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	42
H. Uji Instrumen Penelitian.....	44
1. Uji Validitas.....	44
2. Uji Reliabilitas.....	47
I. Teknik Analisis Data.....	48
1. Uji Normalitas.....	49
2. Uji Homogenitas.....	50
3. Uji Hipotesis.....	51
4. Uji <i>N-Gain Score</i>	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil Penelitian.....	53
B. Pembahasan Penelitian.....	71
BAB V PENUTUP.....	77
A. Kesimpulan.....	77

B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Rancangan <i>Nonequivalent Control Group Desain</i>	32
Tabel III.2 Populasi Penelitian.....	35
Tabel III.3 Sampel Penelitian.....	36
Tabel III.4 Skala Likert.....	39
Tabel III.5 Kisi-kisi Instrumen Penelitian.....	41
Tabel III.6 Hasil Uji Validitas	44
Tabel III.7 Hasil Uji Reliabilitas.....	46
Tabel III.8 Kategori <i>N-Gain Score</i>	50
Tabel III.9 Kategori Tafsiran Efektivitas <i>N-Gain Score</i>	51
Tabel III.10 Rumus 3 Kategorisasi Data.....	53
Tabel IV.1 Kriteria Komunikasi Interpersonal.....	53
Tabel IV.2 Kategorisasi Skor Komunikasi Interpersonal.....	54
Tabel IV.3 Hasil <i>pretest</i>	55
Tabel IV.4 Hasil <i>Posttest</i>	65
Tabel IV.5 Hasil Uji Normalitas.....	66
Tabel IV.6 Hasil Uji Homogenitas.....	67
Tabel IV.7 <i>Independent Sampel T-Test</i>	68
Tabel IV.8 Hasil Uji <i>Independent Sampel T-Test</i>	69
Tabel IV.9 Hasil Uji <i>N-Gain Score</i>	70
Tabel IV.10 Hasil perbandingan <i>Pretest, Posttest, dan Uji N-Gain Score</i>	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar III. 1 Bagan Variabel Penelitian.....	36
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Angket Uji Coba.....	85
Lampiran 2 Angket Penelitian.....	90
Lampiran 3 Tabel Tabulasi.....	90
Lampiran 4 Output Uji Validitas.....	90
Lampiran 5 Tabel Hasil Uji.....	91
Lampiran 6 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) BK.....	92
Lampiran 7 SK Pembimbing.....	98
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	105
Lampiran 9 Surat Balasan Izin Penelitian.....	106
Lampiran 10 Surat Keterangan Bebas Plagiasi.....	107
Lampiran 11 Dokumentasi.....	108
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	109