JMPIS: JURNAL MANAJEMEN PENDIDIKAN DAN ILMU SOSIAL
E-ISSN: 2716-375x
P-ISSN: 2716-3758
DINASTI REVIEW
https://dinastirev.org/JMPIS dinasti.info@gmail.com +62 811 7404 455

DOI: https://doi.org/10.38035/jmpis.v7i6.10223
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
Received: 08 November 2026 | **Revised:** 23 November 2026 | **Accepted:** 26 November 2026

Efektifitas Model Pembelajaran *Assertive Training* terhadap Rasa Percaya Diri Siswa

Iramaya[1], Anik Ghufron[2]
[1]Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia, iramaya7796@gmail.com
[2]Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia, anikghufron@uny.ac.id

Corresponding Author: iramaya7796@gmail.com[1]

Abstract: *This study aims to describe the effectiveness of the implementation of an assertive training learning model in improving students' self-confidence. The study used the quantitative approach with a type of quasi-experimental research. The design used was the pretest-posttest non-equivalent control group design with two experimental groups (assertive training learning model) and one control group (direct instruction model). The research population consisted of fourth grade students of elementary schools in Gondokusuman District, Yogyakarta. The sample was the students of SD Tembarsari 1, SDN Klitren, and SDN Sagan. The data were collected by using a questionnaire and through observation. The hypothesis testing used a paired t-test and ANOVA at the significance level of 5%. The result shows that the implementation of assertive training model is effective in improving students' self-confidence at the significance level of less than 0.05 (the independent sample t-test).*

Keywords: *Assertive Training, Learning Model, Self-Confidence*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan keefektifan penerapan model pembelajaran *assertive training* terhadap rasa percaya diri siswa kelas IV SD. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian quasi-experiment. Penelitian ini menggunakan *pretest-posttest non-equivalent control group design* dengan dua kelompok eksperimen (model pembelajaran *assertive training*) dan satu kelompok kontrol (model *direct instruction*). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD di Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta. Sampel penelitian ini adalah siswa SDN Klitren, SDN Sagan dan SDN Tembarsari 1. Data diperoleh dengan menggunakan angket dan observasi. Pengujian hipotesis menggunakan *paired t-test* dan ANOVA dengan taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran *assertive training* efektif terhadap rasa percaya diri siswa kelas IV SD se-Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta dengan nilai signifikansi < 0,05.

Kata Kunci: *Assertive Training*, Model Pembelajaran, Rasa Percaya Diri

PENDAHULUAN

Rasa percaya diri merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki siswa dalam menunjang usahanya untuk mengembangkan segala potensi diri dan lingkungannya. Memiliki rasa percaya diri yang tinggi dalam diri siswa dapat membantu mencapai prestasi dan hasil belajar yang lebih baik lagi (Aristiani, 2016). Rasa percaya diri akan mempengaruhi motivasi dan proses dalam mengembangkan kemampuan belajar. Pada hakikatnya setiap individu memiliki rasa percaya diri, namun rasa percaya diri pada masing-masing individu berbeda. Ada yang memiliki rasa percaya diri yang kurang dan ada yang lebih sehingga keduanya akan menampakkan tingkah laku yang berbeda. Siswa yang percaya diri mempunyai inisiatif, optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, serta mampu berpikir positif, menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Adapun siswa yang mempunyai rasa percaya diri yang kurang akan menampakkan perilaku yang berbeda dari siswa lain pada umumnya, misalnya tidak percaya akan kompetensi diri, pesimis, gelisah saat mengerjakan tugas pembelajaran, gugup atau malu saat tampil di depan kelas, malu mengungkapkan ide dan pendapat, mudah menyerah dan lain sebagainya.

Menumbuhkan rasa percaya diri masih menjadi tantangan dalam dunia pendidikan. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) Republik Indonesia tahun 2015 bahwa 56 persen anak-anak Indonesia yang didominasi anak perempuan mengalami krisis kepercayaan diri dalam hal pembelajaran di sekolah maupun kehidupan sehari-hari. Masalah kurangnya rasa percaya diri siswa juga ditemui pada siswa sekolah dasar di Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan terhadap siswa kelas IV di SD se-Kecamatan Gondokusuman pada bulan April 2018, dalam situasi pembelajaran di SD Terbansari 1 siswa terlihat ragu-ragu dalam bertanya maupun mengungkapkan pendapat, dan sulit tertarik menghadapi tantangan yang diberikan guru serta beberapa terlihat masih ragu dengan jawaban saat mengerjakan latihan soal. Beberapa masalah terkait rasa percaya diri juga didapati di SD Klitren. Malu untuk mempresentasikan hasil belajar di depan kelas menjadi hal yang memprihatinkan. Beberapa siswa sempat diwawancarai terkait alasan malu untuk mempresentasikan hasil belajar yakni karena mereka takut salah serta ancaman olok-olok dan ditertawakan teman yang dianggap memalukan sehingga siswa lebih memilih diam kecuali memang telah ditunjuk langsung oleh guru.

Permasalahan ini membutuhkan pemecahan yang diharapkan mampu menjadi solusi masalah yang ada. Guru sebagai ujung tombak pendidikan dan yang berhadapan langsung dengan peserta didik mengemban tugas dan memiliki peran yang signifikan untuk melakukan perubahan sehingga tercipta pembelajaran yang berkualitas dan tujuan pembelajaran tercapai secara optimal. Pemilihan model pembelajaran yang relevan dengan standar kompetensi dapat memacu kemampuan serta minat belajar peserta didik dan tercapainya optimalisasi kualitas pembelajaran (Iryance, 2014). Seiring berkembangnya dunia pendidikan, saat ini telah banyak bermunculan inovasi model-model pembelajaran yang mampu membantu siswa mencapai kompetensi atau skill tertentu dalam belajar. Tidak hanya kompetensi yang berfokus pada kemampuan akademik, namun juga pada kemampuan sikap.

Salah satunya adalah model pembelajaran *assertive training*. Model pembelajaran *assertive training* merupakan sebuah model pembelajaran yang di dalamnya memuat unsur atau langkah *assertive training*, yaitu sebuah teknik yang dapat digunakan guru terhadap siswa yang mengalami kesulitan untuk mengekspresikan pikiran dan perasaan secara jujur dan terbuka, kesulitan memulai komunikasi dengan orang lain, serta kesulitan menolak permintaan dengan cara yang tepat tanpa menyakiti atau membuat tersinggung orang lain. Secara lebih spesifik model ini dirancang untuk memfasilitasi siswa dalam membangun dan meningkatkan rasa percaya diri. Oleh karena itu, pemanfaatan model pembelajaran *assertive training* diharapkan menjadi salah satu solusi memberikan kesempatan pada siswa untuk membangun

dan meningkatkan rasa percaya diri secara optimal. Berdasarkan alasan tersebut di atas, peneliti ingin mengetahui efektivitas model pembelajaran *assertive training* terhadap rasa percaya diri siswa kelas IV SD se-Kecamatan Gondokusuman, Yogyakarta.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *quasi experiment* (eksperimen semu) dengan desain *pretest-posttest non-equivalent control group design.* Penelitian melibatkan kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan menggunakan model pembelajaran *assertive training* dan kelompok kontrol yang menggunakan model *direct instruction*. Sebelum perlakuan, masing-masing kelompok diberikan *pretest* untuk mengetahui kemampuan awal, kemudian diberikan perlakuan sesuai model pembelajaran yang ditentukan, dan diakhiri dengan *posttest* untuk mengetahui hasil setelah perlakuan. Penelitian ini dilaksanakan di tiga sekolah dasar di Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta, yaitu SD Terbansari 1, SDN Klitren, dan SDN Sagan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV SD Negeri yang telah menerapkan Kurikulum 2013 di Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta, yang terdiri dari 21 sekolah dengan jumlah sekitar 600 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling, dengan sampel penelitian berasal dari SD Terbansari 1, SDN Klitren, dan SDN Sagan. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah model pembelajaran *assertive training*, sedangkan variabel terikat adalah rasa percaya diri siswa. Adapun variabel kontrol meliputi kelas (usia) dan kurikulum yang digunakan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi dan angket penilaian diri untuk mengukur rasa percaya diri siswa sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan. Instrumen penelitian divalidasi melalui validitas isi dan konstruk dengan pertimbangan ahli (*expert judgment*), sedangkan reliabilitas diuji menggunakan metode split-half dengan rumus Spearman-Brown dan memperoleh nilai sebesar 0,662. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial melalui uji normalitas, uji homogenitas, serta uji ANOVA dua jalur untuk mengetahui efektivitas model pembelajaran *assertive training* terhadap rasa percaya diri siswa dibandingkan dengan model *direct instruction*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk menggambarkan kondisi rasa percaya diri siswa sebelum *(pretest)* dan sesudah *(posttest)* diberikan perlakuan pada kelas eksperimen dan kontrol. Data diperoleh melalui pengukuran diri siswa untuk mengetahui perubahan rasa percaya diri setelah penerapan model pembelajaran yang digunakan.

Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Pretest dan Posttest Rasa Percaya Diri

Deskripsi	Kelas Eksperimen		Kelas Kontrol	
	Awal	Akhir	Awal	Akhir
Skor rata-rata	73.8	78.9	68,45	72
Simpangan baku	13,803	12,571	17,279	15,878
Nilai Tertinggi	78	93	78	80
Nilai Terendah	62,5	89	62	65
Jumlah Siswa	40	40	21	21

Berdasarkan data pada tabel 1 dapat dilihat data hasil angket rasa percaya diri pada kelas eksperimen dengan kemampuan awal sebelum diberi perlakuan memiliki rata-rata sebesar 73,8 sedangkan rata-rata pada kelas kontrol sebesar 68,45. Nilai terendah yang dimiliki kelas eksperimen sebelum perlakuan adalah 62,5 dan pada kelas kontrol memiliki nilai 62.

Sementara itu nilai tertinggi pada kelas eksperimen sebelum perlakuan adalah 78 dan kelas kontrol sebelum perlakuan adalah 78.

Rata-rata setelah diberikan perlakuan terlihat kelas eksperimen sedikit lebih tinggi daripada kelas kontrol. Rata-rata pada kelas eksperimen setelah diberikan perlakuan adalah 78,9 sedangkan pada kelas kontrol memiliki nilai 72. Setelah perlakuan, kelas eksperimen mendapatkan nilai terendah sebesar 89 dan kelompok kontrol memiliki nilai 65. Nilai tertinggi diperoleh kelas kontrol sebesar 80 dan kelas eksperimen mendapatkan nilai tertinggi 93. Dari deskripsi sebelumnya, untuk nilai pretest baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol masih banyak yang berada di bawah KKM. Perbedaan peningkatan rata-rata angket rasa percaya diri siswa dari hasil pretest dan posttest pada kelas eksperimen dan kontrol dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Perbandingan Peningkatan Skor Rata-Rata Rasa Percaya Diri dari Hasil Pretest dan Posttest

Variabel	Peningkatan Skor Rerata	
	Kelas Ekperimen	Kelas kontrol
Rasa Percaya Diri	5,1	3,55

Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa pada kelas ekperimen dengan model pembelajaran *assertive training* rata-rata rasa percaya diri meningkat sebesar 5,1 sedangkan pada kelas kontrol rasa percaya diri meningkat sebesar 3,55. Dari hasil tersebut dapat terlihat perbedaan peningkatan antara kelas ekperimen dan kelas kontrol.

UjiAsumsi

UjiNormalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data memiliki distribusi normal atau tidak.

Tabel 3. Uji Normalitas Rasa Percaya Diri

Testof Normality			
Kelas	Nilai p Kolmogrov-smirnov	Asymp.	Ket.
Pretest kontrol	,200	p>0,05	Berdistribusi Normal
Preteste skperimen1	,121	p>0,05	Berdistribusi Normal
Pretest eksperimen2	,200	p>0,05	Berdistribusi Normal
Posttest kontrol	,200	p>0,05	Berdistribusi Normal
Posttest eksperimen1	,087	p>0,05	Berdistribusi Normal
Posttest eksperimen2	,051	p>0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai statistik p>0,05. Dengan demikian, hipotesis yang diterima adalah H_0 oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Salah satu pelaksanaan uji hipotesis dengan uji-t terpenuhi.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah subjek penelitian berasal dari populasi yang homogen atau tidak. Uji homogenitas dilakukan dengan *Levene test* dengan bantuan SPSS 21.0.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Rasa Percaya Diri Siswa

Levene's Test of Equality of Error Variances[a]					Keputusan
	F	df1	df2	Sig.	
Rasa percaya diri	,615	2	57	,233	H_0 diterima

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai sign. > 0,05 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesis yang diterima adalah H0. Sehingga data, baik dari variabel rasa percaya diri, berasal dari dua populasi yang homogen atau memiliki kesamaan.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan Uji-t yaitu untuk mengetahui efektivitas penerapan model pembelajaran *assertive training* terhadap rasa percaya diri siswa.

Tabel 5. Hasil Uji-t Independen Rasa Percaya Diri

Variabel	*Equal varian cesassumed*		
	Sig.(2-taild)	***Asymp.***	**Ket.**
Rasa Percaya Diri	0.000	Sig.<0,05	Ada beda

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai sig. < 0,05 artinya H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan keefektifan rasa percaya diri antara kelompok siswa yang mengikuti pembelajaran menggunakan model pembelajaran *assertive training* dan siswa yang menggunakan model *direct instruction*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *assertive training* lebih efektif dibanding model *direct instruction* ditinjau dari rasa percaya diri siswa.

Tabel 6. Hasil Uji-t Berpasangan Rasa Percaya Diri

Kelompok	Sig.(2-tailed)	Asymp.	Ket.
Kelompok eksperimen1	0.003	Sig.<0,05	Adabeda
Kelompok eksperimen2	0.000	Sig.<0,05	Adabeda

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji-t berpasangan pada eksperimen 1 dan eksperimen 2 menunjukkan nilai sig. *(2 tailed*) adalah 0,003 dan 0,000 artinya sig. < 0,05. Sehingga H_0 ditolak dan Ha diterima. Kesimpulannya adalah adanya perbedaan rasa percaya diri siswa antara sebelum dan sesudah mengikuti pembelajaran dengan menggunakanmodel pembelajaran *assertive training* sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa model pembelajaran *assertive training* efektif terhadap rasa percaya diri siswa.

Pembahasan

Perbedaan Keefektifan antara Kelompok Siswa yang Menerapkan Model Pembelajaran *Assertive training* dan Model *Direct instruction* terhadap Hasil Belajar Siswa

Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai signifikansi 0.000 artinya < 0,05 karena H0 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rasa percaya diri siswa yang signifikan antara kelompok siswa yang menerapkan model pembelajaran *assertive training* dan model *direct instruction*. Rasa percaya diri siswa yang memperoleh pembelajaran dengan menerapkan model *assertive training* lebih tinggi jika dibandingkan dengan model *direct instruction*. Dengan demikian diperoleh kesimpulan bahwa pembelajaran dengan menerapkan model *assertive training* lebih baik dibandingkan dengan menerapkan model *direct instruction* ditinjau dari rasa percaya diri siswa.

Hal ini sesuai dengan hipotesis awal yang menyatakan bahwa pembelajaran dengan model *assertive training* memberikan hasil rasa percaya diri yang lebih efektif dibandingkan pembelajaran dengan model *direct instruction*. Hal ini dimungkinkan karena model pembelajaran *assertive training* memfasilitasi siswa untuk melakukan berbagai aktivitas yang mendorong tumbuhnya rasa percaya diri. Setidaknya, ada beberapa ciri khusus dalam model pembelajaran *assertive training* yang secara jelas memfasilitasi siswa dalam membangun rasa percaya diri yaitu, siswa tersenyum, autosuggestion, pengungkapan kesulitan atau kecemasan belajar serta bermain peran. Disebutkan dalam sebuah blog hipnoterapi bahwa tersenyum

merupakan obat yang sangat ampuh dalam mengatasi kurang percaya diri. Seseorang yang mencoba tersenyum di saat merasa takut, justru akan secara otomatis menambah rasa percaya diri dan mengurangi ketakutannya. *Auto suggestion* atau pembiasaan kata-kata positif ke dalam diri merupakan upaya seseorang dalam mencintai dirinya sendiri serta membangun pikiran dan konsep diri yang positif. Berpikiran positif merupakan aktivitas berpikir yang dilakukan dengan tujuan untuk membangun dan membangkitkan aspek positif pada anak. (Latifah, dkk, 2017). Prasad mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri seseorang dengan kepercayaan diri. Dengan kata lain, konsep diri memengaruhi percaya diri yang memiliki pengaruh besar terhadap pencapaian individu di masa mendatang. *Higher self-confidence can be a driving force, motivating people to act and persist*. (Pulford; Woodward; Taylor, 2017).

Pelaksanaan pembelajaran yang dilaksanakan sesuai model pembelajaran *assertive training* juga mendorong siswa untuk berani mengungkapkan perasaan berupa kecemasan atau kesulitan dalam belajar untuk dapat percaya diri. Mengungkapkan ide, gagasan maupun pendapat serta lebih ekspresif dalam memerankan peran yang disepakati dalam pembelajaran. Latifah, dkk (2017) Salah satu cara menanamkan rasa percaya diri anak adalah melalui mandiri, berpikir positif, dan berani mengungkapkan pendapat. Bagian ini merupakan salah satu alasan siswa menjadi lebih percaya diri dalam pembelajaran di kelas menggunakan model pembelajaran *assertive training*.

Pada saat pembelajaran siswa terlihat bersemangat dalam mengikuti setiap langkah atau tahapan dalam model pembelajaran *assertive training*. Selain karena sintak model pembelajaran *assertive training* yang mampu menciptakan suasana tersebut, didukung juga oleh atribut pelengkap serta variasi jargon yang membuat suasana menjadi lebih semangat. Terlihat siswa yang pada saat awal pembelajaran masih malu dalam mengungkapkan pendapat, bertanya, dan sebagainya mulai turut berani melakukan hal tersebut.

Pembelajaran pada kelas kontrol dengan menggunakan pembelajaran konvensional terlihat guru menggunakan metode ceramah, memberikan contoh dan memberikan latihan soal dalam menyampaikan pembelajaran. Pada kegiatan pembelajaran berlangsung, sering terjadi aktivitas tanya jawab antara guru dan murid. Namun, yang terlibat aktif dalam tanya jawab tersebut hanyalah beberapa siswa saja. Sehingga dalam pengamatan secara keseluruhan pembelajaran yang dilakukan masih terlihat teacher centered. Ditinjau dari sisi percaya diri, pendekatan teacher centered cenderung mendorong terjadinya pembelajaran pasif dan satu arah serta kurang optimal. Guru yang berperan aktif dalam memulai tanya jawab bersama siswa. Dalam hal ini, kemampuan siswa untuk mengeksplor rasa percaya diri masih belum terlihat. Siswa pada kelas kontrol juga diberikan LKS sebagai sumber yang digunakan untuk menyampaikan pembelajaran. Lembar kerja siswa diberikan setelah guru menjelaskan materi pembelajaran, sehingga siswa sedikit telah mengerti mengenai permasalahan yang harus diselesaikan. Dengan begitu, siswa tidak harus berdiskusi secara menyeluruh karena dalam pemberian jawaban masing-masing anak akan menulis sesuai dengan tugas dan kemampuannya sendiri. Tentunya hal ini tidak begitu memancing adanya peningkatan rasa percaya diri dalam menyampaikan argumen siswa.

Keefektifan Penerapan Model Pembelajaran *Assertive Training* terhadap Rasa Percaya Diri Siswa

Pada kelompok penerapan model pembelajaran *assertive training*, nilai probabilitas < 0,05 yaitu 0,03 dan 0,00. Artinya adalah terdapat perbedaan rasa percaya diri berdasarkan penerapan model. Penerapan model pembelajaran *assertive training* efektif terhadap rasa percaya diri siswa. Hal ini yang menjadi gambaran peranan model pembelajaran *assertive training* sehingga efektif digunakan untuk membangun dan meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan penelitian di lapangan yang telah dilakukan, model pembelajaran *assertive training* sangat relevan diterapkan dalam pembelajaran. Hal ini terbukti dari antusias siswa dalam belajar pada saat penerapan model di lapangan serta didukung dengan peningkatan rasa percaya diri siswa. Model pembelajaran *assertive training* tidak hanya terbatas pada tema tertentu namun juga bisa diterapkan pada tema lainnya yang di dalamnya terkandung mata pelajaran IPS, IPA, Bahasa Indonesia dan PKn. Meskipun kompetensi utama yang hendak dicapai dari penerapan model pembelajaran *assertive training* adalah rasa percaya diri, namun model ini bisa berjalan beriringan dengan materi pembelajaran dan meningkatkan kompetensi akademik sesuai dengan indikator yang hendak dicapai dari setiap pembelajaran. Wilk & Virginia (1974) *Assertive training As A Confidence-Building Technique menunjukkan hasil bahwa assertive training is extremely helpful as a confidence builder based on our observation. Confidence in one's ability to communicate competently relies on having the knowledge, skills and motivation to communicate* (Rubin and Morreale 1996).

Dalam model pembelajaran *assertive training* mengandung sintak yang kesemuanya memfasilitasi siswa dalam membangun dan meningkatkan rasa percaya diri. Sebagaimana yang telah dibahas pada kajian teori sebelumnya. Bagian dari model pembelajaran *assertive training* yang mendorong siswa untuk percaya akan kemampuannya dalam mengeluarkan ide-ide, bersikap optimis dalam mempresentasikan sikap yang telah disepakati, serta bertanggung jawab terhadap peran yang telah disepakati relevan dengan aspek-aspek rasa percaya diri yang diungkapkan oleh Ghufron dan Rini (2012) yaitu kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

Pada bagian awal model pembelajaran *assertive training* siswa diajak tersenyum dan mengucapkan kata-kata positif. Pada awal pembelajaran siswa sudah diajak untuk bersemangat dan berpikir positif dalam menjalani hari. Rasa percaya diri bisa dimiliki oleh seseorang dengan mudah apabila ia memiliki konsep diri yang positif. Konsep diri sebagai persepsi diri sendiri tentang aspek fisik, sosial, dan psikologis yang individu peroleh melalui pengalaman dan interaksinya dengan orang lain. Jika penilaian kita terhadap diri sendiri positif dan orang lain pun menilai kita positif, maka kemudian kita dapat mengembangkan konsep diri yang positif. Konsep diri yang positif akan melahirkan ekspektasi yang positif. Generally, individuals who expect to perform better, actually do perform better. (Evelyn, 1990).

Selanjutnya adalah siswa diminta mengungkapkan perasaan cemas atau kesulitan yang dihadapi siswa untuk dapat bersikap percaya diri. Belum ada model pembelajaran yang secara tekstual memasukkan tahap ini secara khusus ke dalam sintak modelnya. Perasaan atau keluhan siswa menjadi fokus utama bagi guru dalam mengambil tindakan ke depannya. Hendra (2007) mengungkapkan bahwa untuk meningkatkan rasa percaya diri anak maka terlebih dahulu harus membenahi, mengarahkan, dan mengembangkan pembentukan konsep diri positif pada anak dengan memperhatikan hal-hal berkaitan dengan konsep diri maka kita akan dapat menelaah apa yang kurang, kelemahan, dan apa yang salah pada anak. Guru pada tahap ini aktif memberikan motivasi, empati, dan penerimaan serta merespon sesuai dengan kebutuhan siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat Santrock (2012) bahwa salah satu cara meningkatkan rasa percaya diri adalah dukungan emosional dan penerimaan sosial. Selanjutnya adalah siswa membentuk kelompok kecil atau small group yang terdiri 2-4 orang siswa. Small group, structured teaching sessions are an accessible and effective way of teaching with positive effects on learner confidence. (You; Chahine; Husein, 2017). Bagian dari sintak model lain yang tidak kalah berperan adalah pada saat siswa memerankan sikap percaya diri yang akan dibangun serta presentasi di depan kelas. The assignments, role plays, and discussions in class focused on the standards, which contributed to gains in students' confidence in performing the Standards in practice. (Macgowan and Wong, 2015). Sejalan dengan apa yang diungkapkan bahwa salah satu cara memupuk rasa percaya diri anak adalah dengan bermain peran. Cara yang dapat dilakukan dalam meningkatkan rasa percaya diri anak adalah memberikan

pengalaman langsung berbicara di depan umum. Research shows that role-play and simulation improve student attitudes towards learning. (Dohaney; Brogt; Kennedy, 2017).

Pada bagian akhir model pembelajaran *assertive training* mengharuskan siswa untuk mengerjakan tugas dan tindak lanjut berupa latihan ekspresi di depan cermin menyangkut mimik wajah, bahasa, intonasi suara, dan sebagainya yang dapat menunjang penampilan di depan umum. Tindak lanjut ini dimaksudkan agar latihan percaya diri tidak hanya dilakukan di sekolah namun tetap dilaksanakan di rumah sehingga pembangunan rasa percaya diri berjalan berkesinambungan. Sehingga melalui penerapan model pembelajaran *assertive training* secara berkala diharapkan siswa terfasilitasi dalam membangun dan meningkatkan rasa percaya diri. Efek positif menerapkan model pembelajaran *assertive training* dalam pembelajaran dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa sehingga dapat disimpulkan bahwa pembelajaran menggunakan model pembelajaran *assertive training* dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa atau dengan kata lain model pembelajaran *assertive training* signifikan terhadap rasa percaya diri siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran *assertive training* lebih efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa dibandingkan model *direct instruction*. Hal ini ditunjukkan oleh adanya perbedaan hasil rasa percaya diri siswa serta peningkatan nilai rata-rata pada kelas eksperimen yang lebih tinggi dibandingkan kelas kontrol.

Saran

Dalam melaksanakan pembelajaran tematik integratif, guru dapat memanfaatkan model pembelajaran *assertive training* yang terbukti efektif meningkatkan rasa percaya diri siswa. Selain itu, guru diharapkan mampu memanfaatkan berbagai jenis model pembelajaran yang relevan dengan materi dan kebutuhan siswa. Penerapan model pembelajaran *assertive training* juga perlu dilakukan secara berkelanjutan agar tercipta pembelajaran yang efektif. Untuk mendapatkan hasil yang optimal, disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melanjutkan penelitian dengan cakupan dan skala yang lebih luas.

REFERENSI

Ariastiani, R. (2016). Meningkatkan percaya diri melalui layanan informasi Audiovisual. *Jurnal Konseling, 2*(2).Retrieved from https://e-resources.perpusnas.go.id:2132/article/10.1007/BF00289877

Dohaney, J. Brogt & Kennedy, B. (2017). Using role-play to improve students‟ confidence and perceptions of communication in a simulated volcanic crisis. *Academic Services Group*, *5*(2). https://doi.org/10.1007/11157_2016_50

Evelyn, G. H. (1990). The effect of performer gender, performer skill level, and opponent gender on self-confidence in a competitive situation. *Plenum Publishing Corporation, 5*(2). Retrieved from https://e-resources.perpusnas.go.id:2132/article/10.1007/BF00289877

Ghufron,M.N.,&Rini,R.(2012).*Teori-teoripsikologi*.Yogyakarta:Ar-RuzzMedia.

Hendra, S. (2007). *Percaya diri itu penting*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.\

Iryance, I. (2014). Pengaruh metode pembelajaran dan berfikir kritis terhadap hasil belajar siswa SMA Kesatuan Bogor. *Jurnal Pendidikan Sejarah*, *3*(2). Retrieved from http://jurnal.upi.edu

Latifah.(2017). Gambaran penanaman rasa percaya diri anak usia dini oleh guru di lembaga paud adzkia III kelurahan Korong Gadang, kecamatan Kuranji, kota Padang. *Jurnal*

Pendidikan Luar Sekolah, 50-57. Retrieved from http://ejournal.unp.ac.id/index.php/pnfi/

Macgowan, M. J. & Wong, S. E. (2015). Improving student confidence in usinggroup work standards: A controlled replication. *Journal Permission*, *11*(1). http://doi: 10.1177/1049731515587557

Pulford, B. D., Woodward, B., & Taylor, E. (2018). Do social comparisons in academic settings relate to gender and academic self-confidence? Social Psychology of Education, 21, 677–690. https://doi.org/10.1007/s11218-018-9434-1

RubinR.B.,&Morreale S.P. (1996).*Settingexpectationsfor speech communication and listening*. New Dir High Educ 96:19–29

Santrock, J. W. (2012). *Life-spain development: Perkembangan masa-hidup*. (Terjemahan Widyasinta, B). Jakarta: Erlangga.

Wilk & Virginia. (1974). Confidence building. *Personnel & Guidance Journal,* 467-468. https://doi.org/10.5430/wje.v1n2p150

You, P., Chahine, & Husein. (2017). Improving learning and confidence through small group, structured otoscopy teaching: A prospective interventional study. *Journal of Otolaryngology, 2*(2). https://DOI10.1186/s40463-017-0249-4