

## ABSTRAK

Chellia Alvarez. 2024. *Konseling Kelompok Teknik Assertive Training* untuk Mereduksi Kecenderungan Perilaku *Oversharing* Pada Siswa Kelas XI SMK 5 Kota Madiun. FKIP. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas PGRI Madiun. Pembimbing (1) Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si. (2) Dr. Suharni, S.Pd, M.Psi.

Perilaku *Oversharing* di media sosial dapat memicu pencurian data pribadi yang dapat disalah gunakan untuk mengakses akun bank, predator anak, hingga mengakses dokumen-dokumen rahasia. Maka tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* dalam mereduksi perilaku *oversharing* pada siswa kelas XI di SMK Negeri 5 Kota Madiun. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif eksperimen dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI MP SMK Negeri 5 Kota Madiun dengan total 80 siswa. Sampel penelitian sebanyak 8 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu sampel dipilih berdasarkan pertimbangan tertentu atas adanya tujuan tertentu. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala perilaku *oversharing* dengan jumlah item sebanyak 30. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *paired sample t-test* melalui aplikasi SPSS 24. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan yang signifikan dengan membandingkan hasil skor rata-rata *pretest* 810 dan skor rata-rata *posttest* sebanyak 517 sehingga didapatkan selisih sebesar 293 sehingga ada penurunan perilaku *oversharing* yang terjadi pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Kota Madiun. Dari hasil tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima yang berarti layanan konseling kelompok teknik *assertive training* efektif untuk menurunkan perilaku *oversharing* pada siswa kelas XI SMK Negeri 5 Kota Madiun.

Kata Kunci: konseling kelompok, teknik *assertive training*, perilaku *oversharing*

## ABSTRACT

Chellia Alvarez. 2024. Group Counseling Assertive Training Techniques for Reduce the Tendency of *Oversharing* Behavior in Class XI Students of SMK 5 Kota Madiun. Thesis. Guidance and Counseling Program, FKIP, University Of PGRI Madiun. Advisors (1) Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si. (2) Dr. Suharni, S.Pd, M.Psi.

*Oversharing* behavior on social media can trigger theft of personal data that can be misused to access bank accounts, child predators, and access confidential documents. So the purpose of this study is to determine the effectiveness of group counseling services with assertive training techniques in reducing *oversharing* behavior in class XI students at SMK Negeri 5 Kota Madiun. The type of research used in this study is quantitative experiment with a one-group pretest-posttest design. The population in this study were class XI MP students of SMK Negeri 5 Kota Madiun with a total of 80 students. The research sample was 8 students. The sampling technique used purposive sampling technique, namely the sample was selected based on certain considerations for certain purposes. The data collection technique used in this study was the *oversharing* behavior scale with 30 items. The data analysis technique in this study used the paired sample t-test through the SPSS 24 application. The results of this study showed a significant change by comparing the average pretest score of 810 and the average posttest score of 517 so that a difference of 293 was obtained so that there was a decrease in *oversharing* behavior that occurred in class XI students of SMK Negeri 5 Kota Madiun. From these results, it can be concluded that the hypothesis in this study is accepted, which means that the assertive training technique group counseling service is effective in reducing *oversharing* behavior in class XI students of SMK Negeri 5 Kota Madiun.

Key Terms : group counseling, assertive training, *oversharing* behavior