

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Seiring berjalannya waktu, semakin banyak masalah yang akan menimpa seseorang, tidak terkecuali terhadap seorang remaja. Remaja dituntut dapat mencari jalan keluar dari masalah yang dialaminya. Tindakan-tindakan impulsif sering dilakukan, sebagian karena tidak memprediksikan akibat dari tindakannya tersebut. Remaja yang diberikan kesempatan untuk mempertanggungjawabkan tindakan mereka, akan tumbuh menjadi orang yang bersikap dewasa yang lebih berhati-hati, lebih percaya diri dan mampu bertanggungjawab. Berdasarkan teori Piaget (Hurlock, 1994: 225) remaja telah mencapai tahap operasional formal dalam kemampuan kognitif sehingga remaja memiliki kemampuan mempertimbangkan kemungkinan penyelesaian masalah dan mempertanggungjawabkannya.

Fenomena yang terjadi di lapangan, menunjukkan berbagai permasalahan yang dialami remaja baik menyangkut permasalahan belajar, pribadi, sosial, dan karir. Hal tersebut ditunjukkan dengan hasil studi pendahuluan di SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara saat pertengahan bulan Maret 2010 melalui wawancara dengan guru pembimbing, ditemukan berbagai permasalahan yang dialami siswa diantaranya tidak mampu membagi waktu luang dan waktu belajar, malas mengerjakan tugas, belajar hanya sebatas mengejar nilai, belum mampu menyesuaikan diri, bergantung pada teman kelompok, terdapat beberapa siswa

yang terisolir dalam kelompoknya, tidak nyaman berada di kelas, tidak mentaati peraturan sekolah, memilih jurusan tertentu karena mengikuti teman dan *trend* bahwa jurusan yang dipilih lebih bagus dan bergengsi di sekolahnya.

Berdasarkan uraian mengenai permasalahan yang dialami remaja, baik dalam bidang belajar, pribadi, sosial dan karir, tentunya dapat menghambat proses perkembangan remaja dan keberhasilan dalam keempat bidang tersebut. Keberhasilan pencapaian tugas perkembangan remaja dapat disebabkan oleh berbagai faktor yaitu faktor eksternal (lingkungan) dan faktor internal (dari dalam diri remaja itu sendiri). Yusuf (2005: 210) menyebutkan faktor lingkungan seperti orang tua, teman, guru, lingkungan sekolah dan masyarakat yang tidak kondusif cenderung memberikan dampak yang kurang baik bagi perkembangan remaja dan sangat mungkin mereka akan mengalami kehidupan yang tidak nyaman, stress atau depresi. Menurut Sukmadinata (2004: 162) faktor penyebab yang bersifat internal adalah yang berasal dari kondisi fisik dan psikologis remaja, seperti kondisi kesehatan psikis, kemampuan-kemampuan intelektual, minat, bakat, emosi, motivasi dan kepribadian.

Berbagai faktor penyebab, baik yang bersifat eksternal maupun yang bersifat internal, diharapkan mampu mendorong remaja dalam mengarahkan diri untuk menyelesaikan tugas dan tuntutan dari keluarga, sekolah dan masyarakat. Menurut Lusiawati (2003) keberhasilan pencapaian tugas-tugas perkembangan remaja tidak hanya ditentukan oleh kemampuan dan kecerdasan yang tinggi saja, karena tidak semua orang mencapai prestasi optimal sesuai dengan potensi yang

dimilikinya. Faktor yang lebih penting adalah bagaimana upaya seseorang dalam mengaktualisasikan kemampuannya.

Fenomena permasalahan tersebut sebenarnya menggambarkan bahwa terdapat faktor dalam diri yang berperan dalam mengarahkan siswa untuk belajar dan bertingkah laku. Lusiawati (2003) kembali menjelaskan tentang adanya keyakinan siswa bahwa dirinya memiliki kendali terhadap pencapaian prestasi belajarnya dipandang sebagai faktor yang dapat mendasari siswa dalam mengerahkan usaha belajar. Pada saat siswa mampu melihat bahwa ada hubungan antara usaha yang dikerahkan dengan pencapaian prestasi diharapkan siswa akan lebih mengerahkan usaha dalam belajar karena menganggap prestasi sebagai hal yang dapat dikendalikan.

Keyakinan siswa mengenai kendali diri dalam mencapai prestasi sebenarnya terbentuk dari pandangannya terhadap faktor-faktor yang dianggap lebih menentukan pencapaian prestasi. Rotter (1972) dalam teorinya menyebutkan keyakinan mengenai faktor yang mengendalikan kejadian-kejadian dalam kehidupan sehari-hari disebut lokus kendali (*locus of control*).

Menurut Wasty Soemanto (Alinda, 2004: 3), pada dasarnya teori lokus kendali membahas mengenai lokasi kontrol diri individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Lokus kendali terbagi dalam dua dimensi, yaitu internal dan eksternal. Dimensi internal melihat bahwa tanggung jawab segala perbuatan itu berada pada diri si pelaku, sedangkan dimensi eksternal akan menganggap bahwa tanggung jawab segala perbuatan itu berada di luar diri si pelaku.

Permasalahan-permasalahan yang dialami remaja, baik dalam bidang belajar, pribadi, sosial dan karir, lebih dikarenakan remaja belum memiliki keyakinan kuat dalam diri bahwa kehidupannya itu dapat dikendalikan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Wanti Juwita (2009) terhadap siswa kelas X SMA Pasundan 8 Bandung yaitu 62 % memiliki kecenderungan lokus kendali internal dan sisanya sebanyak 38 % memiliki kecenderungan lokus kendali eksternal dalam pembelajarannya. Siswa yang memiliki kecenderungan lokus kendali eksternal diantaranya menunjukkan sikap lebih meyakini kekuatan lain di luar potensi diri, tidak yakin dengan perbuatan yang dilakukan, tidak berani menanggung resiko, seringkali melakukan perbuatan karena takut dengan aturan, mengerjakan tugas karena nilai semata, bergantung pada andil orang lain, dan tidak berani mengambil keputusan sendiri.

Sama halnya dengan hasil penelitian Ika Alinda (2004) yang menunjukkan bahwa lokus kendali memberikan kontribusi sebesar 13,6 % terhadap kenakalan yang dilakukan siswa. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku nakal siswa disebabkan oleh ketidakmampuan siswa dalam meyakini bahwa pengaruh-pengaruh negatif dari luar dapat dikendalikan oleh dirinya.

Melihat betapa pentingnya kedudukan lokus kendali dalam diri individu dan pengaruhnya terhadap perilaku yang ditimbulkan, maka diperlukan upaya bantuan bimbingan pribadi bagi remaja untuk mengembangkan lokus kendali agar mampu mengendalikan pikiran, perasaan dan tindakannya sehingga remaja menjadi lebih bertanggung jawab dan mampu menyelesaikan masalahnya.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Konsep lokus kendali merupakan konsep yang menunjuk pada keyakinan individu mengenai sumber penentu perilakunya (Djarmiko dalam Erlin Nurwanti, 2004: 23). Menurut Rotter terdapat dua jenis lokus kendali pada individu yaitu lokus kendali internal dan lokus kendali eksternal. Lokus kendali internal menunjuk kepada keyakinan individu bahwa peristiwa-peristiwa yang dialaminya merupakan akibat dari perbuatannya sedangkan lokus kendali eksternal menunjuk kepada keyakinan individu bahwa peristiwa-peristiwa yang dialami bukanlah akibat dari tindakannya melainkan akibat dari nasib, keberuntungan dan kekuatan-kekuatan lain diluar dirinya (Sukartini, S.P, 2003: 16).

Fenomena permasalahan belajar, pribadi, sosial dan karir yang dialami siswa disebabkan oleh keyakinan siswa bahwa permasalahan yang dialaminya disebabkan oleh lingkungan, nasib, dan kekuatan lain diluar dirinya. Hal ini berdasarkan pada pandangan Lusiwati (2003) bahwa siswa memandang keberhasilan atau kegagalan yang dialaminya disebabkan oleh faktor luar. Padahal pada kenyataannya, permasalahan yang dialami siswa lebih dikarenakan ketidakmampuan siswa dalam mengontrol segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya. Siswa yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mengendalikan *reward* dan *punishment*, lebih sedikit kemungkinannya untuk mengalami depresi dan lebih besar kemungkinannya untuk melakukan usaha memperbaiki situasi buruk dibandingkan orang yang memiliki keyakinan bahwa *reward* dan *punishment* dikendalikan faktor eksternal.

Berdasarkan keyakinan lokus kendali internal lebih banyak memunculkan pengaruh-pengaruh positif, maka pengembangan lokus kendali dalam penelitian ini lebih mengarah kepada aspek internal dari lokus kendali. Remaja yang memiliki kecenderungan lokus kendali eksternal akan diberikan suatu tindakan yang dapat mengembangkan lokus kendali internalnya.

Salah satu tindakan yang dapat digunakan untuk mengembangkan lokus kendali internal remaja adalah dengan menggunakan teknik latihan asertif (*assertive training*). Asertivitas berasal dari bahasa Inggris, yaitu *assert* yang berarti menyatakan, menegaskan, menuntut, dan memaksa. Menurut kamus Inggris-Indonesia (John M. Echols dan Hasan Shadily, 1995: 41) kata kerja *assert* berarti menyatakan atau menegaskan. *To assert* dapat juga berarti menyatakan dengan sopan dan manis serta hal-hal lain yang menyenangkan diri sendiri.

Teknik latihan asertif merupakan salah satu teknik dalam pendekatan konseling behavioral. Konseling behavioral berasal dari dua arah konsep yakni Pavlovian dari Ivan Pavlov dan Skinnerian dari B. F. Skinner. Berdasarkan pandangan behavioral, perilaku dipandang sebagai respon terhadap stimulasi atau perangsangan eksternal dan internal. Konseling behavioral membantu membangun hubungan antara situasi rangsangan dengan kebiasaan merespon rangsangan. Konseling behavioral selain belajar untuk mengubah perilaku, juga mengajarkan bagaimana menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas, dan membantu membuat keputusan yang tepat.

Teknik latihan asertif pada dasarnya merupakan penerapan latihan bagi perkembangan individu untuk mencapai tujuan yang lebih baik. Pada perilaku

asertif tingkat sensitivitas yang dimiliki cukup tinggi sehingga dapat membaca situasi yang terjadi di sekelilingnya, yang memudahkannya untuk menempatkan diri dan melakukan aktivitasnya secara strategis, terarah dan terkendali mantap.

Teknik latihan asertif digunakan untuk mengembangkan lokus kendali internal yang terdapat dalam diri remaja dalam setting sekolah. Teknik latihan asertif diberikan terhadap siswa-siswa yang memiliki lokus kendali eksternal yang ditunjukkan dengan sikap pasif dan keadaan ketidakberdayaan dalam menghadapi lingkungan, cenderung tidak memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuan menyelesaikan tugas dan tujuan, cenderung menyukai perilaku penyesuaian diri dengan lingkungan agar tetap bisa bertahan dalam situasi tersebut, dan hanya bersikap pasrah terhadap apa yang dihadapinya tanpa ada usaha untuk melakukan perubahan dan perbaikan.

Latihan asertif bertujuan agar individu yang memiliki lokus kendali eksternal mempunyai kemampuan untuk mengenali dan kemudian mengevaluasi atau mengubah cara berpikir, mengubah keyakinan dan perasaannya (mengenai diri sendiri dan lingkungan) yang salah sehingga individu dapat mengubah perilaku yang maladaptif dengan cara mempelajari keterampilan pengendalian diri dan strategi pemecahan masalah yang efektif (Okun, 1990).

Berdasarkan identifikasi permasalahan yang telah dipaparkan, permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan melalui pertanyaan penelitian sebagai berikut:

“Seberapa efektif teknik latihan asertif dapat mengembangkan lokus kendali internal remaja?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan teknik latihan asertif dalam mengembangkan lokus kendali remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Memberikan sumbangan pemikiran bagi pengembangan teknik konseling khususnya teknik latihan asertif dan umumnya bagi perkembangan ilmu psikologi.
- b. Memberikan sumbangan pemikiran bagi ilmu bimbingan dan konseling pada populasi klien dengan karakteristik lokus kendali eksternal.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pihak-pihak berikut.

a. Bagi Pihak Sekolah

Memberikan kontribusi dalam membuat kebijakan untuk menciptakan budaya sekolah yang memfasilitasi siswa untuk mengembangkan lokus kendalinya.

b. Bagi Bimbingan dan Konseling

Memberikan kontribusi dalam merancang strategi bimbingan dan konseling untuk mengembangkan lokus kendali siswa.

E. Asumsi dan Hipotesis

1. Lokus kendali merupakan bagian penting dari kepribadian (James Neill, 2005:1)
2. Individu dengan lokus kendali internal lebih banyak menimbulkan pengaruh-pengaruh positif terhadap kepribadian, sedangkan individu dengan lokus kendali eksternal lebih banyak mengambil sikap pasif dan kurang berusaha untuk memperoleh penguatan-penguatan (Lao dalam Munandar, 1980 : 15)
3. Latihan asertif pada dasarnya merupakan penerapan latihan bagi perkembangan individu untuk mencapai tujuan yang lebih baik. Pada perilaku asertif tingkat sensitivitas yang dimiliki cukup tinggi sehingga dapat membaca situasi yang terjadi di sekelilingnya, yang memudahkannya untuk menempatkan diri dan melakukan aktivitasnya secara strategis, terarah dan terkendali mantap (Corey, 2005: 248)
4. Untuk mengubah perasaan tentang suatu peristiwa adalah dengan mengubah cara berpikir tentang peristiwa tersebut (Michele Neenan & Windy Dryden, 2004: 3)
5. Terdapat hubungan antara sistem keyakinan internal dengan sikap asertif (Cooley dan Nowicki, 1984: 85)

Berdasarkan asumsi-asumsi yang dipaparkan, hipotesis penelitian ini dirumuskan sebagai berikut.

“Teknik latihan asertif efektif untuk mengembangkan lokus kendali internal remaja”

F. Pendekatan dan Metode Penelitian

Penelitian yang dikembangkan adalah penelitian kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang menggabungkan hasil analisis data yang diperoleh dengan menggunakan perhitungan-perhitungan statistik (analisis statistik) dalam bentuk data *numerical* atau angka sehingga memudahkan proses analisis dan penafsirannya.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pra-eksperimen dengan desain *prates-pascates* satu kelompok atau *one group pretest-posttest design*. Dalam desain penelitian ini, kelompok tidak diambil secara acak atau berpasangan, tidak ada kelompok pembanding, tetapi dilakukan tes awal dan tes akhir disamping perlakuan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah teknik non-tes dengan menggunakan angket (kuesioner), yaitu angket lokus kendali. Angket tentang lokus kendali yang disusun oleh Rotter yang kemudian dimodifikasi sesuai dengan keperluan penelitian. Instrumen penelitian tentang lokus kendali remaja mencakup aspek internal dan eksternal. Instrumen pengumpul data yang digunakan yaitu berupa angket berskala dua (*forced choice*) dengan jawaban internal atau eksternal.

Penyekoran instrumen lokus kendali dengan alternatif jawaban "internal" dan "eksternal", dengan skor:

1. Jika memilih pernyataan lokus kendali eksternal, maka nomor jawaban diberi skor 0 (nol).

2. Jika memilih pernyataan lokus kendali internal, maka nomor jawaban diberi skor 1 (satu).

Jika total skor lokus kendali responden rendah maka responden tersebut cenderung memiliki lokus kendali eksternal, dan sebaliknya jika skor total lokus kendali responden tinggi, maka responden tersebut cenderung memiliki lokus kendali internal.

Analisis data yang digunakan untuk mengetahui keefektifan teknik latihan asertif adalah uji beda dua rata-rata berpasangan (*paired t-test*) dengan menggunakan SPSS 17.0

Metode yang digunakan dalam menentukan sampel penelitian adalah *non-random sampling* yaitu dengan teknik *purposive sample*. Sampel diambil berdasarkan hasil pretest terhadap siswa kelas X SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung tahun ajaran 2009/2010 yang menunjukkan kecenderungan lokus kendali eksternal.

G. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung. Hal yang menjadi pertimbangan dalam menentukan sampel penelitian adalah:

1. Siswa SMA berdasarkan teori tingkatan perkembangan diri Loevinger sudah tergolong pada tingkatan perkembangan yang harus dicapai yaitu minimal konformitas menuju sadar diri selanjutnya saksama dan akhirnya individualitas.

2. Siswa SMA kelas X merupakan siswa yang berada pada masa penyesuaian baik akademis dan non akademis setelah berakhirnya masa SMP sehingga dapat dijadikan kesempatan untuk mengembangkan lokus kendalinya.
3. Siswa SMA berdasarkan teori perkembangan kognitif Jean Piaget telah mencapai tahap *formal operational* (12 tahun ke atas) sehingga siswa memiliki kemampuan memandang kemungkinan-kemungkinan yang ada melalui pikirannya, dapat mengorganisasikan masalah, dapat berpikir secara logis, dapat berpikir secara ilmiah dan dapat memecahkan masalah-masalah yang dihadapinya.
4. Menurut pihak bimbingan dan konseling di SMA Angkasa Lanud Husein Sastranegara Bandung belum ada program bimbingan yang khusus mengembangkan lokus kendali siswa.