

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini merupakan pendahuluan dari pelaporan penelitian yang membahas tentang latar belakang penelitian yang dilakukan, adapun yang menjadi fokus garapan dalam penelitian ini adalah masalah siswa yang tidak mampu untuk berperilaku asertif, dalam hal ini teknik yang digunakan adalah dengan *Assertive Training*. Kemudian bab ini juga membahas tentang rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

Assertive Training (pelatihan asertif) sebagai strategi dan teknik yang ada dalam pendekatan *behavioral* mulai semakin banyak mendapat perhatian dari para ahli dan praktisi dalam profesi konseling. Bahkan dalam pendekatan *behavioral*, *Assertive Training* merupakan teknik yang mencapai popularitas yang didalamnya merupakan satu bentuk dari keterampilan bersosialisasi (Corey, 1995: 429). Pada dasarnya *Assertive Training* merupakan suatu strategi yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif.

Teknik *Assertive Training* merupakan sarana atau alat untuk memperbaiki dalam hubungan interpersonal kehidupan sehari-hari, teknik ini memungkinkan kita untuk meningkatkan hidup menjadi lebih baik dan efektif secara pribadi dan berinteraksi dengan lingkungan. *Assertive Training* menunjukkan bagaimana hubungan sosial dapat dicapai. Bersikap tegas adalah tentang siapa kita sebenarnya dan juga tentang pengakuan dan menghormati cara pandang orang lain. *Assertive Training* menunjukkan bagaimana untuk berhubungan dengan apa yang kita inginkan, bagaimana mengubah pola pemikiran negative kita,

bagaimana menghargai pendapat kita sendiri, bagaimana menyampaikan penolakan dan kritik dan bagaimana membangun harga diri dan kepercayaan diri (Shan Rees dan Roderick S. Graham 1991: ii). Adapun tujuan dari *assertive training* ini adalah mengajarkan secara langsung kepada siswa seni untuk berkomunikasi secara lebih mendalam dengan orang lain, yang merupakan suatu pendekatan aktif terhadap kehidupan dan penguasaan diri (Festerhaim dan Jean Baer 1980: 11). Maksudnya dalam teknik *assertive training* ini memiliki tujuan untuk memudahkan siswa dalam melakukan komunikasi dengan orang lain dengan baik dan menyenangkan sehingga dengan komunikasi yang efektif ini kita sudah belajar untuk melakukan penguasaan terhadap diri sendiri.

Teknik AT bukan hanya digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif saja, beberapa penelitian di bidang bimbingan dan konseling yang menggunakan teknik AT seperti dilaporkan oleh: Ida Hendrayani (2011) dengan judul penelitian “Penggunaan teknik *Asertif Training* dalam mereduksi *overconvormity* terhadap kelompok teman sebaya pada siswa SMA”, penelitian tindakan terhadap siswa SMA Negeri 7 Bandung 2010/2011, berpendapat bahwa teknik *Asertif Training* efektif untuk mereduksi *overconvormity* terhadap kelompok teman sebaya pada SMA.

Pani Siti Haniah (2011) dalam penelitiannya tentang “*Asertif Training* untuk mencegah perilaku penyalahgunaan NAPZA pada remaja”, berpendapaat bahwa *Asertif Training* efektif untuk meningkatkan perilaku asertif remaja dalam mencegah perilaku penyalahgunaan NAPZA pada remaja.

Siti Maryam Y.A (2010) dalam penelitiannya tentang “ keefektivan teknik latihan asertif untuk mengembangkan lokus kendali internal remaja”. Dalam penelitian ini siswa yang menganggap bahwa segala sesuatu peristiwa kehidupan yang terjadi berada di luar kontrol diri dan tanggung jawabnya, akan dirubah persepsinya melalui latihan asertif, kegunaan latihan asertif ini adalah untuk membuat siswa memiliki keyakinan akan kemampuan diri sendiri, sehingga segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupannya juga merupakan tanggung jawabnya. Dalam penelitian ini di melaporkan bahwa *Asertif Training* efektif digunakan untuk mengembangkan lokus kendali internal.

Rahmawati Fauziah (2010) dalam penelitiannya yang berjudul tentang “Penggunaan teknik *Asertif Training* dalam mereduksi perilaku konsumtif remaja”, penelitian pra-eksperimen terhadap siswa kelas XI SMA Pasundan I Bandung. Melaporkan bahwa teknik *Asertif Training* dapat mereduksi perilaku konsumtif remaja.

Asertif Training merupakan latihan keterampilan-sosial yang diberikan pada individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan orang lain “menguasai” dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung. Karena faktor keunikan siswa baik dari latar belakang keluarga, lingkungan dan suku, seperti yang ada disekolah SMA Kartika Siliwangi yang memang mayoritas siswa terbagi menjadi beberapa suku yaitu: suku sunda, jawa dan lampung. Apakah faktor dari perbedaan suku juga akan mempengaruhi seorang siswa untuk bisa berperilaku asertif?. Berbicara dalam hubungannya dengan konteks budaya, dilaporkan oleh

Master (1980) bahwa meskipun latar belakang budaya dapat menentukan tingkat perilaku asertif yang diperlukan, AT dapat diberikan dan efektif untuk semua jenis populasi (Nursalim, 2005). Artinya bahwa perbedaan suku dan budaya bisa mempengaruhi siswa dalam berperilaku asertif, dan AT merupakan teknik yang efektif untuk diberikan kepada siswa dengan latar belakang suku yang berbeda. Sementara itu jika di lihat dari kedudukan gender baik laki-laki maupun perempuan, seperti dilaporkan oleh Osipow, Wish, dan Tosi (1984) menyatakan bahwa AT dengan variasi teknik yang berbeda terbukti dengan efektif dapat meningkatkan perilaku asertif subyek laki-laki maupun perempuan dengan variasi problem interpersonal yang berbeda (Nursaling, 2005).

Perilaku asertif merupakan perilaku ungkapan yang secara tegas dan tidak dibuat-buat serta tetap menghargai hak kepentingan orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari orang cenderung berperilaku non asertif mereka tidak menyadari dampak dari perilaku yang dia lakukan dengan membiarkan diri tidak berperilaku asertif justru sebenarnya akan merusak hubungan interpersonal diantara individu, karena dengan tidak membiasakan berperilaku asertif membuat kita dirugikan oleh orang lain, sehingga perilaku yang muncul dari individu adalah perilaku yang tidak sesuai dengan keinginan hati nurani individu tersebut.

Perilaku asertif dikatakan sebagai suatu bentuk interaksi sosial-interpersonal yang paling tepat karena ia mendorong hubungan interpersonal yang efektif. Asertif dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyatakan diri dengan tulus, jujur, jelas, tegas, terbuka, sopan, spontan, apa adanya, dan tepat tentang keinginan, pikiran, perasaan dan emosi yang dialami, apakah hal tersebut yang

dianggap menyenangkan ataupun mengganggu sesuai dengan hak-hak yang dimiliki dirinya tanpa merugikan, melukai, menyinggung, atau mengancam hak-hak, kenyamanan, dan integritas perasaan orang lain. Perilaku asertif tidak dilatarbelakangi maksud-maksud tertentu, seperti untuk memanipulasi, memanfaatkan, memperdaya atau pun mencari keuntungan dari pihak lain.

Pada hakikatnya, perilaku asertif yang merupakan tindakan untuk mempertahankan hak-hak personal yang dimilikinya adalah upaya untuk mencapai kebebasan emosi, yaitu kemampuan untuk menguasai diri, bersikap bebas dan menyenangkan, merespon hal-hal yang disukai atau tidak disukai secara tulus dan wajar, dan mengekspresikan cinta dan kasih sayang pada orang yang sangat berarti dalam hidupnya.

Ketika menjalani aktivitas keseharian tidak semua siswa mampu berperilaku asertif dan justru mereka memilih berperilaku non asertif (pasif), seperti memendam perasaannya, berpura-pura, menahan perbedaan pendapat atau sebaliknya dengan bersikap agresif. Keengganan ini umumnya karena dalam diri individu di isi oleh rasa takut dan khawatir mengecewakan orang lain, takut tidak diterima oleh kelompok sosialnya, takut dianggap tidak sopan, takut melukai perasaan atau menyakiti hati orang lain, takut dapat memutuskan tali hubungan persaudaraan atau persahabatan, dan sebagainya. Padahal, dengan membiarkan diri untuk bersikap non-asertif justru dapat mengancam hubungan yang ada karena salah satu pihak kemudian akan merasa dimanfaatkan oleh pihak lain, tidak menyelesaikan masalah-masalah emosional yang dihadapi, menurunkan harga diri, atau bahkan dapat menjadi “bom waktu” yang sewaktu-waktu dapat

mengancam kelangsungan hubungan pribadi dan sosial dan kesehatan mental seseorang, yaitu resiko terhadap timbulnya kecemasan dan stress. Perilaku asertif merupakan suatu bentuk penegasan diri yang positif yang mendukung terhadap kepuasan hidup pribadi dan kualitas hubungan sosial-interpersonal.

Jika digambarkan dalam sebuah perilaku disekolah siswa yang tidak mampu berperilaku asertif cenderung dirugikan oleh temannya sehingga yang muncul adalah hubungan yang tidak harmonis pada siswa, siswa yang tidak mampu mengatakan tidak cenderung disepelkan oleh temannya. Banyak siswa yang tidak mampu berperilaku asertif karena merasa takut tidak diakui dalam komunitas anak-anak lainnya, disadari atau tidak dengan berperilaku non asertif justru merugikan diri sendiri, misalnya ketika anak di ajak membolos dan dia sebenarnya tidak mau membolos akan tetapi karena ketidakmampuannya untuk mengatakan tidak akhirnya dia pun membolos, dalam hal ini sebenarnya siswa tersebut dirugikan karena sudah tidak belajar, dan pastinya siswa tersebut akan tertinggal dalam pelajaran dan jika dikaitkan dengan peraturan sekolah siswa akan mendapat suatu masalah karena telah melanggar peraturan sekolah yaitu membolos.

Gambaran yang diungkap di atas menunjukkan bahwa terdapat siswa yang tidak bisa berperilaku asertif, untuk itu perlunya bimbingan dan konseling di sekolah untuk membantu para siswa yang mengalami masalah tersebut. Hakekat bimbingan dan konseling adalah bantuan dalam rangka memfasilitasi siswa agar mencapai tugas-tugas perkembangan yang optimal dan memandirikan artinya ketika seorang siswa tidak mampu berperilaku asertif maka bisa dikatakan siswa

tersebut tidak bisa berkembang secara optimal karena berada didalam tekanan dirinya sendiri dan lingkungannya.

Sekolah yang didalamnya menyangkut guru bimbingan dan konseling mempunyai peranan dan tanggung jawab penting dalam membantu para siswa mencapai tugas perkembangannya, dan sekolah seyogyanya berupaya untuk menciptakan iklim yang kondusif atau kondisi yang dapat memfasilitasi siswa mencapai tugas perkembangannya yang menyangkut aspek-aspek kematangan dalam berinteraksi sosial, dan kematangan personal dalam hidup. Kebutuhan siswa dalam perlakuan sosial disebabkan karena para siswa dituntut untuk berinteraksi dengan orang lain dalam situasi tertentu. Kemampuan siswa dalam membangun hubungan interpersonal yang dinamis dan harmonis dapat membawa siswa mengembangkan dirinya secara optimal. Dengan demikian sekolah sebagai suatu lingkungan pendidikan harus dapat menerapkan, menciptakan, dan memberikan suasana psikologi yang dapat mendorong perilaku sosial yang memadai sehingga kebutuhan sosial yang diharapkan dapat terpenuhi. Dalam konsep layanan bimbingan dan konseling manusia dipandang sebagai suatu kesatuan. Pengaruh terhadap satu aspek pada seorang individu akan mempengaruhi keseluruhan pribadinya. Perlunya layanan bimbingan dan konseling adalah untuk memfasilitasi pengetahuan dan perubahan perilaku siswa yang tidak asertif menjadi perilaku asertif.

Berdasarkan uraian di atas, perlu kiranya siswa yang memiliki masalah tentang perilaku asertif dibantu memecahkan masalah yang dihadapi. Banyak cara yang dapat dilakukan salah satu diantaranya melalui *Assertive Training* (pelatihan

asertif). Penekanan *Asertif Training* adalah pada "keterampilan" dan penggunaan keterampilan tersebut dalam tindakan, Alberti 1980, (Nursalim, 2005:130).

Assertive Training digunakan untuk membantu orang-orang yang :

1. tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung.
2. menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.
3. memiliki kesulitan untuk mengatakan "TIDAK".
4. mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respons-respons positif lainnya.
5. merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri. (Corey,2009:213)

Pelatihan 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.

Lebih jauh lagi perilaku asertif membuat seseorang merasa bertanggung jawab dan konsekuen untuk melaksanakan keputusannya sendiri. Individu bebas untuk mengemukakan berbagai keinginan, pendapat, gagasan, dan perasaan secara terbuka sambil tetap memperhatikan juga pendapat orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung, masih ditemukan siswa yang melanggar peraturan sekolah seperti membolos dan merokok di lingkungan sekolah dan juga munculnya fenomena

seperti masih banyaknya siswa yang dirugikan oleh temannya karena tidak ada keberdayaan untuk “melawan” sehingga yang terjadi adalah timbulnya masalah di sekolah baik secara individu maupun secara berkelompok. Masalah secara individu dimaksudkan seperti timbulnya kecemasan pada diri siswa yang mengakibatkan ketidaknyamanan siswa dalam menjalani aktifitas di sekolah yang berujung pada terganggunya proses belajar siswa tersebut. Kemudian masalah secara berkelompok dalam hal ini dicontohkan seperti membolos secara masal dan merokok dilingkungan sekolah. Masalah-masalah ini muncul karena siswa takut dijauhi oleh temannya jika mengatakan tidak untuk sebuah ajakan.

Sekolah merupakan lembaga formal yang secara khusus dibentuk untuk menyelenggarakan pendidikan bagi warga masyarakat. Arah pembentukan lembaga ini adalah memberikan arah kemudahan pencapaian perkembangan yang optimal terhadap peserta didik, termasuk didalamnya bimbingan dan konseling sebagai bagian integral dari pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam proses membantu siswa untuk mencapai tahap perkembangan yang optimal, sehingga dengan terbebasnya siswa dalam masalah akan memudahkan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah.

Perilaku yang ditunjukkan di atas sehingga menjadi sebuah masalah, perlu kiranya untuk segera diselesaikan oleh para pendidik, terlebih oleh guru bimbingan dan konseling melalui bentuk layanan responsif sehingga masalah itu dapat terselesaikan dan tidak mengganggu perkembangan siswa, baik secara akademik maupun secara pribadi-sosial. Masalah-masalah seperti membolos dan merokok di lingkungan sekolah seperti yang diuraikan di atas diindikasikan karena

siswa kurang memiliki keterampilan untuk berperilaku asertif sehingga yang muncul adalah ketidak beranian untuk menolak sesuatu yang memang dia tidak inginkan. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Teknik *Assertive Training* (AT) untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung.

B. Rumusan Masalah

Menurut kamus Webster Third International (Fensterheim, 1980: 14) kata kerja *assert* berarti menyatakan atau bersikap positif, yakni berterus terang, atau tegas. Perilaku asertif adalah suatu perilaku seseorang yang merespon suatu stimulus dari lingkungannya dengan tegas dan menjaga hak dirinya tanpa melanggar hak orang lain. Seperti di gambarkan dalam fenomena di atas, beberapa masalah yang muncul yaitu perilaku membolos dan merokok di lingkungan sekolah, hal ini terjadi mungkin atau diindikasi karena siswa menunjukkan perilaku yang tidak bisa berterus terang atau tegas, dalam kata lain siswa kurang memiliki keterampilan untuk berperilaku asertif.

Secara umum penelitian ini difokuskan untuk menjawab “Bagaimana rumusan pedoman *Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung?”. Secara khusus permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini diperinci dalam pertanyaan-pertanyaan berikut.

1. Seperti apa profil asertivitas siswa SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung?
2. Bagaimana teknik *Assertive Training* yang dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa ?

3. Bagaimana efektivitas *Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMA Kartika Siliwangi 2 Bandung?
4. Apakah ada perbedaan perilaku asertif antara siswa laki-laki dan siswa perempuan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum tujuan penelitian ini adalah menghasilkan panduan *Assertive Training* yang digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

2. Tujuan Khusus

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Memperoleh data dan gambaran tentang tingkat asertivitas siswa SMA Kartika Siliwangi 2.
- b. Memperoleh program bimbingan dan konseling dengan teknik *Assertive Training* yang dapat meningkatkan perilaku asertif siswa.
- c. Menguji efektivitas *Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat teoretis

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan dalam menambah wawasan dan kepustakaan dan memberikan kontribusi nyata

pada dunia pendidikan khususnya dalam kajian bidang bimbingan dan konseling yang terkait dengan *Assertive Training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

2. Manfaat praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut.

a. Kepala Sekolah

Bagi kepala sekolah hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam mengembangkan kebijakan yang fokusnya pada proses layanan bimbingan dan konseling, utamanya pada kegiatan *assertive training*.

b. Guru Bimbingan dan Konseling/Konselor

Sebagai rujukan bagi guru bimbingan dan konseling agar dapat melaksanakan kegiatan layanan secara optimal melalui pemahamannya tentang perilaku asertif siswa.

c. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan terutama bagi yang ingin mengadakan penelitian lebih lanjut yang menyangkut program bimbingan dan konseling dengan teknik *Assertif Training* untuk meningkatkan perilaku asertif dan mereduksi perilaku agresif pada layanan bimbingan dan konseling.