

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan sebagai usaha individu alam mengembangkan hidupnya kearah lebih baik. Manusia tidak akan bisa mengembangkan kemampuannya tanpa pendidikan. Sejalan dengan undang-undang No. 20 Tahun 2003 (pasal 1) tentang sistem pendidikan nasional yang menyebutkan bahwa: “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”.

Mencapai keberhasilan dalam pendidikan dibutuhkannya proses pembelajaran yang melibatkan peran tenaga pengajar serta peserta didik. Selama proses pembelajaran, ada beberapa permasalahan yang bisa menghalangi proses pembelajaran, baik itu permasalahan *internal* maupun *eksternal* yang dihadapi oleh siswa. Oleh karenanya, permasalahan tersebut perlu segera ditangani agar siswa dapat mencapai keberhasilan dalam dunia pendidikan.

Terdapat banyak kendala yang bisa menghambat pembelajaran siswa, salah satu kendala yang dapat menghambat pembelajaran siswa ialah komunikasi. Komunikasi merupakan proses pengiriman informasi atau pesan dari satu individu ke individu lainnya, dengan tujuan guna mendapatkan

pengetahuan serta saling mempengaruhi. Dalam komunikasi, penggunaan kata yang mudah dimengerti oleh individu lain sangat penting, sebab lewat perantara komunikasi, perasaan individu atau sekelompok individu dapat tersampaikan dan dapat dimengerti oleh individu lain. Komunikasi memiliki peran yang amat bernilai di kehidupan sehari-hari, sebab manusia merupakan makhluk sosial yang terus berinteraksi dengan orang lain. Akibatnya menciptakan komunikasi yang baik perlu dilakukan agar terhindar dari konflik dan mencapai keselarasan antar individu lainnya.

Dalam lingkungan sekolah, para siswa berupaya beradaptasi supaya dapat diterima sekelompok individu lain, biarpun terkadang mereka melakukannya tanpa memperhatikan kondisi diri sendiri. Terkadang, mereka merasa terpaksa atau tidak dapat mengikuti kehendak hati mereka karena perilaku asertif yang kurang. Namun, dengan melatih perilaku asertif, siswa jauh lebih mudah untuk mengekspresikan serta mengkomunikasikan keinginan dan pendapat mereka dengan tegas. Perilaku asertif merupakan kemampuan untuk mengutarakan hak pribadi, keinginan, serta perasaan dengan memperhatikan hak, keinginan dan perasaan orang lain. Sedangkan non asertif ialah ketidakmampuan dalam mengutarakan hak pribadi, keinginan, serta perasaan karena terlalu memikirkan kebahagiaan orang lain.

Permasalahan tentang rendahnya perilaku asertif ini tentunya dapat menghambat proses belajar siswa, yang mana dalam kegiatan belajar peserta didik diharapkan untuk aktif dalam mengutarakan keinginan, saran dan pendapatnya dengan jujur dan terbuka. Setiap individu tentunya perlu

mempunyai perilaku asertif, individu berperilaku asertif lebih mudah untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Selain dari menghambat proses pembelajaran perilaku tidak asertif juga berpengaruh dalam dunia pertemanan, yang mana individu yang tidak mampu bersikap asertif sering kali mengorbankan dirinya demi kenyamanan individu lainnya.

Perilaku asertif ialah kecakapan individu menjaga keseimbangan hubungan dengan individu lain, memungkinkan individu berbuat sesuai kepentingan pribadi, membela diri tanpa merasa cemas, mengungkapkan perasaan dengan jujur dan nyaman, mengakui hak-hak pribadi, serta menghormati hak pribadi orang lain (Alberti & Emmons, 2002:41-42).

Kemampuan berperilaku asertif tentunya sangat penting untuk setiap orang karena dapat membantu mengurangi konflik dengan orang lain. Dengan perilaku asertif yang baik, setiap individu akan lebih mudah bertemanan dengan individu lain, lingkungan sekitar, dan masyarakat secara umum. Selain itu, perilaku asertif yang baik juga memungkinkan remaja untuk dengan mudah mengungkapkan apa yang ingin mereka sampaikan dan mencari solusi dari permasalahan yang mereka hadapi.

Siswa diharapkan memiliki perilaku asertif di lingkungan sekolah, terutama di dalam kelas. Dalam proses pembelajaran, siswa diharapkan dapat berkomunikasi dengan lancar, terutama dalam mengutarakan pendapat atau merespons pendapat siswa lain. Siswa yang mempunyai keterampilan asertif yang baik akan mampu menjawab pertanyaan serta memberikan pendapat,

bahkan menanggapi pendapat dari siswa lain tanpa melukai perasaan mereka. Namun, individu yang kurang memiliki keterampilan asertif cenderung menjadi pasif, pendiam, atau menyendiri di dalam kelas, bahkan bisa menjadi agresif dan dapat memicu perilaku *bullying*.

Rendahnya perilaku asertif ini masih sering dijumpai dalam lingkungan pendidikan, fenomena tersebut ditemukan oleh peneliti di SMPN 22 Kota Jambi, pada saat melakukan observasi pada tanggal 24 juli 2023 yang mana ditemukannya beberapa siswa yang memiliki ciri-ciri dari perilaku tidak asertif seperti siswa yang tidak percaya diri, sulit mengutarakan perasaannya, tidak mampu menyampaikan keinginannya, selalu merasa bersalah saat menolak permintaan temannya, dan sering mengorbankan kenyamanan dirinya demi kenyamanan orang disekitarnya.

Temuan yang peneliti dapat saat melakukan observasi diperkuat dengan adanya wawancara yang peneliti lakukan dengan wali kelas dan guru mata pelajaran, serta beberapa siswa kelas VII SMP Negeri 22 Kota Jambi pada tanggal 24 Juli 2023, dalam wawancara tersebut mendapatkan hasil bahwa adanya siswa yang memiliki perilaku kurang asertif, yang mana siswa tersebut cenderung diam saat kegiatan belajar, saat ditanya oleh guru siswa tersebut seperti ragu untuk menjawab, tidak banyak berbicara dengan temannya saat di kelas, serta tidak aktif dalam menyampaikan pendapatnya saat kegiatan diskusi dikelas.

Selanjutnya dari hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti dengan guru Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 22 Kota Jambi pada tanggal 24 juli 2023 tentang upaya yang telah dilakukan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa hanya sebatas mengajak siswa untuk berbicara saat dikelas dan selalu melibatkan siswa tersebut dalam kegiatan diskusi dikelas. Teknik *Assertive Training* belum pernah dilakukan dalam mengatasi permasalahan perilaku asertif ini.

Assertive Training adalah metode dalam konseling *Behavioral* yang berfokus dalam permasalahan sulit mengutarakan perasaan. Latihan asertif dapat melatih siswa yang memiliki permasalahan dalam komunikasi dan juga dapat melatih siswa yang mengalami kesusahan untuk mengutarakan perasaan serta pikirannya.

Berdasarkan permasalahan serta fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka perlunya dilakukan peningkatan perilaku asertif siswa dengan teknik *Assertive Training*. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan eksperimen dengan judul penelitian **“Efektivitas *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Di SMP Negeri 22 Kota Jambi”**

B. Batasan Masalah

Dari konteks masalah yang sebutkan sebelumnya, maka batasan permasalahan pada penelitian ini ialah membahas tentang Efektivitas *Assertive Training* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa di SMP Negeri 22 Kota Jambi :

1. Penelitian ini hanya difokuskan pada perilaku asertif siswa diantaranya: kesetaraan dalam hubungan, bertindak sesuai kepentingan, membela diri, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, menerapkan hak-hak pribadi, serta menghormati hak-hak orang lain.
2. Kegiatan dalam penelitian ini hanya menggunakan teknik *Assertive Training*.
3. Subjek dalam penelitian ini adalah 16 orang siswa kelas VII yang menjadi sampel penelitian.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan, maka didapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat perilaku asertif siswa kelas VII SMP N 22 KOTA JAMBI sebelum diberikan perlakuan?
2. Bagaimana tingkat perilaku asertif siswa kelas VII SMP N 22 KOTA JAMBI sesudah diberikan perlakuan?
3. Apakah *Assertive Training* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat perilaku asertif siswa sebelum diberikan perlakuan.

2. Untuk mengetahui tingkat perilaku asertif siswa sesudah diberikan perlakuan.
3. Untuk mengetahui apakah *Assertive Training* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

E. Manfaat Penelitian

Dengan tujuan penelitian yang sudah dijelaskan diatas, diharapkan hasil penelitian ini bisa memberi manfaat:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian bisa menambah wawasan serta pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling terutama terkait dengan perilaku asertif dan teknik *Assertive Training*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa : manfaat praktis bagi siswa dalam penelitian ini ialah untuk membantu mereka mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan perilaku asertif.
- b. Bagi guru / sekolah : agar dapat dijadikan masukan untuk membantu siswa yang mempunyai permasalahan berkaitan dengan perilaku asertif yang rendah untuk dapat menggunakan *Assertive Training* sebagai upaya meningkatkan perilaku asertif.
- c. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi sumber informasi yang berguna terutama dalam konteks perilaku asertif dan *Assertive Training*.

F. Anggapan Dasar

Menurut sutja, dkk (2017:47) anggapan dasar atau disebut juga dengan asumsi adalah prinsip, keyakinan, atau predisposisi yang menjadi dasar bagi peneliti dalam merumuskan hipotesis atau pertanyaan penelitian. Dengan demikian anggapan dasar dalam penelitian ini mengacu bahwa:

1. Setiap siswa disekolah memiliki tingkat perilaku asertif yang berbeda-beda.
2. *Assertive Training* merupakan teknik yang tepat untuk meningkatkan perilaku asertif siswa.

G. Hipotesis Penelitian

Menurut sutja, dkk (2017:49) hipotesis ialah tebakan atau jawaban awal terhadap hasil penelitian. Maka hipotesis penelitian ini ialah:

Ha : Terdapat peningkatan perilaku asertif setelah diberikan perlakuan berupa Assertive Training.

H. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan mengenai variabel yang dipakai pada penelitian ini. Berikut adalah pengertian operasional dari variabel yang digunakan dalam penelitian ini:

1. Perilaku Asertif : Perilaku asertif ialah perilaku yang mendukung kesetaraan dalam hubungan manusia, memungkinkan kita bertindak sesuai dengan kepentingan pribadi tanpa kecemasan berlebihan,

mengungkapkan perasaan secara jujur dan nyaman, serta menunaikan hak-hak pribadi tanpa merugikan hak orang lain.

2. *Assetive Training : Assertive Training* atau latihan asertif ialah metode yang dipakai guna mengatasi ketidaksesuaian dalam hubungan antar pribadi, seperti kesulitan dalam berkomunikasi, serta melatih kemampuan untuk mengungkapkan perasaan pikiran dan keinginan dalam diri. Tujuan dari latihan asertif ini ialah guna membantu individu yang susah berkomunikasi, mendorong individu untuk berani berpendapat, mengutarakan keinginan yang ada dalam diri, serta membantu individu untuk lebih berani menyampaikan perasaan, dan pikirannya.

I. Kerangka Konseptual

Sutja, dkk (2017:54) menjelaskan bahwa kerangka konseptual atau paradigma, ialah representasi visual dari konsep-konsep yang dipakai pada penelitian. Kerangka konseptual dalam penelitian ini ialah sebagai berikut:

Gambar 1. 1 Kerangka Konseptual