

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Hurlock (1980, h.206) menyatakan bahwa masa remaja berlangsung pada usia 12 – 16 atau 17 tahun. Pada usia tersebut pada umumnya sedang menempuh jenjang Pendidikan menengah pertama dan menengah atas, sehingga dapat dikatakan bahwa sebagian waktu kesehariannya banyak dihabiskan di sekolah. Oleh karena itu sekolah berperan penting dalam proses perkembangan remaja, hal ini sejalan dengan tujuan Pendidikan yang tertuang dalam Undang-undang No.20 Tahun 2003 tentang tujuan Pendidikan Nasional Bab II Pasal 3, yang berisi bahwa Pendidikan di sekolah harus menjadi prioritas utama dalam mengembangkan kemampuan dan membentuk pribadi siswa yang berkualitas dan berprestasi tinggi, dimana salah satu tugas utama sekolah adalah mempersiapkan siswa agar mampu mencapai perkembangannya secara optimal. Siswa yang telah mencapai perkembangannya secara optimal terlihat dari hasil prestasi belajarnya. Untuk mencapai prestasi belajar yang maksimal hendaknya siswa memiliki salah satu kemampuan yang dibutuhkan dalam suasana kelas atau suatu aktifitas belajar yang dilakukan secara berkelompok, yaitu kemampuan dalam berperilaku asertif.

Alberti dan Emmons (2017, h. 60) mengatakan perilaku asertif adalah individu yang mampu mengekspresikan diri, tegas, positif dan penuh kegigihan. Asertif memungkinkan kita untuk bertindak demi kepentingan diri sendiri, untuk membela diri tanpa adanya perasaan cemas yang tidak semestinya, untuk

menjalankan hak-hak pribadi tanpa menyangkal hak orang lain, dan untuk mengekspresikan kebutuhan diri kita dan perasaan (kasih sayang, cinta, persahabatan, kekecewaan, kejengkelan, kemarahan, penyesalan, kesedihan) dengan jujur dan nyaman.

Perilaku asertif menurut Dewi (2016, h. 2) adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan sangat baik secara terbuka serta mampu untuk menegakkan hak-hak yang dimiliki individu secara baik tanpa melanggar hak yang dimiliki orang lain.

Karneli & Ngatini (2021, h.74) menyatakan individu yang tidak memiliki perilaku asertif akan kesulitan dalam proses penyesuaian dirinya, cenderung pasif, dan kurang mampu dalam mengemukakan keinginan dan pendapatnya.

Menurut Muntazia (2015, h. 2) kemampuan dalam bersikap asertif itu penting untuk semua orang terutama untuk memenuhi segala kebutuhan dan keinginan, dalam hal ini terkait hubungan sosialisasi dengan lingkungan sekitar terutama remaja yang mulai tertarik dengan lingkungan sosial yang berada di luar keluarganya.

Jadi dengan berperilaku asertif siswa diharapkan dapat bersikap bebas dalam mengemukakan pendapat, berani dalam bertanya, memberikan tanggapan dan saran, serta mengungkapkan keinginannya secara langsung dengan jujur dan terbuka dalam kegiatan pembelajaran maupun dalam kehidupan sosialnya.

Namun kenyataannya, berdasarkan hasil pra-riset dengan cara mewawancarai guru BK dan juga beberapa Guru Mata Pelajaran kelas X (Guru Bahasa Indonesia, Guru Agama Islam, Guru PKN, dan Guru Bahasa Inggris)

mengatakan bahwa siswa kelas X masih belum mampu secara aktif untuk terlibat langsung selama proses pembelajaran dan ketika diskusi kelas, para Guru mengatakan siswa masih sering malu-malu ketika diminta untuk menjawab pertanyaan, dan untuk mengemukakan pendapatnya. Dari tindakan yang dilakukan oleh para siswa tersebut menunjukkan ciri-ciri dari tidak berperilaku asertif. Hal ini juga diperkuat dengan hasil jawaban angket perilaku asertif siswa kelas X yaitu kelas X C ketika pre-test, yang mana dari 34 siswa terdapat 10 siswa yang mendapatkan jawaban dengan kategori yang rendah.

Dengan pernyataan di atas, salah satu usaha yang dapat di berikan kepada para siswa supaya memiliki perilaku asertif yang baik adalah dengan memberikan layanan Bimbingan & Konseling. Secara umum, Bimbingan & Konseling dalam dunia Pendidikan merupakan suatu kegiatan dengan cara memberikan bantuan kepada para siswa dengan memikirkan kebutuhan dan juga kesulitan yang ada pada siswa, dengan begitu diharapkan mereka dapat mengembangkan potensi se-optimal mungkin, seperti mereka dapat memahami diri sendiri, menyesuaikan diri dan dapat bertindak sesuai dengan tuntutan dan keadaan yang ada di sekolah dan juga di lingkungan masyarakat. Bimbingan & konseling juga memiliki banyak layanan yang dapat bermanfaat dalam proses pengembangan siswa salah satunya adalah layanan bimbingan kelompok.

Dalam hal ini peneliti berniat menggunakan Bimbingan kelompok sebagai proses bantuan yang akan diberikan untuk membantu siswa dapat meningkatkan perilaku asertif. Karena menurut Prayitno (2017, h.86) tujuan khusus dari Bimbingan kelompok untuk semua anggota supaya mampu untuk berbicara

dengan efektif di depan orang lain; memiliki tanggung jawab atas pendapat yang dikemukakan; mampu untuk mengontrol diri dan emosi; dan memiliki sikap menghargai orang lain. Dari pendapat di atas terkait dengan tujuan bimbingan kelompok sangat sesuai dengan ciri-ciri individu yang memiliki sikap asertif.

Selain bimbingan kelompok, terdapat salah satu teknik dalam bimbingan & konseling yang dapat membantu untuk meningkatkan perilaku asertif siswa yaitu *assertive training*. Menurut Willis (2019, h.72) *assertive training* merupakan teknik yang khususkan untuk membantu seseorang yang mengalami kesulitan untuk mengungkapkan isi perasaannya.

Oleh karena itu, hal ini semakin menambah keyakinan peneliti bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif siswa. Dengan cara memberikan bantuan informasi dengan topik-topik pembahasan terkait cara meningkatkan perilaku asertif pada diri siswa.

Penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yulita (2020) yang berjudul Efektivitas Penggunaan Latihan Asertif Melalui Bimbingan Kelompok Untuk Peningkatan Perilaku Asertif Individu. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah bimbingan kelompok dengan teknik latihan asertif yang diberikan kepada siswa dapat meningkatkan asertivitas pada mereka. Dan hasil yang ditunjukkan dari penelitian tersebut dinyatakan bahwa Bimbingan Kelompok dengan teknik latihan asertif efektif dalam meningkatkan asertivitas pada siswa.

Berdasarkan penjelasan dalam latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Keefektifan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Assertive Training* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Kelas X Di SMA Negeri 10 Pontianak”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah secara umum dalam penelitian ini adalah, “Apakah bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak?”.

Selanjutnya dapat dijabarkan dalam masalah khusus dari masalah umum di atas, sebagai berikut :

1. Bagaimanakah perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*?
2. Bagaimanakah perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*?
3. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak.

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi objektif dan mendeskripsikan tentang :

1. Perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.
2. Perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.
3. Signifikansi perilaku asertif siswa kelas X di SMA Negeri 10 Pontianak sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*.

### **D. Manfaat Penelitian**

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat baik itu secara teoritis ataupun secara praktis bagi Bimbingan dan Konseling di sekolah terutama yang berkaitan dengan pengembangan diri.

#### **1. Manfaat Teoritis**

Memberikan informasi terkait keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan perilaku asertif siswa dan juga dapat memberikan pengetahuan terkait Bimbingan dan Konseling khususnya bimbingan kelompok dalam bidang pribadi.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peserta Didik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan siswa dalam perkembangan pribadinya terutama dalam upaya meningkatkan sikap asertifnya.

### b. Bagi Guru BK

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memberikan masukan bagi guru BK/konselor dalam melaksanakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* terutama dalam bidang pribadi untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam berperilaku asertif.

### c. Bagi Sekolah

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui perkembangan diri dalam masing-masing siswa sehingga tercapainya pengembangan diri secara optimal.

### d. Bagi Peneliti

Diharapkan peneliti dapat menambah pengalaman dan wawasan mengenai bagaimana keefektifan Bimbingan Kelompok dengan teknik *assertive training* untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa.

## E. Ruang Lingkup dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu Bimbingan kelompok sebagai variabel bebas dan perilaku asertif sebagai variabel terikat.

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa, “ Variabel penelitian adalah suatu

atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.” (h.57). Menurut hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain maka macam-macam variabel dalam penelitian dapat dibedakan menjadi dua jenis yaitu :

a. Variabel Bebas

Sugiyono (2019) menyebutkan bahwa, “Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat).” (h.57). Adapun variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah Bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training*. Bimbingan kelompok menurut Prayitno (2017, h. 53) memiliki 4 tahap yaitu sebagai berikut:

- 1) Tahap pembentukan
- 2) Tahap peralihan
- 3) Tahap kegiatan
- 4) Tahap akhir

Adapun Langkah-langkah dalam teknik *assertive training* menurut Nursalim (2014, h. 146) yaitu :

- 1) Rasional Strategi.
- 2) Identifikasi keadaan yang menimbulkan persoalan.
- 3) Membedakan perilaku asertif dan tidak asertif serta mengeksplorasi target.



- 4) Bermain peran, pemberian umpan balik serta pemberian model perilaku yang lebih baik.
- 5) Melaksanakan latihan dan praktik.
- 6) Mengulang latihan.
- 7) Terminasi.

b. Variabel Terikat

Menurut Sugiyono (2019), “ Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.” (h.57). Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah perilaku asertif. Alberti dan Emmons (2017, h.61) menguraikan perilaku asertif menjadi 6 aspek, sebagai berikut :

- 1) Memandang kesetaraan antar sesama manusia.
- 2) Membela diri sendiri tanpa rasa cemas.
- 3) Bertindak sesuai kepentingan pribadi.
- 4) Bebas mengemukakan isi perasaan dengan jujur.
- 5) Mempertahankan hak pribadi.
- 6) Menghargai hak orang lain.

## **2. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu batasan dalam pengertian yang dijadikan sebagai pedoman untuk melakukan penelitian. Definisi operasional sendiri dapat digunakan untuk menentukan, menilai, atau mengukur variabel dalam penelitian. Sehingga definisi operasional penelitian ini dipaparkan sebagai berikut:

**a. Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok yang dimaksud dalam penelitian ini adalah salah satu layanan praktik bimbingan kepada anggota kelompok untuk mengembangkan sikap, keterampilan, dan keberanian sosial secara optimal dalam dinamika kelompok.

**b. Perilaku Asertif**

Perilaku asertif yang ingin ditingkatkan dalam penelitian ini adalah perilaku asertif siswa dalam pembelajaran. Perilaku ditandai dengan keberanian siswa dalam berpendapat ketika diskusi kelas, aktif bertanya ketika proses pembelajaran berlangsung, dan berani bersikap tegas terhadap ajakan atau permintaan seseorang yang dinilai kurang baik untuk dilakukan.

**c. Teknik *Assertive Training***

*Assertive Training* merupakan latihan yang ditujukan untuk membantu individu yang mengalami kesulitan untuk menyatakan isi perasaannya dan juga kesulitan dalam mengatakan “tidak” terhadap hal yang tidak disukainya.

**d. Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan *Assertive Training* dalam Meningkatkan Perilaku Asertif pada Siswa**

Keefektifan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* dalam penelitian ini dilihat dari adanya peningkatan keberanian siswa dalam berpendapat ataupun bertanya secara verbal baik yang

menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan ketika kegiatan pembelajaran.