



Kondisi Perilaku Asertif Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama

Suharsimi Arikunto¹, Purwadi², Mufied Fauziah³, Hurin Nabila⁴
Universitas Ahmad Dahlan^{1,2,3,4}

suharsimi.arikunto@bk.uad.ac.id¹, purwadi@psy.uad.ac.id²,
mufied.fauziah@bk.uad.ac.id³, hurin1900001123@webmail.uad.ac.id⁴

ABSTRACT

The aim of this research is to obtain information regarding the condition of assertive behavior in junior high school students. This research uses a descriptive method with a quantitative approach. The research subjects in this study were junior high school students with a total of 137 students with the research variable assertive behavior. Assertive behavior is measured using an assertive behavior scale whose validity and reliability have been tested. The data obtained was then analyzed by calculating the percentage of the level of assertive behavior manifested by junior high school students who had filled out the instrument. The research results obtained were the percentage of assertive behavior in junior high school students. The results of this percentage show that there are no students (0%) who fall into the very low category, 2 students (1%) fall into the low category, 25 students (18%) fall into the medium category, 86 students (63%) fall into the high category, and 24 students (18%) fall into the very high category. In this way, it is hoped that the results of this research can be of interest to guidance and counseling teachers and counselors in increasing students' assertive behavior, so that students can live prosperously and comfortably in social situations.

Keywords: assertive behavior, junior high school students

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk memperoleh informasi terkait kondisi perilaku asertif pada siswa SMP. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Adapun subjek penelitian dalam penelitian ini yaitu siswa SMP dengan jumlah 137 siswa dengan variabel penelitian perilaku asertif. Perilaku asertif diukur menggunakan skala perilaku asertif yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data yang diperoleh, selanjutnya dianalisis dengan menghitung persentase dari tingkat perilaku asertif yang termanifestasi dari siswa SMP yang telah mengisi instrumen tersebut. Hasil penelitian yang didapatkan yaitu memperoleh persentase perilaku asertif pada siswa SMP. Hasil persentase ini menunjukkan bahwa tidak ada siswa (0%) yang masuk ke dalam kategori sangat rendah, 2 siswa (1%) masuk ke dalam kategori rendah, 25 siswa (18%) masuk ke dalam kategori sedang, 86 siswa (63%) masuk ke dalam kategori tinggi, dan 24 siswa (18%) masuk ke dalam kategori sangat tinggi. Dengan begitu perlu kiranya hasil penelitian ini dapat menjadi perhatian bagi guru BK maupun konselor dalam meningkatkan perilaku asertif siswa, sehingga siswa dapat hidup dengan sejahtera dan nyaman dalam ber sosial.

Kata Kunci: perilaku asertif, siswa sekolah menengah pertama

PENDAHULUAN

Rentang usia siswa SMP umumnya berada dalam rentang 12 hingga 15 tahun sehingga termasuk dalam kategori masa remaja. Masa remaja ditandai dengan usia berkisar antara 12 hingga 21 tahun (Ramadhani & Putrianti, 2014). Masa remaja adalah periode transisi dari masa anak-anak



menuju masa dewasa dan biasanya dimulai dari masa pubertas. Pada masa remaja, muncul berbagai permasalahan yang kompleks. Umumnya, fase ini dicirikan oleh fluktuasi emosional dan ketidakseimbangan dalam berbagai aspek kehidupan. Perubahan fisik dan psikologis juga sering terjadi selama periode ini. Masa remaja kerap menjadi waktu di mana seseorang mengalami krisis identitas, karena pada fase ini remaja secara aktif mengeksplorasi dan mencari jati diri sendiri. Hal ini disebutkan oleh Newman & Newman (2014) bahwa konsep remaja mencakup ranah biologis, psikologis dan sosial. Remaja dihadapkan pada sejumlah dinamika permasalahan selama proses pencarian identitasnya, termasuk kesulitan dalam mengekspresikan perasaan dan pemikirannya saat berinteraksi sosial (Novianti, 2018).

Penting bagi remaja untuk merasa diterima dan disenangi oleh teman sebayanya. Jika remaja diabaikan atau dikeluarkan dari lingkaran pertemanan, hal itu dapat menimbulkan rasa cemas dan tekanan dalam diri remaja. Sebaliknya, mayoritas remaja cenderung menganggap hubungan dengan teman sebaya lebih penting daripada hubungan dengan orangtua mereka (Diananda, 2019). Pengaruh dari teman sebaya pada kehidupan remaja sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini bisa membuat remaja merasa enggan untuk bersikap jujur tentang perasaan diri sendiri, yang biasa dikenal sebagai perilaku asertif. Ketika seorang remaja memiliki tingkat asertivitas yang rendah, remaja cenderung menuruti teman sebayanya tanpa mempertimbangkan apakah tindakan tersebut benar atau salah bagi diri remaja sendiri. Meningat bahwa saat ini banyak sekali kasus dari media sosial tentang fenomena-fenomena perilaku negatif pada remaja, seperti merokok, bullying, bolos sekolah, tawuran, narkoba, klitih, dan kenakalan remaja lainnya (Aryanto, dkk., 2021). Hal ini terjadi karena kurangnya kemampuan remaja untuk menunjukkan perilaku asertif kepada lingkungan sosial, khususnya lingkungan pertemanan.

Perilaku asertif adalah cara seseorang bertindak yang sesuai dengan kebutuhan atau karakteristik diri sendiri tanpa merasa cemas, memungkinkan dirinya untuk mengungkapkan perasaan dengan tenang, nyaman dan jujur (Alberti & Emmons, 2017). Selain itu, individu yang bersikap asertif memiliki kemampuan untuk menggunakan hak-hak pribadinya tanpa mengabaikan atau melanggar hak-hak orang lain. Dewi (2017) menjelaskan bahwa perilaku asertif pada umumnya memiliki relevansi yang sangat penting dan harus menjadi perhatian bagi semua individu terutama individu yang sedang menjalani proses pendidikan, seperti siswa. Siswa yang memiliki perilaku asertif yang baik cenderung mampu mengungkapkan perasaan tanpa melukai orang lain saat berada dalam situasi yang tidak menguntungkan bagi dirinya (Aryanto, dkk., 2021) serta kecil kemungkinan terjerumus ke hal-hal negatif. Selain itu, dirinya dapat mengoptimalkan potensi diri dengan efektif. Namun, fenomena yang ditemukan di lapangan tidak semua siswa menunjukkan



perilaku asertif yang baik. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui kondisi tingkat perilaku asertif pada siswa SMP.

METODE

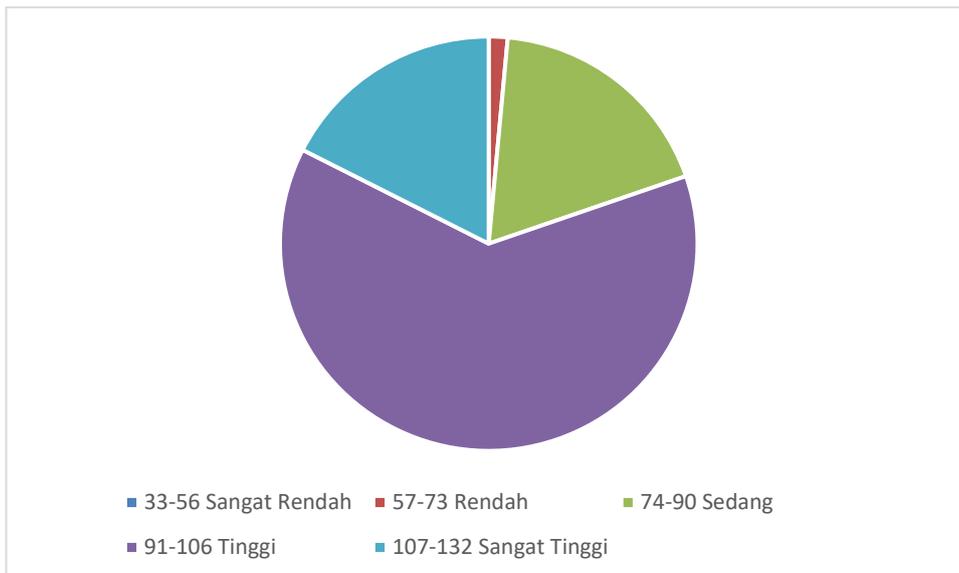
Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan suatu situasi sebagaimana adanya. Penelitian deskriptif kuantitatif merupakan sebuah metode penelitian yang fokus pada deskripsi atau penjelasan mengenai suatu fenomena atau keadaan dengan menggunakan data yang dapat diukur atau berbentuk angka, yang kemudian dianalisis untuk memberikan gambaran apa adanya tanpa bermaksud menguji suatu hipotesis tertentu. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku asertif. Adapun subjek penelitian dalam penelitian ini yaitu siswa SMP dengan jumlah 137 siswa. Perilaku asertif diukur menggunakan skala perilaku asertif yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data yang diperoleh, selanjutnya dianalisis dengan menghitung persentase dari tingkat perilaku asertif yang termanifestasi dari siswa SMP yang telah mengisi instrumen tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku asertif dijabarkan melalui aspek-aspek perilaku asertif Alberti & Emmons (2017) yaitu 1) kemampuan melakukan sesuatu sesuai dengan kemauan diri sendiri, 2) kemampuan mengungkapkan perasaan, 3) kemampuan membela diri, 4) kemampuan mengungkapkan pendapat, dan 5) kemampuan dalam menghormati hak orang lain. Kisi-kisi skala perilaku asertif ini berjumlah 33 item, yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Adapun hasil uji coba skala perilaku asertif akan dikategorikan menjadi lima kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui gambaran umum perilaku Asertif pada siswa SMP di Yogyakarta sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Umum Perilaku Asertif Pada Siswa SMP

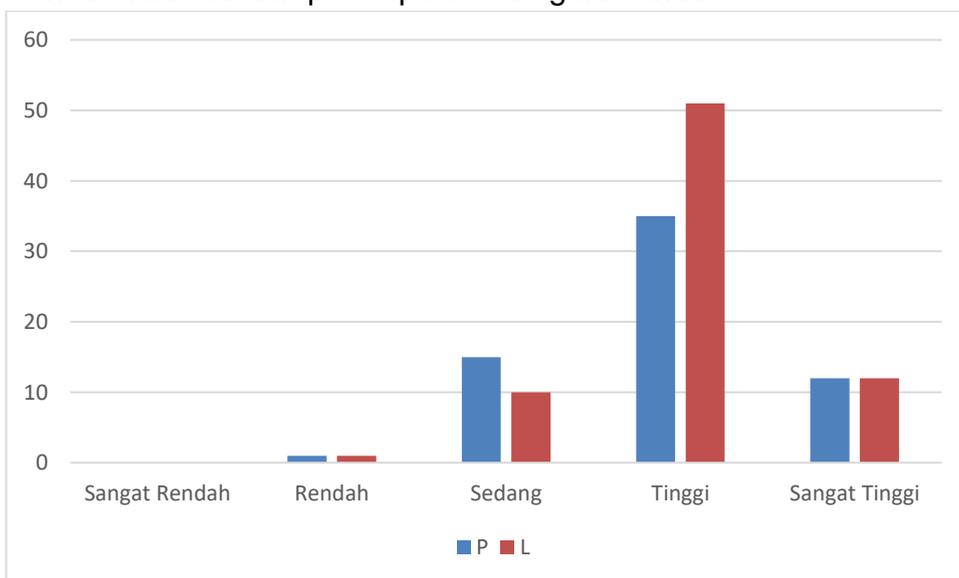
Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
33 - 56	Sangat Rendah	0	0%
57 - 73	Rendah	2	1%
74 - 90	Sedang	25	18%
91 - 106	Tinggi	86	63%
107 - 132	Sangat Tinggi	24	18%
Jumlah		137	100%



Gambar 1. Perilaku Asertif Pada Siswa SMP

Tabel 1. dan Gambar 1. merupakan hasil persentase dari 137 siswa yang mengisi instrumen skala perilaku asertif. Hasil persentase ini menunjukkan bahwa tidak ada siswa (0%) yang masuk ke dalam kategori sangat rendah, 2 siswa (1%) masuk ke dalam kategori rendah, 25 siswa (18%) masuk ke dalam kategori sedang, 86 siswa (63%) masuk ke dalam kategori tinggi, dan 24 siswa (18%) masuk ke dalam kategori sangat tinggi.

Jika dilihat dari jenis kelamin, dapat diketahui prevalensi perilaku asertif siswa antara laki-laki dan perempuan sebagai berikut:



Gambar 2. Prevalensi Perilaku Asertif Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin

Gambar 2. merupakan prevalensi perilaku asertif siswa SMP berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan hasil di atas, tidak ada siswa laki-laki dan perempuan yang masuk ke dalam kategori sangat rendah. Siswa laki-laki (1 siswa) dan perempuan (1 siswa) yang masuk ke dalam kategori rendah, siswa laki-laki (10 siswa) dan perempuan (15 siswa) yang masuk ke dalam



kategori sedang, siswa laki-laki (51 siswa) dan perempuan (35 siswa) yang masuk ke dalam kategori tinggi, serta siswa laki-laki (12 siswa) dan perempuan (12 siswa) yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi.

Hasil perhitungan persentase ini menyimpulkan terkait kondisi perilaku asertif pada siswa SMP. Data di atas menunjukkan bahwa tingkat perilaku asertif siswa diungguli oleh kategori tinggi, akan tetapi masih terdapat siswa yang masuk ke dalam kategori rendah dan sedang. Wijayanti & Nusantoro (2022) mengungkapkan bahwa kemampuan untuk bersikap asertif akan sangat membantu siswa dalam membina hubungan yang berkualitas dengan orang lain. Hal ini memungkinkan siswa untuk menyampaikan pendapatnya dengan cara yang tepat dan diterima oleh orang lain, sehingga pesan yang ingin disampaikan dapat terungkap dengan baik. Siswa yang memiliki kemampuan berperilaku asertif mampu mengungkapkan dirinya dengan baik dan memiliki pemahaman yang kuat terhadap diri sendiri. Selain itu juga, siswa dapat memenuhi kebutuhan pribadi mereka dengan lebih percaya diri, karena mereka berani untuk terbuka dalam mengkomunikasikan kebutuhan mereka kepada orang lain. Siswa yang bersikap asertif cenderung menjadi individu yang menarik, mampu menampilkan diri apa adanya, berbicara dengan jujur, dan tegas dalam menolak hal-hal yang dapat merugikan dirinya (Butar, 2017).

Siswa yang bersikap asertif memiliki kemampuan untuk mengekspresikan dan merespon emosi baik yang positif maupun negatif tanpa mengalami kecemasan yang berlebihan atau tanpa menunjukkan perilaku agresif (Uzaina & Parven, 2015). Menurut Sudirman & Endriani (2020) ciri-ciri perilaku asertif yaitu 1) berbicara jujur, 2) memperlakukan orang lain dengan hormat, 3) menampilkan diri sendiri, 4) menyayangi orang lain, 5) memiliki hubungan baik dan efektif dengan orang lain, 6) tenang dalam keseharian, dan 7) memperlihatkan selera humor dalam menghadapi situasi yang sulit. Alberti & Emmons (2017) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif yaitu jenis kelamin, harga diri, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian dan situasi tertentu di lingkungan sekitar. Perilaku asertif pada remaja dipengaruhi oleh interaksi yang saling mempengaruhi antara remaja dengan lingkungan sosial, baik itu dengan masyarakat, komunitas, atau individu lain. Ketika keseimbangan dalam hubungan tersebut terganggu, perilaku asertif dapat berubah menjadi perilaku agresif, sehingga mengakibatkan mereka mengesampingkan rasa malu dalam mengekspresikan emosi diri (Yuliasari & Puspitasari, 2021). Informasi ini dapat menjadi panduan yang berguna bagi para konselor atau guru Bimbingan dan Konseling (BK) dalam upaya untuk meningkatkan kualitas siswa di masa mendatang.



KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikaji dapat disimpulkan bahwa terdapat siswa SMP yang masih memiliki perilaku asertif dengan kategori rendah dan sedang. Selain itu, jika dilihat dari prevalensi perilaku asertif siswa berdasarkan jenis kelamin mendapatkan hasil bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki kategori yang lebih tinggi dari perempuan. Jika seseorang memiliki keterampilan perilaku asertif yang baik, hal itu akan mempermudah individu untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, karena mampu mengambil sikap yang tidak merugikan orang lain (empati) melalui cara berkomunikasi secara lisan maupun non-verbal. Sikap ini mendorong seseorang untuk bertindak tegas terhadap perilaku yang dapat merugikan dirinya sendiri tanpa menyinggung perasaan orang lain, seperti menolak untuk melakukan tindakan yang tidak sesuai dengan nilai-nilai dari lingkungan sekitar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan yang berguna bagi masyarakat luas, khususnya guru BK atau konselor dalam upaya untuk mengembangkan serta meningkatkan kualitas siswa di masa yang akan datang.

DAFTAR RUJUKAN

- Newman, B. M., & Newman, P. R. (2020). *Theories of adolescent development*. Academic Press.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22-32.
- Novianti, H. (2018). Efektivitas Teknik Role Playing untuk Mengembangkan Perilaku Asertif Remaja. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 1(01).
- Diananda, A. (2019). Psikologi remaja dan permasalahannya. *ISTIGHNA: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 1(1), 116-133.
- Aryanto, W., Arumsari, C., & Sulistiana, D. (2021). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Asertif Pada Remaja. *Quanta*, 5(3), 95-105.
- Alberti, R. & Emmons, M. (2017). *Your Perfect Right*. California: Impact Publishers.
- Wijayanti, W., & Nusantoro, E. (2022). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Perilaku Asertif dalam Menyampaikan Pendapat di Kelas pada Siswa SMPN 21 Semarang. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(1), 17-24.
- Sudirman, S., & Endriani, A. (2021). Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Perencanaan Karir Pada Siswa Mts. Nw Tanak Maik Masbagik Kabupaten Lombok Timur. *Jurnal Visionary: Penelitian dan Pengembangan dibidang Administrasi Pendidikan*, 8(2).



- Uzaina &, Parveen, A. (2015). Study of Relationship between Mental Health and Assertiveness among Adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, Volume 3, Issue 1, Nomor 5, 98-103.
- Butar, M. B. (2017). Hubungan perilaku asertif dengan kenakalan remaja pada siswa SMP Negeri 6 Kota Tebing Tinggi. *School Education Journal PGSD FIP Unimed*, 7(4), 525-532.
- Yuliasari, H., & Pusvitasari, P. (2021). Hubungan Sikap Asertif Dan Rasa Malu Terhadap Perilaku Anti Korupsi Pada Remaja. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 5(2), 766-777.