

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan fase transisi dari fase anak-anak menuju dewasa. Karakteristik masa remaja sangat berbeda dengan masa sebelumnya, yaitu fase anak-anak dan fase setelahnya, fase dewasa. Pada masa anak-anak, seseorang masih sangat bergantung kepada orang lain, berbeda pada masa dewasa yang sudah mencapai kemandirian atau tidak bergantung. Pada masa remaja, seseorang sedang mengalami proses belajar menuju kemandirian dan tidak lagi bergantung kepada orang dewasa. Kemandirian tersebut, tidak hanya ditunjukkan dalam bidang fisik dan ekonomi saja, tetapi juga dalam berbagai bidang seperti emosi, moral, intelektual, spriritual dan sosial.

Kehidupan sosial pada fase remaja, sangat dipengaruhi oleh teman-teman sebaya. Santrock secara lebih lanjut menjelaskan mengenai peran teman sebaya pada masa remaja. Individu meluangkan lebih banyak waktu dengan teman sebaya pada pertengahan dan akhir masa anak-anak daripada pada awal masa anak-anak. Persahabatan

menjadi semakin penting dan menjadi populer di antara teman-teman sebaya merupakan suatu motivasi yang kuat pada fase remaja.¹

Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku seseorang khususnya dalam interaksi sosial. Santrock mengungkapkan bahwa perkembangan sosial remaja ditandai dengan gejala meningkatnya pengaruh teman sebaya dalam kehidupan mereka.² Pengaruh teman sebaya akan semakin bertambah seiring dengan bertambahnya interaksi antar teman sebaya yang dialami remaja.

Tekanan sebaya negatif merupakan situasi dimana seseorang dipengaruhi untuk melakukan sesuatu yang sudah jelas salah oleh teman sebayanya. Ada banyak alasan mengapa remaja menyerah pada tekanan ini. Bisa jadi karena kekhawatiran dijauhi oleh teman, tidak dapat bergabung dalam suatu kelompok, atau adanya intimidasi.³ Remaja mungkin merasa bahwa konsekuensi dari tidak menyerah pada tekanan teman sebaya akan lebih buruk daripada merasa bersalah karena telah melakukan sesuatu yang sudah jelas salah.

Marija Lebedina dan Manzoni merilis hasil penelitiannya mengenai karakteristik remaja yang rentan terhadap tekanan teman sebaya. Data

¹ John W Santrock, *Adolescence (Perkembangan Remaja)*, (Jakarta: Erlangga, 2002), h. 43 - 44

² *Ibid.*

³ *Op.cit.*

yang diperoleh sebanyak 60% remaja pada usia sekolah menengah atau SMP mengalami tekanan oleh teman sebaya.⁴ Tekanan teman sebaya dapat berbentuk tindakan fisik maupun secara mental. Tekanan-tekanan tersebut membuat remaja bersikap menurut dengan kata temannya, terlebih jika remaja tersebut tidak memiliki *power* dalam kelompok teman sebayanya.

Adanya tekanan dari teman seusianya akan mempengaruhi tingkah laku remaja selain dari ikut-ikutan, seperti yang dikatakan oleh Guntoro Utamadi bahwa pada usia remaja mereka banyak mengalami tekanan dari teman sebaya. Tekanan ini bisa berupa ajakan rayuan, bahkan paksaan, untuk ikut atau melakukan sesuatu yang sebenarnya tidak ingin mereka lakukan atau menurutnya tidak sepatutnya mereka lakukan.⁵

Hasil penelitian-penelitian sebelumnya telah menemukan adanya hubungan yang kuat antara tekanan sebaya dengan beberapa tindakan penyimpangan sosial. Menurut data penelitian yang dihimpun oleh CFERT (*Colorado Family Education, Research and Training*), tekanan sebaya dikalangan remaja dapat menyebabkan seseorang melakukan tindakan penyimpangan sosial seperti: memakai narkoba, merokok dan mengkonsumsi minuman beralkohol. Hal ini dikuatkan oleh penelitian-

⁴ Marija Lebedina. *Characteristics of Youth Regarding Susceptibility to Peer Pressure*-Journal

⁵ www.geocities.ws/guntoroutamadi/artikel.asertifikah-kita.html

penelitian lain seperti yang dilakukan oleh Allen, Hare, Antonishak, Szwedo & Schad (2007) terhadap 97 remaja dan teman baik mereka pada usia 15 tahun yang menunjukkan hal serupa dengan temuan CFERT. Kondisi ini tidak beda jauh dengan remaja di Indonesia, meskipun budaya ketimuran sangat kental dalam masyarakat, tekanan sebaya ternyata cukup kuat untuk membuat remaja di Indonesia melakukan tindakan memakai narkoba, merokok dan konsumsi minuman keras.

Tekanan teman sebaya bisa didefinisikan sebagai pengaruh dari persepsi orang lain terhadap keputusan atau tindakan. Ini dapat berupa sekelompok orang atau bahkan hanya satu orang.⁶ Tekanan teman sebaya tidak selalu hal yang buruk. Ketika tekanan yang diterima remaja membuat remaja termotivasi dalam belajar agar mendapatkan nilai yang bagus dan khawatir akan dikucilkan karena nilainya yang buruk, hal ini disebut tekanan sebaya yang positif.

Ketika standar dan norma dalam kelompok teman sebaya tidak sesuai dengan norma yang ia pahami sebelumnya, remaja mengalami kesulitan untuk mengatakannya. Dapat dikatakan remaja kadang kala

⁶ Tarshis, Thomas Paul. *Living with Peer Pressure and Bullying*. Library of Congress Catalog: New York. 2000. h.4

sulit untuk bersikap asertif.⁷ Sulitnya individu bersikap asertif, memudahkan ia mendapatkan tekanan dari teman-teman sebayanya.

Salah satu cara yang tepat dalam menciptakan dan mengembangkan kemampuan berkomunikasi adalah dengan melatih dan mengembangkan kemampuan asertivitas. Menurut Alberti dan Emmons, asertivitas merupakan perilaku berani menuntut hak-haknya tanpa mengalami ketakutan atau rasa bersalah tanpa melanggar hak-hak orang lain.⁸ Asertivitas yaitu memberikan dan menerima afeksi, memberi pujian, mampu memberi dan menerima kritik, memberi atau menolak permintaan, kemampuan mendiskusikan masalah, berargumentasi serta bernegosiasi. Para ahli menawarkan tingkah laku asertif sebagai bentuk keterampilan sosial yang tepat untuk berbagai situasi sosial.⁹

Fenomena seperti yang telah dipaparkan di atas juga pernah terlihat di salah satu SMP di Jakarta, tempat dimana peneliti melakukan PPL. Selain melihat secara langsung, hal ini juga peneliti temui yakni pada buku catatan kejadian yang dimiliki guru bimbingan konseling. Permasalahan yang banyak terjadi pada siswa antara lain ketidakhadiran atau membolos (25%), keterlambatan (55%), mencontek, merokok di lingkungan sekolah, dan sebagainya. Tidak hanya itu, bahkan

⁷ Dewi, Kartika Purnama. *Perilaku Asertif Terhadap Teman Sebaya Pada Siswa Kelas X*. Universitas Negeri Jakarta. 2012

⁸ Robert .E. Alberti, *Assertiveness: Innovations, Applications, Issues*, (California: Impact Publisher, Inc., 1977) h. 22

⁹ *Loc.cit.*

pelanggaran tindakan kriminal pun menjadi salah satu masalah yang serius terjadi pada siswa. Setelah dikonfirmasi kepada guru bimbingan konseling, ternyata banyak diantara mereka melakukan hal-hal tersebut karena ikut-ikutan temannya atau karena dipaksa oleh teman sebayanya.

Permasalahan remaja yang tidak dapat bersikap asertif dan selalu *conform* terhadap teman sebaya, sehingga menimbulkan perilaku negatif yang membutuhkan bimbingan pribadi untuk membantu remaja menyesuaikan diri dengan aspek persahabatan dan bimbingan sosial untuk mengatasi kesulitan didalam masalah lingkungan sosial khususnya relasi dengan teman sebaya.

Salah satu teknik layanan konseling adalah penggunaan teknik *assertive training*. Teknik ini dapat diterapkan pada situasi interpersonal pada individu yang mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan, menyatakan atau menegaskan diri dalam tindakan yang benar.

Pada awal tahun 2015 peneliti pun kembali melakukan studi pendahuluan untuk mengetahui apakah di sekolah SMP lainnya juga terdapat kasus yang serupa dengan yang peneliti temui di sekolah tempat PPL. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Jakarta tersebut ternyata masalah yang dialami siswa pun hampir sama. Banyak siswa yang tersandung kasus merokok di lingkungan sekolah, membolos, memberi contekan, sampai dengan kasus pemalakan karena mereka tidak cukup berani untuk menolak ajakan atau

permintaan teman.¹⁰ Para korban tekanan sebaya ini biasanya baru melapor ke guru BK setelah mengalami berkali-kali tekanan. Bahkan ada yang masih tetap tidak berani bicara karena takut diancam.¹¹

Tindak lanjut dari siswa-siswi yang melapor biasanya hanya sebatas menjadi pemberi informasi saja kemudian namanya di tulis di buku kejadian.¹² Setelah itu siswa yang melakukan tekanan teman sebaya akan ditindak lebih jauh dengan pemberian hukuman berupa nasehat, peringatan, sampai dengan pemberhentian sementara dari sekolah (skors). Anak-anak yang menjadi korban tekanan teman sebaya tidak mendapatkan penanganan lanjutan. Saat melakukan wawancara dengan guru BK yang ada, diakui bahwa selama ini guru BK hanya mencatat kejadian kemudian memberikan hukuman kepada pelaku yang melakukan tekanan teman sebaya saja.

Hal inilah yang menjadi ketertarikan peneliti dalam masalah penanganan kasus tekanan teman sebaya di SMP. Tindakan guru BK di sekolah selama ini hanya berfokus kepada para siswa yang melanggar aturan sedangkan siswa-siswa yang biasanya menjadi korban tindakan temannya tidak terlalu diperhatikan. Dalam masalah tekanan teman sebaya ini siswa yang sering mengalami tekanan teman sebaya tidak pernah dibantu dengan melakukan latihan asertif. Perilaku asertif pada

¹⁰ Catatan studi pendahuluan 01

¹¹ Hasil Wawancara Guru BK 01

¹² Hasil Wawancara Guru BK 01

siswa harus dilatih agar siswa menjadi terbiasa bersikap asertif dalam keseharian terutama dalam bergaul dengan teman sebayanya.

Latihan asertif merupakan terapi perilaku yang dirancang untuk membantu orang berdiri untuk dirinya sendiri. Tujuannya adalah untuk mengajarkan remaja strategi yang tepat untuk mengidentifikasi dan bertindak terhadap kebutuhan, hasrat, dan pendapat sendiri, sementara tetap menghargai orang lain.

Masa peralihan dari SD ke SMP perlu diberikan materi tentang perilaku asertif terhadap teman sebaya. Pemberian materi diawal pembelajaran perlu dilakukan agar siswa memahami tentang pentingnya berperilaku asertif dalam pergaulan sehari-hari. Siswa yang memahami pentingnya berperilaku asertif diharapkan mampu membiasakan dirinya berlatih berperilaku asertif dengan mengetahui dampak positif dan negatifnya. Dengan berlatih dalam berperilaku asertif, diharapkan tekanan teman sebaya yang dialami siswa dapat diatasi. Penelitian yang dilakukan oleh Anisa Ismi Nabila, dkk. juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian pelatihan asertivitas terhadap kecenderungan kenakalan remaja pada siswa.

Berdasarkan beberapa penelitian dan studi pendahuluan yang telah dilakukan sebelumnya, mengindikasikan bahwa siswa membutuhkan suatu keterampilan untuk dapat menolak pengaruh negatif dari teman-teman sebayanya, sehingga diharapkan pula bimbingan dan

konseling dapat berperan dalam memfasilitasi siswa untuk memperoleh keterampilan tersebut.

Bimbingan dan konseling mempunyai peranan penting untuk membekali siswa agar dapat bersikap dan berperilaku asertif agar dapat mencegah sedini mungkin masalah-masalah yang timbul akibat dari konformitas dan tekanan teman sebaya yang tinggi. Penting sekali pelatihan asertif ini diterapkan pada siswa tingkat SMP sebab usia mereka berada pada fase remaja yang paling rentan mengalami tekanan teman sebaya.

Peneliti setelah melakukan studi pendahuluan serta mengumpulkan data hasil penelitian terdahulu sementara berkesimpulan bahwa pelatihan asertif bagi remaja penting untuk dilakukan. Pelatihan asertif seperti penelitian-penelitian terdahulu memiliki manfaat yang besar bagi remaja. Oleh karena itu, peneliti mengangkat penelitian yang berjudul "*pelatihan asertif untuk mengatasi tekanan sebaya*".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, masalah yang dapat diidentifikasi adalah:

1. Bagaimana gambaran umum tekanan teman sebaya pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Jakarta

2. Bagaimana gambaran perbedaan tekanan teman sebaya antara siswa laki-laki dengan siswa perempuan pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Jakarta

C. Pembatasan Masalah

Peneliti akan membatasi penelitian pada permasalahan asertivitas terhadap tekanan teman sebaya negatif pada siswa kelas VIII melalui *assertive training*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Jakarta dan akan diambil sampel penelitian berdasarkan kriteria tertentu. Teori perilaku asertif yang digunakan merujuk pada teori Bedell dan Lennox, sedangkan teori tekanan teman sebaya merujuk pada lima dimensi tekanan teman sebaya yang dikemukakan oleh Clasen dan Brown.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan sebelumnya, maka masalah penelitian dirumuskan sebagai berikut: “*Apakah penggunaan teknik latihan asertif efektif untuk mengatasi tekanan teman sebaya yang negative pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Jakarta?*”

E. Manfaat Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

- a. Memberikan sumbangan pemikiran untuk mengurangi masalah tekanan teman sebaya dengan memanfaatkan teknik *Assertive Training*
- b. Dapat memberikan informasi hasil temuan di lapangan mengenai hasil penggunaan *Assertive Training* dalam mengatasi tekanan teman sebaya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi siswa, diharapkan dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah tekanan teman sebaya
- b. Bagi guru bimbingan dan konseling (konselor), diharapkan dapat memberikan informasi tentang keefektifan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Assertive Training* sehingga dapat dijadikan sebagai inspirasi dan masukan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling.
- c. Bagi peneliti, dapat memberikan wawasan, pengetahuan, pengalaman dan keterampilan dalam mengatasi tekanan teman sebaya melalui bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik *Assertive Training*.

BAB II

KERANGKA TEORETIK, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS PENELITIAN

A. Deskripsi Teoretik

1. Hakikat Kelompok Teman Sebaya

a. Definisi Kelompok Teman Sebaya

Santrock mendefinisikan *peer group* sebagai anak-anak atau remaja-remaja yang memiliki umur yang sama atau tingkat kematangan yang sama. Sedangkan Cartwright and Zander mendefinisikan kelompok sebagai sekumpulan individu yang memiliki hubungan satu sama lain, yang membuat mereka saling tergantung sampai pada tingkat tertentu. Jadi dapat dikatakan bahwa Kelompok teman sebaya adalah sekumpulan remaja yang seumur atau memiliki tingkat kematangan yang sama, yang memiliki hubungan satu sama lain, sehingga mereka saling tergantung sampai pada tingkat tertentu.

Kelompok teman sebaya dapat dibagi menjadi 3 kategori, yaitu: *individual friendship*, *clique*, dan *crowd*. *Crowd* adalah kelompok terbesar (biasanya terdiri dari tiga-empat *clique*) yang berkumpul untuk melakukan aktivitas tertentu. Hubungan dalam *crowd* lebih impersonal dan kedekatan antar anggotanya kurang apabila dibandingkan dengan *clique*. *Clique* merupakan kelompok yang lebih kecil, rata-rata terdiri

dari enam orang, yang anggotanya memiliki kedekatan emosional yang kuat satu sama lain sehingga sulit bagi “orang luar” untuk masuk ke dalamnya. *Friendship* merupakan bentuk terkecil kelompok teman sebaya, yang terdiri dari dua orang yang memiliki kesamaan. *Friendship* adalah terbesar.

b. Fungsi Kelompok Teman Sebaya

Membentuk hubungan dengan anggota merupakan tugas perkembangan yang penting bagi remaja. Hal ini akan berdampak pada hubungan-hubungan dan persahabatan-persahabatan yang akan terjadi kemudian di masyarakat dan juga akan mempengaruhi konsep diri serta kemampuan remaja untuk berinteraksi dengan orang lain. Menurut Hops dkk. dan Kupersmidt dan Coie, hubungan yang baik dengan kelompok teman sebaya dibutuhkan untuk perkembangan sosial yang normal bagi remaja. Isolasi sosial dan ketidakmampuan untuk membina hubungan dalam jaringan sosial, berkaitan erat dengan berbagai bentuk masalah dan gangguan, berkisar dari tindakan kejahatan, masalah minum-minuman keras, sampai kepada depresi.¹³ Hal ini menunjukkan bahwa kelompok teman sebaya dapat

¹³ Santrock. Op.cit. h.219

memberikan pengaruh positif bagi remaja. Paling sedikit ada delapan fungsi kelompok teman sebaya, sebagai berikut¹⁴:

- 1) Sumber dukungan dalam pembentukan identitas, minat, kemampuan dan kepribadian. Kelompok membantu terjawabnya “siapakah saya?”, membantu remaja menemukan bakat dan kesenangannya dan melalui pengalaman bersama kelompok. Individu dibentuk kepribadiannya menjadi lebih matang.
- 2) Menemukan dan mempertahankan *Self-Esteem*, sumber status dan reputasi. Dengan keanggotannya dalam suatu kelompok tertentu, remaja mendapatkan status dan popularitas. Selain itu, kelompok juga akan mempengaruhi remaja dalam cara penilaian individu terhadap dirinya sendiri.
- 3) Sumber informasi mengenai dunia luar keluarga.
- 4) Dukungan emosional, nasihat, afeksi, simpati dan pengertian. Kelompok teman sebaya dapat menjadi tempat untuk berbagi cerita dan perasaan, sehingga remaja merasa mendapatkan dukungan dan hiburan.
- 5) Memberikan kesempatan untuk belajar bagaimanapun berinteraksi dengan orang lain atau mengembangkan keterampilan sosialnya.
- 6) Kesempatan untuk menjadi mandiri tanpa pengawasan dari orang tua dan orang dewasa.

¹⁴ John Cotterell. *Social Networks and Social Influences in Adolence*. (London. 1996) h. 23

- 7) Kesempatan untuk melihat strategi yang orang lain gunakan untuk menghadapi masalah yang serupa dan melihat seberapa jauh hal itu efektif. Remaja dapat meniru strategi yang digunakan oleh tempat-tempat untuk menyelesaikan masalah secara efektif.
- 8) Sarana untuk mendapatkan pengertian yang lebih menyeluruh mengenai diri sendiri. Dengan membandingkan dirinya dengan kelompok, remaja dapat mengetahui kelebihan-kelebihan dengan kekurangannya.

c. Pengaruh Kelompok Teman Sebaya

Meskipun kelompok teman sebaya memiliki sejumlah pengaruh positif pada remaja, tetapi tidak dapat dipungkiri bahwa kelompok teman sebaya juga memberikan pengaruh negatif.¹⁵

Dalam sebuah studi yang dilakukan oleh Heaven, didapati bahwa ada lima kategori besar dimana kelompok teman sebaya sangat berpengaruh¹⁶:

- 1) Kegiatan Sosial. Misalnya, pesta.
- 2) Perilaku menyimpang. Misalnya, pemakaian obat-obatan, merokok, atau aktifitas seksual.

¹⁵ Santrock. Op.cit. h.219

¹⁶ Ayuthia. *Pengaruh Peer Group dan Dinamika Reaksi Remaja Terhadap Negatif Tekanan Teman Sebaya*. Universitas Indonesia. 2002

- 3) Konformitas. Misalnya, gaya berpakaian.
- 4) Hal-hal yang berhubungan dengan sekolah. Misalnya, sikap terhadap hal-hal akademis.
- 5) Masalah keluarga. Misalnya, hubungan dengan orang tua.

Kelompok teman sebaya juga berpengaruh baik dalam kehidupan pribadi maupun dalam kehidupan kelompok. Menurut Havinghurst pengaruh perkembangan kelompok teman sebaya ini mengakibatkan adanya kelas sosial, *In Group* dan *Out Group*.

a) Kelas Sosial

Pembentukan kelompok teman sebaya berdasarkan status sosial ekonomi individu sehingga dapat digolongkan atas kelompok kaya dan kelompok miskin.

b) *In Group* dan *Out Group*

In group adalah teman sebaya dalam kelompok sedangkan *out group* adalah teman sebaya di luar kelompok. Contoh yang mudah mengenai *in group* dan *out group* dapat kita rasakan di dalam kelas, yaitu ketika kita mempunyai teman akrab dan teman tidak akrab (biasa). Teman akrab dinamakan *in group* dan teman biasa bisa kita sebut *out group*.

Pengaruh lain dalam kelompok sebaya ada yang positif dan ada yang negatif. Pengaruh positif dari kelompok teman sebaya adalah sebagai berikut.

- 1) Apabila dalam hidupnya individu memiliki kelompok teman sebaya maka lebih siap menghadapi kehidupan yang akan datang.
- 2) Individu dapat mengembangkan rasa solidaritas antar kawan.
- 3) Apabila individu masuk dalam kelompok sebaya, setiap anggota akan dapat membentuk masyarakat yang dapat direcakan sesuai dengan kebudayaan yang mereka anggap baik (menyeleksi kebudayaan dari beberapa temannya).
- 4) Setiap anggota dapat berlatih memperoleh pengetahuan dan melatih kecakapan bakatnya.
- 5) Mendorong individu untuk bersikap mandiri.
- 6) Menyalurkan perasaan dan pendapat demi kemajuan kelompok.

Pengaruh negatif dari kelompok teman sebaya adalah sebagai berikut.

- 1) Sulit menerima seseorang yang tidak mempunyai kesamaan.
- 2) Tertutup bagi individu lain yang tidak termasuk anggota.
- 3) Menimbulkan rasa iri pada anggota yang tidak memiliki kesamaan dengan dirinya.
- 4) Timbulnya persaingan antar anggota kelompok.

5) Timbulnya pertentangan atau gap-gap antar kelompok sebaya.

Misalnya, antar kelompok kaya dan kelompok miskin.¹⁷

Salah satu cara kelompok mempengaruhi remaja adalah dengan memberikan tekanan teman untuk berperilaku yang disebut juga tekanan teman sebaya.¹⁸ Pada satu sisi tekanan teman sebaya dapat membawa dampak positif bagi remaja. Misalnya tekanan yang dialami remaja untuk ikut dalam kegiatan-kegiatan bakti sosial pada akhirnya menumbuhkan rasa kepedulian sosial remaja yang bersangkutan. Namun disisi lain, tekanan teman sebaya dapat memberikan dampak negatif agar remaja merokok, mengkonsumsi obat-obatan terlarang, terutama bila remaja tidak dapat mengatasinya secara efektif.¹⁹ Secara umum, tekanan teman sebaya sering dilihat sebagai kekuatan negatif yang sangat besar dalam kehidupan remaja.²⁰

d. Tekanan Teman Sebaya

a) Definisi Tekanan Teman Sebaya

Bernd dan Ladd mendefinisikan tekanan teman sebaya sebagai *peer pressure as influence of a group on individuals through positive reinforcement for those who conform to group*

¹⁷ Sentosa, Slamet. Dinamika Kelompok (Edisi Revisi). PT Bumi ASkara. Jakarta: 2006. h.77

¹⁸ J. Foreman. *Positif Tekanan Teman Sebaya in Adolence*. [Online] tersedia di <http://www.personal.psu.edu/faculty/n/x/nxd10/adpeer2.htm>

¹⁹ Akoijam. Understanding The Adolesence. [online] tersedia di <http://www.e-pao.net/epPageExtractor.asp?scr=features.Linthoi.html>

²⁰ John Cotterell. Op.cit. h.23

*norms and/pr sanctions for those who resist the conforming.*²¹

Tekanan teman sebaya merupakan pengaruh kelompok kepada individu melalui penguatan positif bagi mereka yang sesuai dengan norma-norma dan/atau sanksi kelompok bagi mereka yang menolak untuk menuruti itu. Konsep teman sebaya merujuk pada bagaimana pengaruh teman sebaya menyangkut pada ekspektasi yang dimiliki seorang individu dalam kelompok untuk berperilaku dengan cara tertentu terlepas dari keinginan dirinya sendiri.

Senada dengan itu, menurut Santrok tekanan teman sebaya adalah tekanan sosial dari sebuah kelompok masyarakat, yang mengharuskan seseorang untuk bertindak dan berpikiran dengan cara tertentu, agar dia dapat diterima oleh kelompok masyarakat tersebut. Tekanan teman sebaya menjadi sangat kuat pada masa remaja.²²

Menurut Clasen dan Brown tekanan teman sebaya adalah wujud dari perasaan berharga karena merupakan bagian dari kelompok dengan cara menerima mengikuti kelompok.²³ Remaja melakukan sesuatu yang tidak diinginkan, yang merupakan tekanan dari teman-temannya namun merasa semua bukan masalah karena

²¹ Lebedina, Marija. *Characteristics of Youth Regarding Susceptibility to Peer Pressure* (Croatia, 2013)

²² John, W. Santrock. 2002. *Adolescence* (Perkembangan Remaja). Jakarta: Erlangga.

²³ Clasen, D. R., & Brown, B. B. *Understanding peer pressure in middle school*. 1987. H.21

perasaan diterima menjadi bagian dari kelompok adalah hal yang berharga.

Clasen dan Brown juga menjelaskan bahwa *peer pressure* adalah *multidimensional construct*. Hal itu karena remaja merasakannya dari berbagai bidang kehidupannya (partisipasi dalam kegiatan keluarga, kegiatan sekolah, kegiatan dengan teman sebaya) untuk menyesuaikan dengan norma yang dianut oleh teman sebaya (menyesuaikan gaya berpakaian, selera music, dll), dan perilaku berisiko. Sebagaimana T.E Dielman menyatakan bahwa tekanan teman sebaya sering disebut sebagai faktor penting dalam penyalahgunaan zat terlarang pada remaja.²⁴

Tekanan teman sebaya dapat menjadi positif atau negatif, namun remaja biasanya berhubungan dengan semua hal yang berkaitan dengan kebiasaan dalam perilaku negatif. Contohnya menggunakan bahasa yang buruk, mencuri, melakukan kekerasan, menyepelkan orang tua dan guru. Adanya tekanan teman sebaya positif memang tidak dapat dipungkiri keberadaannya, namun dalam penelitian ini peneliti hanya memfokuskan masalah tentang tekanan teman sebaya negatif.

²⁴ Dielman, T.E. Susceptibility to Peer Pressure, Self Esteem, and Health Locus of Control as Correlates of Adolescent Substance Abuse. 1987

Berdasarkan pendapat dari para ahli mengenai tekanan teman sebaya, maka peneliti menyimpulkan bahwa tekanan teman sebaya adalah pengaruh teman sebaya yang membuat siswa melakukan apapun supaya tetap dapat diterima oleh teman sebayanya. Tekanan teman sebaya sering dialami siswa dalam bentuk apapun. bagi siswa sekolah, penerimaan teman sebaya atau kelompok sangatlah penting sehingga siswa akan berusaha melakukan apapun supaya diterima dalam lingkungan sosialnya. Tekanan teman sebaya negatif menjadi salah satu masalah yang dikhawatirkan sehingga menjadi salah satu fokus dalam masalah penelitian ini.

Selama masa remaja dari hari ke hari dalam membuat keputusan sangat besar dipengaruhi oleh teman sebaya. Seorang teman sebaya menyadari perkembangan tubuhnya dengan cara membandingkan tubuhnya dengan tubuh teman sekelompoknya. Remaja sangat peduli apa yang dipikirkan oleh temannya dan mereka membentuk perilaku seperti yang diharapkan temannya. Memiliki teman yang mendukung persepsi akan membuat remaja percaya diri dan dihargai, disamping itu memberikan rasa memiliki, merasa diperlukan dan rasa aman.²⁵

²⁵ Margaret A. Gibson, Patricia Gandara, Jill Paterson. U.S. Mexican Youth, Peer and School Achievement. (New York, 2004) h.4

b) Ciri-ciri Tekanan Teman Sebaya

Siswa yang mengalami tekanan teman sebaya dapat dilihat dari perilaku sosialnya. Terdapat beberapa ciri tekanan teman sebaya, adapun ciri-ciri tekanan teman sebaya, yaitu:

- 1) Selalu memiliki kecenderungan yang sama dengan teman sebaya
- 2) Melakukan hal yang disukai kelompok agar diterima dalam kelompok
- 3) Mencuri
- 4) Mengalihkan sesuatu ke rokok, alkohol atau obat-obatan terlarang
- 5) Mengikuti perilaku salah
- 6) Melakukan sesuatu agar tidak ada penolakan dalam kelompok
- 7) Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki masalah tekanan teman sebaya adalah mereka yang memiliki kecenderungan yang sama dengan teman sebayanya. Biasanya mereka melakukan apa yang disukai oleh kelompoknya agar dapat diterima dalam kelompok. ciri lainnya adalah mereka mengalihkan diri pada rokok, alkohol, dan penggunaan obat-obatan terlarang. Ciri siswa yang

seperti ini sering terlihat di berbagai sekolah menengah yang ada dan perlu mendapatkan perhatian dari pihak sekolah.

c) Dimensi Perilaku Tekanan Teman Sebaya

Clasen dan Brown menemukan bahwa *peer pressure* dirasakan pada individu pada beberapa area perilaku. Terdapat lima area perilaku utama dimana *peer pressure* banyak ditemukan. Berikut merupakan penjelasan lima area perilaku dalam *peer pressure* berdasarkan konten analisis dari Clasen dan Brown.

1) *Peer Involvement*

Pada area ini individu mengalami tekanan atau desakan dari orang lain untuk terlibat dalam kegiatan/aktivitas, serta hubungan dengan kelompok. Kegiatan atau aktivitas yang dimaksud misalnya menghabiskan waktu senggang bersama teman dan menghadiri pesta atau acara-acara bersama teman.

2) *School Involvement*

Pada area ini individu mengalami tekanan atau desakan dari orang lain untuk terlibat dalam kegiatan/aktivitas, serta hubungan dengan sekolah. Kegiatan atau aktivitas di sekolah mencakup dua hal. Yang pertama terkait dengan

kegiatan akademis seperti kegiatan belajar mengajar, hubungan dengan pihak sekolah (guru, kepala sekolah, staf sekolah). Yang kedua adalah dalam kegiatan ekstrakurikuler atau kegiatan non akademik seperti organisasi sekolah atau kegiatan peminatan di sekolah.

3) *Family Involvement*

Pada area ini individu mengalami tekanan atau desakan dari orang lain untuk terlibat dalam kegiatan/aktivitas dengan keluarga, serta hubungan dengan keluarga. Beberapa contohnya adalah dalam hal-hal mematuhi aturan-aturan yang ditetapkan oleh orang tua, serta terlibat dalam aktivitas bersama keluarga seperti menghabiskan waktu bersama keluarga.

4) *Conformity of peer norms*

Pada area ini individu mengalami tekanan atau desakan dari orang lain untuk mengikuti norma-norma yang dianut teman dalam beraktivitas, berperilaku, ataupun gaya hidup. Norma-norma tersebut misalnya dalam hal berpakaian, berdandan, selera music, dan lainnya.

5) *Misconduct*

Pada area ini individu mengalami tekanan atau desakan dari orang lain untuk melakukan pelanggaran. Pelanggaran yang

dimaksud adalah melanggar aturan hokum atau norma umum yang berlaku di masyarakat serta kenakalan-kenakalan minor. Beberapa contohnya misalnya penggunaan obat terlarang, hubungan seksual di luar nikah, merokok, atau pelanggaran aturan berlalu lintas.

2. Pelatihan Asertivitas

a. Hakikat Latihan Asertif (*Assertive Training*)

Menurut Corey latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung; memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”; merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri.²⁶ Menurut Alberti dalam Gunarsa latihan asertif atau latihan keterampilan sosial adalah prosedur latihan yang diberikan kepada konseli untuk melatih perilaku penyesuaian sosial melalui ekspresi diri dari perasaan, sikap, harapan, pendapat dan

²⁶ Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2010), h. 213

haknya.²⁷ *Assertiveness Training* menurut Fortinash merupakan komponen dari terapi perilaku dan suatu proses dimana individu belajar mengkomunikasikan kebutuhan, menolak permintaan dan mengekspresikan perasaan positif dan negatif secara terbuka, jujur, langsung, dan sesuai dengan pemahaman. Individu yang menggunakan respon asertif mempertahankan haknya dan respek terhadap hak dan harkat orang lain.²⁸

Tujuan utama latihan asertif adalah untuk mengatasi kecemasan yang dihadapi oleh seseorang akibat perlakuan yang dirasakan tidak adil oleh lingkungannya, meningkatkan kemampuan untuk bersikap jujur terhadap diri sendiri dan lingkungan, serta meningkatkan kehidupan pribadi dan sosial agar lebih efektif.

Menurut Corey, tingkah laku menegaskan diri pertama-tama dipraktekkan dalam situasi permainan peran, dan dari sana diusahakan agar tingkah laku menegaskan diri itu dipraktekkan dalam situasi-situasi kehidupan nyata. Terapis memberikan bimbingan dengan memperlihatkan bagaimana dan bilamana konseli bisa kembali kepada tingkah laku semula, tidak tegas, serta memberikan pedoman

²⁷ Prof. DR. Singgih D. Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2007), h. 216

²⁸ Abdul Gowi, *Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Perilaku Kekerasan Orangtua Pada Anak Usia Sekolah Di Kelurahan Tanjungpura Kabupaten Karawang*, Tesis, (Depok: FIK – UI, 2011) h. 54

untuk memperkuat tingkah laku menegaskan diri yang baru diperolehnya.²⁹

Shaffer dan Galinsky dalam Corey menerangkan bagaimana kelompok-kelompok latihan asertif atau “latihan ekspresif” dibentuk dan berfungsi. Kelompok terdiri atas 8-10 anggota memiliki latar belakang yang sama. Terapis bertindak sebagai penyelenggara dan pengarah permainan peran, pelatih, pemberi perkuatan, dan sebagai model peran. Dalam diskusi-diskusi kelompok, terapis bertindak sebagai orang ahli, memberikan bimbingan dalam situasi-situasi permainan peran, dan memberikan umpan balik kepada para anggota.³⁰

b. Penerapan Latihan Asertif (*Assertive Training*)

Corey mengembangkan perilaku asertif lebih berfokus pada pelaksanaan pelatihan secara berkelompok.³¹ Selain itu, menurut Alberti dalam latihan asertif lebih menekankan pada latihan keterampilan yang berfokus pada melatih perilaku verbal dan nonverbal yang kemudian diintegrasikan ke dalam rangkaian perilaku individu, teknik yang dilakukan bisa dengan *role play* dan latihan-latihan khusus melalui permainan.³² Hal tersebut pun sesuai dengan

²⁹ Gerald Corey, *Op.cit*, h. 214

³⁰ *ibid*

³¹ *ibid*

³² Singgih D. Gunarsa, *op.cit*, h. 216-217

fokus latihan menurut Bedell & Lennox yaitu melatih aspek verbal dan nonverbal dalam perilaku asertif dengan tujuan individu mampu membedakan aspek verbal dan nonverbal dari perilaku pasif, agresif, dan asertif. Didalam latihan juga memuat bahasan mengenai konsekuensi yang diterima individu secara sosial, perasaan dan pikiran baik bagi diri sendiri dan orang lain ketika individu menunjukkan perilaku baik perilaku asertif, pasif maupun agresif.³³ Hasil yang diperoleh individu dari latihan asertif yaitu mampu mengambil keputusan dalam berperilaku yang sesuai dengan nilai-nilai kepercayaan tanpa bertentangan dengan hak-hak sebagai manusia.³⁴

Tahapan penerapan *assertiveness training* menurut Lange dan Jakubowski dilakukan dalam 4 tahap yaitu:³⁵

- 1) *Describing*, menggambarkan perilaku baru yang akan dipelajari.
- 2) *Learning*, belajar perilaku baru melalui petunjuk dan demonstrasi.
- 3) *Practicing*, mempraktikkan perilaku baru dengan umpan balik.
- 4) *Transferring*, menerapkan perilaku baru ke dalam lingkungan atau situasi yang nyata.

Sebelum melakukan keempat tahapan di atas, dilakukan tahap asesmen identifikasi masalah. Asesmen dilakukan untuk menggal

³³ J.R. Bedell & S.S. Lennox, *loc.cit.*, h. 150

³⁴ Singgih D. Gunarsa, *op.cit.*, h. 216-217

³⁵ Abdul Gowi, *op.cit.*, h. 54

dinamika dan faktor penentu yang mendasari munculnya masalah. Selain untuk mengumpulkan informasi, asesmen dilakukan dengan tujuan untuk melihat perubahan yang dialami oleh siswa sebelum dilakukan latihan asertif dan sesudah diberikan pelatihan.

Berdasarkan penelitian tentang penerapan *assertiveness training* yang dilakukan oleh Gowi (2011) dalam penelitiannya yang berjudul *pengaruh latihan asertif terhadap perilaku kekerasan orangtua pada anak usia sekolah* dengan sesi latihan yang terdiri dari 6 sesi. Di awal sesi mendiskusikan terlebih dahulu isi sesi, tujuan dan perilaku apa yang ingin dipelajari (*instruction*) kemudian menjelaskan (*describing*), setelah itu terapis mencontohkan perilaku yang akan dilatih (*modeling*) kemudian dilanjutkan dengan melatih di dalam kelompok (*role playing*) setelah itu peserta memberikan umpan balik terhadap perilaku baru (*feedback*) kemudian perilaku baru tersebut diterapkan pada lingkungan atau situasi yang nyata (*implementation*).³⁶

B. Penelitian Relevan

1. Penelitian Anisa Ismi Nabila, dkk. dari Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta tentang Pengaruh Pemberian Pelatihan Asertivitas Terhadap Kecenderungan Kenakalan Remaja

³⁶ *Ibid.*, h. 57

Pada Siswa Kelas X SMK Bhineka Karya Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa:

- a) Terdapat pengaruh pemberian pelatihan asertivitas terhadap kecenderungan kenakalan remaja pada siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Bhineka Karya Surakarta {t hitung lebih besar daripada t table ($3,680 > 2,101$) dan P value kurang dari 0,05 ($0,002 < 0,05$)}.
- b) Pelatihan asertivitas dapat menurunkan keinginan individu untuk menyakiti diri sendiri dan orang lain karena dalam pelatihan asertivitas siswa belajar membangun kesadaran diri untuk melihat seberapa tingkat asertivitasnya.
- c) Pelatihan asertif dapat menurunkan kemauan melakukan tindakan yang tidak terkendali karena siswa memahami bahwa mereka memiliki hak yang sama untuk mengungkapkan perasaan dan dilatih untuk berani mengungkapkan perasaan secara positif sehingga dapat mengendalikan emosi dengan baik. Selain itu, pelatihan asertif dapat melatih siswa untuk membangun kesadaran diri bahwa mereka memiliki hak yang sama dengan orang lain untuk mengekspresikan perasaan positif sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan untuk mengatasi konflik.
- d) Pelatihan asertif juga dapat menurunkan keinginan melakukan tindakan yang membahayakan diri sendiri dan orang lain karena

siswa mampu memiliki inisiatif untuk mengambil tindakan dan keputusan tanpa harus menunggu keputusan dari orang lain.

2. Penelitian Faiza Nabila dari Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan IKIP PGRI Semarang dalam skripsinya yang berjudul *Efektifitas Konseling Kelompok Melalui Teknik Assertive Training dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Terhadap Perilaku Seksual Beresiko Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bantarkawung*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh positif dan signifikan dari konseling kelompok melalui teknik *assertive training* untuk meningkatkan efikasi diri siswa terhadap perilaku seksual beresiko. Koefisien uji-t sebesar 9,557 dan koefisien tersebut signifikan pada taraf 5%. Peningkatan rata-rata efikasi diri siswa terhadap perilaku seksual beresiko siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bantarkawung sebelum *treatment* adalah sebesar 86,20% dan sesudah *treatment* sebesar 114,40%.
3. Hasil Penelitian Sarah Farida Agustina dari Program Studi Psikologi Pendidikan dan Bimbingan IKIP PGRI Semarang dalam skripsinya yang berjudul *Pengaruh Konseling Kelompok Melalui Teknik Assertive Training terhadap Pengentasan Perilaku Membolos Siswa Kelas VIII SMP Negeri 3 Ungaran*. Hipotesis nihil (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a) diterima, sehingga “layanana konseling kelompok dengan teknik *assertive training* berpengaruh terhadap pengentasan perilaku

membolos siswa kelas VIII SMP negeri 3 ungaran” pada taraf signifikansi 5%. Dari uraian diatas sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian yang mengatakan bahwa konseling kelompok dengan teknik assertif training berpengaruh terhadap pegentasan perilaku membolos siswa kelas VIII SMP negeri 3 ungaran dapat diterima.

4. Dalam disertasi yang ditulis oleh Christiana Hari Soetjningsih, seorang dosen Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga tentang *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja*. Hasil disertasi tersebut yaitu bahwa tekanan teman sebaya menjadi salah satu faktor penyebab perilaku seksual pranikah remaja. Tekanan teman sebaya berpengaruh langsung terhadap perilaku seksual pranikah. Makin tinggi tekanan untuk berperilaku negatif dari teman sebaya maka makin tinggi pula perilaku seksual pranikah remaja.

Hasil disertasi tersebut juga menyarankan agar ada upaya pencegahan perilaku seksual pranikah remaja. Perlu dilakukan upaya peningkatan *self esteem* remaja dan keterampilan menolak tekanan negative teman sebaya untuk melakukan perilaku seksual pra nikah. Upaya peningkatan seyogyanya tidak cukup dengan memberikan materi seksual tapi juga dilakukan dalam bentuk pelatihan-pelatihan yang sesuai dengan remaja untuk mengasah keterampilan sosialnya.

Dari berbagai hasil penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa masalah-masalah yang dialami oleh remaja pada usia sekolah diantaranya yaitu perilaku membolos, perilaku seksual pranikah, dan kecenderungan kenakalan remaja berawal dari lingkungan pertemanan yang kurang baik sehingga tekanan teman sebaya yang muncul dari lingkungan adalah tekanan sebaya yang negatif.

Oleh karena itu, perlu adanya usaha/tindakan untuk meminimalisir tekanan teman sebaya negatif yang terjadi pada remaja. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yakni subjek penelitian focus pada siswa yang sedang mengalami tekanan teman sebaya dan memiliki tingkat asertivitas yang rendah. Pada proses pelaksanaan latihan asertif yaitu dengan menggunakan metode *role play*, *modeling* dan penyajian didaktik berupa soal-soal cerita yang dapat mengarahkan siswa dalam pengambilan keputusan mengikuti perilaku negatif teman yaitu berani menolak ajakan dan menghindari lingkungan negatif dalam bergaul.

C. Kerangka Berpikir

Fase remaja merupakan periode yang penting, dimana pada fase remaja sebagai fase peralihan dan perubahan. Tugas perkembangan pada fase remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku remaja. Salah satu perubahan yang terjadi yaitu perubahan secara sosial.

Perubahan sosial pada fase remaja merupakan perubahan yang sulit dilakukan. Pada fase ini biasanya remaja mulai ikut bergabung dengan kelompok teman sebaya. Ada banyak penyesuaian yang harus dilakukan remaja dalam kelompok sebayanya. Keinginan remaja untuk selalu berada dan diterima dalam kelompok menjadi salah satu alasan yang mengakibatkan remaja konformitas terhadap kelompoknya, kemudian rentan mendapatkan tekanan. Tekanan yang dialami remaja dan dirasakan paling berat serta paling mempengaruhi perilaku remaja adalah tekanan teman sebaya atau dikenal dengan istilah *peer pressure*. Remaja mendapat tekanan untuk berperilaku seperti remaja lainnya, agar dapat diterima dan tidak dikucilkan oleh kelompoknya.

Siswa sekolah menengah pertama adalah remaja yang rentan mendapatkan tekanan teman sebaya. Pada fase remaja awal, siswa SMP masih sangat labil secara emosi dan sosial sehingga mereka mudah terpengaruh temannya dan rentan terhadap tekanan. Siswa tidak jarang terlibat dengan tingkah laku negatif sebagai akibat tekanan teman sebaya yang negatif seperti membolos, merokok, penyalahgunaan NAPZA, tawuran, sampai melakukan aktivitas seksual pra nikah yang berbahaya.

Siswa yang sedang berada pada fase remaja ini sebenarnya dapat membedakan mana yang positif dan negatif serta mampu mengambil keputusan sesuai dengan keinginannya tanpa khawatir akan tekanan yang akan diberikan oleh kelompok teman sebaya. Akan tetapi

kekhawatiran di jauhi oleh teman, tidak dapat bergabung dalam suatu kelompok, atau adanya intimidasi menjadi alasan siswa menyerah kepada tekanan teman sebaya yang mereka terima. Siswa mungkin merasa bahwa konsekuensi dari tidak menyerah pada tekanan teman sebaya akan lebih buruk daripada merasa bersalah karena telah melakukan sesuatu yang sudah jelas salah.

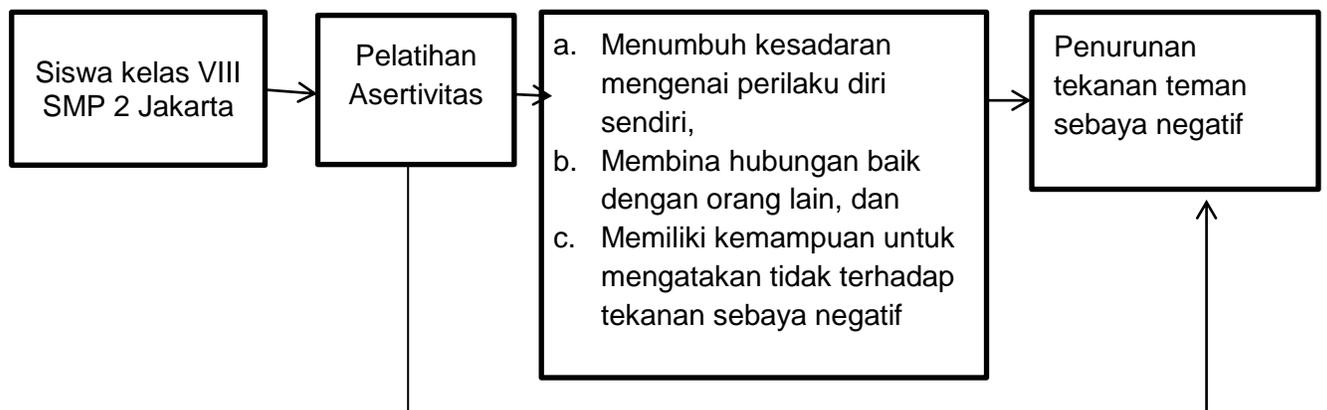
Dalam hal ini bisa dikatakan bahwa siswa tidak memiliki sikap asertif. Sikap asertif adalah sikap dimana seseorang mampu bertindak sesuai dengan keinginannya, dapat mengkomunikasikan apa yang diinginkannya secara jelas dengan menghormati hak orang lain. Sikap asertif diperlukan agar siswa lebih mengenal diri dan lebih jujur dalam membina hubungan. Bersikap asertif berarti belajar untuk dapat menghargai diri dan orang lain.

Siswa yang tidak mampu bersikap asertif atau dengan kata lain memiliki sikap asertif yang rendah, pada akhirnya adalah siswa yang sering mengalami tekanan teman sebaya. Siswa yang mengalami tekanan teman sebaya perlu dibantu agar mereka bisa melawan tekanan yang diterimanya dengan bersikap asertif. Salah satu teknik untuk meningkatkan perilaku asertif yaitu dengan *assertive*

Assertive Training diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan

yang benar. Latihan asertif membantu bagi individu yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung; memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”, merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri. Diharapkan dengan latihan asertif ini, siswa dapat meningkatkan asertivitasnya terhadap tekanan teman sebaya negatif sehingga ketika dibujuk ataupun dipaksa mereka mampu mempertahankan prinsipnya tanpa menyakiti perasaan orang lain.

Berdasarkan uraian sebelumnya, secara sederhana gambaran dari kerangka penelitian ini adalah:



Gambar 2.1

Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat tekanan teman sebaya terhadap siswa yang diberikan pelatihan asertif dengan yang tidak diberikan pelatihan.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah guna mendapatkan gambaran mengenai pengaruh pelatihan asertif untuk mengatasi tekanan teman sebaya pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Jakarta.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Jakarta pada tahun ajaran 2015/2016. Sekolah ini terletak di Jl. Johar Baru, Jakarta Pusat. Peneliti memilih sekolah ini sebagai tempat penelitian karena di sekolah tersebut terdapat subjek yang peneliti butuhkan, yaitu siswa yang mengalami tekanan teman sebaya.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan dari bulan Agustus hingga bulan November 2015, dengan tahapan sebagai berikut:

- a. Adaptasi : September 2015
- b. Pre Test : Minggu ke-2 Oktober 2015
- c. Treatment : Minggu ke-4 Oktober – November 2015
- d. Post Test : 22 November 2015

C. Metode, Desain, dan Prosedur Penelitian

1. Metode Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian yaitu metode eksperimen. Sugiyono menyatakan bahwa Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan (*treatment*) tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan.³⁷ Metode eksperimen yang dilakukan adalah Kuasi-Eksperimen. Pada penelitian ini, terdapat variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu latihan asertif dan variabel terikatnya adalah tekanan teman sebaya.

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental research* atau penelitian eksperimental semu. Desain ini mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen.³⁸ Jenis desain dalam kuasi eksperimen yang akan digunakan peneliti adalah *nonequivalent control group design*. Penelitian

³⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2010), h.110

³⁸ *Ibid*, h. 114

nonequivalent control group design melibatkan dua kelompok, salah satu kelompok diberikan perlakuan sementara kelompok lainnya tidak diberi perlakuan, atau biasa disebut dengan kelompok kontrol.³⁹ Fungsi dari kelompok kontrol adalah untuk mengetahui efektivitas pelaksanaan eksperimen dengan membandingkan hasil pelaksanaan eksperimen pada kedua kelompok.

Pada jenis desain ini kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dipilih secara random. Oleh karena itu, penelitian ini diberikan pada siswa/i kelas VIII yang mengalami tekanan teman sebaya sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen akan diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik latihan asertif, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan menggunakan teknik latihan asertif. Creswell menjelaskan bahwa desain kuasi eksperimen, salah satunya adalah sebagai berikut:⁴⁰

³⁹ P. Paul Heppner, et.al., *Research Design in Counseling* (Belmont: Thomson Higher Education, 2008), h.183

⁴⁰ John W. Creswell, *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research – 4th ed*, (Pearson Education: Inc. Boston, 2012), h. 310

Tabel 3.1
Kuasi Eksperimen
Pre- and Posttest Design

<i>Control Group</i>	<i>Pretest</i>	<i>No Treatment</i>	<i>Posttest</i>
<i>Experimental Group</i>	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>

Kedua kelompok mendapatkan *pretest* dan *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (X) yang tercermin dari perbedaan variabel dependen khususnya O_2 dan O_4 . Konsep penelitian *nonequivalent control group design* digambarkan sebagai berikut:

Tabel 3.2
Konsep Model Penelitian
Nonequivalent Control Group Design

Kelompok	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
Eksperimen	O_1	X	O_2
Kontrol	O_3		O_4

Keterangan:

- O_1 = Pelaksanaan *pretest* pada kelompok eksperimen, dilakukan untuk mengukur rata-rata tingkat asertivitas terhadap tekanan teman sebaya. Pelaksanaan *pretest* dilakukan sebelum dilakukan eksperimen pada kelompok eksperimen.
- X = Pelaksanaan eksperimen pada kelompok eksperimen, berupa layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*.
- O_2 = Pelaksanaan *posttest* pada kelompok eksperimen, dilakukan untuk mengukur tingkat perbandingan asertivitas terhadap tekanan teman sebaya setelah dilakukan eksperimen.

- O_3 = Pelaksanaan *pretest* pada kelompok kontrol, dilakukan untuk mengukur rata-rata tingkat asertivitas terhadap siswa yang mengalami tekanan teman sebaya.
- X = Pelaksanaan *pretest* dilakukan sebelum dilakukan eksperimen pada kelompok eksperimen.
- O_4 = Pelaksanaan *posttest* pada kelompok kontrol. Pelaksanaan *posttest* dilakukan setelah pelaksanaan eksperimen pada kelompok eksperimen.

Selama melaksanakan penelitian eksperimen, peneliti akan melaksanakan tahap-tahap eksperimen sesuai dengan rancangan eksperimen. Tahap-tahap rancangan eksperimen terdiri dari dua pertemuan untuk tes dan enam pertemuan untuk pelaksanaan eksperimen.

3. Prosedur Penelitian

Tahap-tahap yang dilakukan oleh peneliti dalam melakukan penelitian Pengaruh *Assertive Training* untuk Mengatasi Tekanan Teman Sebaya pada Siswa Kelas VIII sebagai berikut:

Tabel 3.3
Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Tahap Pendahuluan	
Asesmen	<p>Tujuan: Mengetahui tingkat tekanan teman sebaya peserta didik sebelum melakukan perlakuan.</p> <p>Kegiatan:</p> <p>a. Menyebar kuisisioner</p>

	b. Membuat kelompok	
Menetapkan Tujuan	c. Sesi I	
	<p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik saling mengenal satu sama lain dalam kelompok 2. Peserta didik mengetahui tujuan diadakannya pertemuan 3. Peserta didik bersedia melakukan kegiatan latihan asertif 4. Peserta didik membuat kesepakatan mengenai peraturan selama kegiatan, tempat, dan jadwal pertemuan selanjutnya. 	
	<p>Uraian Kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Perkenalan • <i>Ice Breaking</i> • Menjelaskan tujuan kegiatan, peraturan dalam kelompok, dan sesi pertemuan selanjutnya • Menjelaskan secara garis besar hal-hal yang akan dilakukan dalam kegiatan latihan asertif 	<p>Tahap <i>Describing</i></p>

Tahap Kegiatan	
Menetapkan Tujuan	<p>d. Sesi II</p> <p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik memahami tentang setia kawan positif dan tekanan teman sebaya negatif 2. Peserta didik memahami tentang perilaku asertif
	<p>Uraian kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Memberikan materi seputar sikap setia kawan, tekanan teman sebaya dan asertif • Lembar kerja pengalaman setia kawan • Lembar kerja tekanan teman sebaya negatif vs positif • Menarik kesimpulan
	<p>e. Sesi III</p> <p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mengetahui perbedaan perilaku asertif, agresif, dan pasif secara verbal dan non verbal 2. Peserta didik mampu menampilkan perilaku asertif secara verbal dan non verbal saat

	menerima tekanan teman sebaya negatif	
	<p>Uraian Kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none">• Menjelaskan perbedaan perilaku asertif, agresif, dan pasif dalam aspek verbal dan non verbal• Penayangan video asertif dan video peer pressure & bullying• Mencontohkan respon asertif secara verbal dan non verbal• Lembar kerja mengenai respon-respon dengan berbagai situasi• Memberikan tugas rumah, <i>internet activities</i>• Menarik kesimpulan	

Tahap kegiatan	
Implementasi Teknik	<p>f. Sesi IV</p> <p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik mampu mengidentifikasi sumber konflik dalam kesetiakawanan 2. Peserta didik mengetahui bagaimana menyelesaikan konflik kesetiakawanan dalam pertemanan dengan cara yang baik
	<p>Uraian Kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membahas hasil tugas rumah • Menjelaskan konsekuensi perilaku asertif, agresif, dan pasif • Menjelaskan dampak tekanan teman sebaya negatif bila tidak asertif • Melakukan <i>role play</i> berbagai situasi yang ditentukan kelompok • Menarik kesimpulan
	<p>g. Sesi V</p> <p>Tujuan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Peserta didik

	<p>mampu memahami konsekuensi baik/buruk dari mengatakan “tidak” dalam berperilaku asertif bila menerima tekanan teman sebaya negative.</p> <p>2. Peserta didik mampu menunjukkan perilaku menolak terhadap desakan, tantangan, atau ajakan negatif yang tidak ingin diikuti</p>	
	<p>Uraian Kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Membahas pertemuan sebelumnya • Menjelaskan langkah-langkah menjadi asertif • Melakukan role play sesuai dengan situasi yang ditentukan oleh 	

	<p>peneliti.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menarik kesimpulan 	
Tahap Pengakhiran		
Evaluasi dan Pengakhiran	<p>h. Sesi VI</p> <p>Tujuan:</p> <p>Peserta didik mampu membuat keputusan dengan menolak tekanan teman sebaya negatif</p>	Tahap <i>Transferring</i>
	<p>Uraian Kegiatan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apersepsi pertemuan sebelumnya • Memberikan lembar kerja cerpen yang menstimulus siswa membuat keputusan untuk asertif • Mengungkapkan kesan dan harapan setelah mengikuti kegiatan latihan asertif. • Menarik kegiatan dengan evaluasi dan menarik kesimpulan 	

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Arikunto menjelaskan bahwa populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.⁴¹ Populasi bukan sekedar jumlah yang ada pada objek atau subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu.⁴² Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII di SMP 2 Jakarta. Pertimbangan dalam menentukan populasi penelitian adalah tekanan teman sebaya akan meningkat lebih besar pada masa remaja dibandingkan pada masa kanak-kanak atau dewasa muda.

2. Sampel Penelitian

Menurut Arikunto, sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.⁴³ Metode sampling yang digunakan adalah metode non-probabilitas, artinya setiap sampel tidak memiliki kesempatan untuk dipilih, dengan menggunakan *purposive sampling* yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Sampel pada penelitian adalah siswa yang memiliki sikap asertif yang rendah dan tekanan teman sebaya yang tinggi.

⁴¹ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006) h. 130

⁴² Sugiyono, *op.cit.*, h. 117

⁴³ Suharsimi Arikunto, *op.cit.*, h. 131

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Definisi Konseptual Variabel

Secara konseptual menurut Clasen dan Brown, yang dimaksud dengan tekanan teman sebaya adalah pengalaman subjektif akan perasaan ditekan, didesak, atau ditantang oleh orang lain untuk melakukan sesuatu atau tindakan tertentu karena adanya tekanan, desakan, dan tantangan dari orang lain kepada individu. Terdapat lima dimensi perilaku dalam tekanan teman sebaya.

2. Definisi Operasional Variabel

Secara operasional, tekanan teman sebaya di setiap dimensi perilaku adalah kuantifikasi total skor Skala Tekanan Teman Sebaya pada tiap-tiap dimensi perilaku *peer involvement*, *school involvement*, *family involvement*, *conformity to peer norms*, dan *misconduct*.

3. Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah melalui penyebaran kuesioner tertutup model skala *Likert*. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner tertutup adalah kuesioner yang

telah disediakan jawabannya sehingga responden dapat memilihnya.⁴⁴ Alasan menggunakan kuesioner karena kuesioner dapat mengumpulkan data dalam waktu singkat sehingga efektif dan efisien dalam mempergunakannya.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner untuk mengukur tekanan teman sebaya dengan menggunakan Skala Tekanan Teman Sebaya dari Rahel. Skala ini dimodifikasi sesuai dengan konteks remaja Indonesia yang merupakan adaptasi dari alat ukur *Peer Pressure Inventori* (PPI) oleh Clasen dan Brown (1986).

a. Kisi-kisi Alat Ukur Skala Tekanan Teman Sebaya

Tabel 3.4
Kisi-kisi Alat Ukur Skala Tekanan Teman Sebaya

Dimensi Perilaku	Nomor Item	Contoh Item
<i>Peer Involvement</i>	1, 6, 11, 16, 21	1. Jalan-jalan dengan teman pada saat akhir pekan. 2. Menghabiskan waktu mengobrol dan <i>nongkrong</i> dengan teman-teman.
<i>School Involvement</i>	2, 7, 12, 17, 22	1. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. 2. Tidak membolos.
<i>Family Involvement</i>	3, 8, 13, 18, 23	1. Berada di rumah sesuai dengan waktu yang di tentukan oleh orang tua. 2. Memberitahu orang tua kemana akan pergi dan apa yang akan di kerjakan.
<i>Conformity to Peer Norms</i>	4, 9, 14, 19, 24	1. Mengenakan gaya berpakaian yang sejenis dengan teman-teman. 2. Memiliki selera music yang sama

⁴⁴ Sugiyono, *op.cit.*, h. 199

		dengan teman-teman.
<i>Misconduct</i>	5, 10, 15, 20, 25	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ikut-ikutan merokok bersama teman-teman. 2. Ikut-ikutan dalam perkelahian (visik/verbal) bersama teman-teman

b. Teknik Skoring Kuesioner

Terdapat 6 poin skala untuk merespon tiap item yang mengindikasikan derajat tekanan dari teman yang dirasakan oleh remaja. Keenam poin itu terdiri dari “Tidak Pernah”, “Jarang”, “Agak Jarang”, “Agak Sering”, “Sering”, dan “Selalu”. Skor total dari tekanan teman sebaya didapat dari penjumlahan skor dari setiap item dalam kuesioner. Berikut merupakan teknik skoring Skala Tekanan Teman Sebaya.

Tabel 3.5
Skoring Alat Ukur Skala Tekanan Teman Sebaya

Skala	Skor
Selalu	5
Sering	4
Agak Sering	3
Agak Jarang	2
Jarang	1
Tidak Pernah	0

4. Uji Coba Alat Ukur Tekanan Teman Sebaya

Kualitas instrumen bukan hanya ditentukan oleh validitas butirnya saja, akan tetapi oleh reliabilitas instrumen. Reliabilitas merujuk pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya.⁴⁵

Tabel 3.6
Tabel Interpretasi Nilai r ⁴⁶

Besarnya nilai r	Interpretasi
>0,9	Sangat Reliabel
0,7 – 0,9	Reliabel
0,4 - 0,69	Cukup Reliabel
0,2 – 0,39	Kurang Reliabel
< 0,2	Tidak Reliabel

Dari hasil uji reliabilitas yang telah dilakukan pada butir pernyataan yang valid, didapatkan angka reliabilitas sebesar **0.759** yang berarti instrumen ini reliabel dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.⁴⁷

F. Kategorisasi Data Penelitian

Berdasarkan deskripsi data penelitian dapat dilakukan pengelompokan yang mengacu pada kriteria kategorisasi. Menurut

⁴⁵ *Ibid.*, h. 221

⁴⁶ Anna Armeini, *Konsep dan Teknik Analisis Data Penelitian Kuantitatif Bidang Psikologi dan Pendidikan*, (Jakarta: FIP Press, 2012), h. 37

⁴⁷ Rahel. *Asosiasi Antara Tekanan Teman Sebaya, Emosi Malu, dan Emosi Bersalah Pada Remaja*. Universitas Indonesia. Skripsi. 2014

Azwar, pengkategorisasian tiga jenjang ini merupakan pengkategorisasian minimal yang digunakan dalam penelitian. Apabila hanya dilakukan pengkategorisasian dalam dua jenjang, maka akan menghadapi resiko kesalahan yang cukup besar bagi skor-skor yang terletak disekitar *mean* kelompok.⁴⁸ Dalam penelitian ini data akan dikategorikan menjadi tiga kriteria yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan menyusun kelas interval dari data dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$C = \frac{X_n - X_1}{k}$$

Keterangan⁴⁹:

c : Panjang kelas
 X_n : Nilai terbesar
 X_1 : Nilai terkecil
 K : Banyaknya kelas

G. Teknik Analisis Data

Data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dan analisis statistik parametrik *t-test*, yaitu *independent sample t-test*. Perhitungan selengkapnya teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 20.0 *for windows*. Analisis deskriptif tersebut hanya dipergunakan untuk melengkapi dan mendukung data.

⁴⁸ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Pustaka Pelajar: Yogyakarta, 2007), h.109

⁴⁹ J. Supranto, *Statistik: Teori dan Aplikasi: Edisi: Keenam*, (Erlangga: Jakarta, 2001), h. 64

H. Hipotesis Statistik

H_0 ditolak = latihan asertif tidak memberikan pengaruh terhadap menurunnya tekanan teman sebaya pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Jakarta.

H_0 diterima = latihan asertif memberikan pengaruh terhadap menurunnya tekanan teman sebaya pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Jakarta.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti membandingkan tekanan teman sebaya siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik latihan asertif, dengan menggunakan instrument penelitian yaitu *Peer Pressure Inventory*. Kedua kelompok penelitian baik kelompok control maupun kelompok eksperimen terdiri dari siswa yang seluruhnya memiliki skor tinggi dan sedang pada hasil *pretest*. Hasil *pretest* ini menunjukkan bahwa kedua kelompok berada pada dasar tingkatan skor yang sama. Peneliti membentuk dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil *pre-test*, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada dasar tingkatan skor yang tidak jauh berbeda. Hal ini penting dilakukan agar perubahan yang mungkin terjadi pada skor *post-test* dapat diasumsikan sebagai pengaruh dari perlakuan (*treatment*) yang diberikan, bukan berasal dari perbedaan dasar tingkatan skor pada hasil *pre-test*.

Berdasarkan hasil *pretest-posttest* yang dilakukan pada kelompok eksperimen dan kelompok control dengan masing-masing terdiri dari 8 orang siswa SMP Negeri 2 Jakarta didapatkan hasil berikut:

Tabel 4.1
Data *Pretest* dan *Posttest* Inventori Tekanan Teman Sebaya

Kelompok	Kategorisasi	Rentang Skor	Frekuensi Pretest	Frekuensi Posttest
Kelompok Eksperimen	Tinggi	83,6 – 125,2	1	0
	Sedang	41,8 – 83,5	7	8
	Rendah	0 – 41,67	0	0
Kelompok Kontrol	Tinggi	83,6 – 125,2	0	2
	Sedang	41,8 – 83,5	8	6
	Rendah	0 – 41,67	0	0
Jumlah			16	16

Table 4.2
Data Capaian Skor Tekanan Teman Sebaya

Kelompok	Skor Ideal	Nama	SKOR				Penurunan
			<i>Pretest</i>	%	<i>Posttest</i>	%	
EKSPERIMEN	0	AB	84	67,2 %	65	52,0 %	15,2
		SA	66	52,8 %	52	41,6 %	11,2
		CH	63	50,4 %	52	41,6 %	8,8
		FC	61	48,8 %	47	37,6 %	11,2
		IF	61	48,8 %	47	37,6 %	11,2
		AA	65	52,0 %	63	50,4 %	1,6
		RS	68	54,4 %	77	61,6 %	-7,2
		CD	70	56,0 %	56	44,8 %	11,2

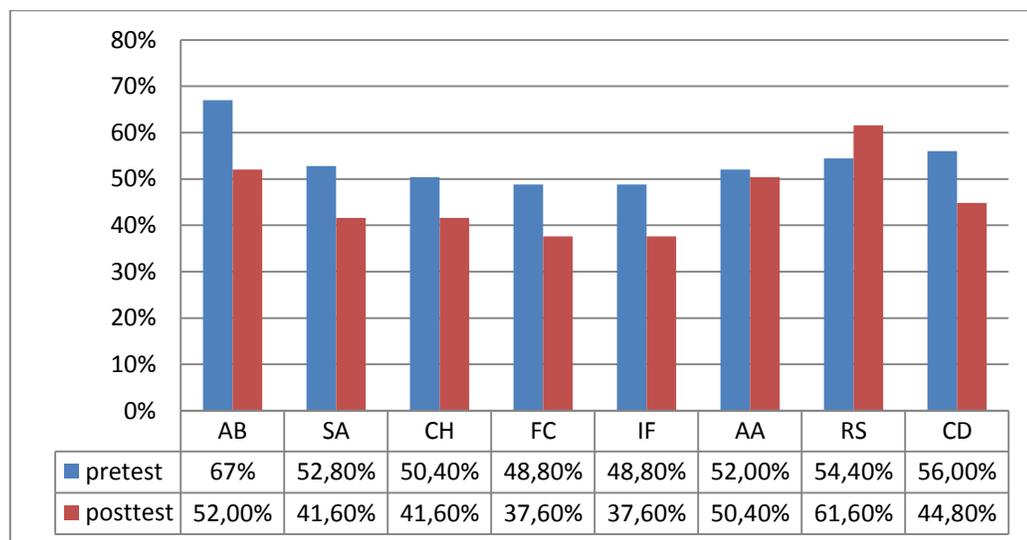
KONTROL	0	PA	70	56,0 %	69	55.2 %	0.8
		FM	84	67,2 %	82	65.6 %	1.6
		MR	69	55,2 %	67	53.6 %	1.6
		FF	68	54,4 %	67	53.6 %	0.8
		SM	85	68,0 %	80	64,0 %	4
		RF	63	50,4 %	62	49.6 %	0.8
		DP	72	57,6 %	70	56,0 %	1.6
		NP	65	52,0 %	60	48,0 %	4

Berdasarkan data terlihat terdapat penurunan skor tekanan teman sebaya pada tujuh siswa kelompok eksperimen setelah pemberian pelatihan asertif. Satu orang siswa berinisial RS berdasarkan hasil *posttest* mengalami peningkatan. Hal ini menjadi evaluasi bagi peneliti tentang penyebab hal tersebut sampai terjadi. Pada kelompok kontrol juga terlihat adanya penurunan skor namun tidak terlalu signifikan. Perbedaan rata-rata skor tekanan teman sebaya sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4.3
Tabel Rata-rata Capaian Skor

Skor Rata-rata	Skor Ideal	<i>Pretest</i>	(%)	<i>Posttest</i>	(%)	Penurunan
Kelompok Eksperimen	0	67,25	53,8%	57,37	45,89%	7,91
Kelompok Kontrol	0	72,00	57,6%	69,62	55,69%	1,91

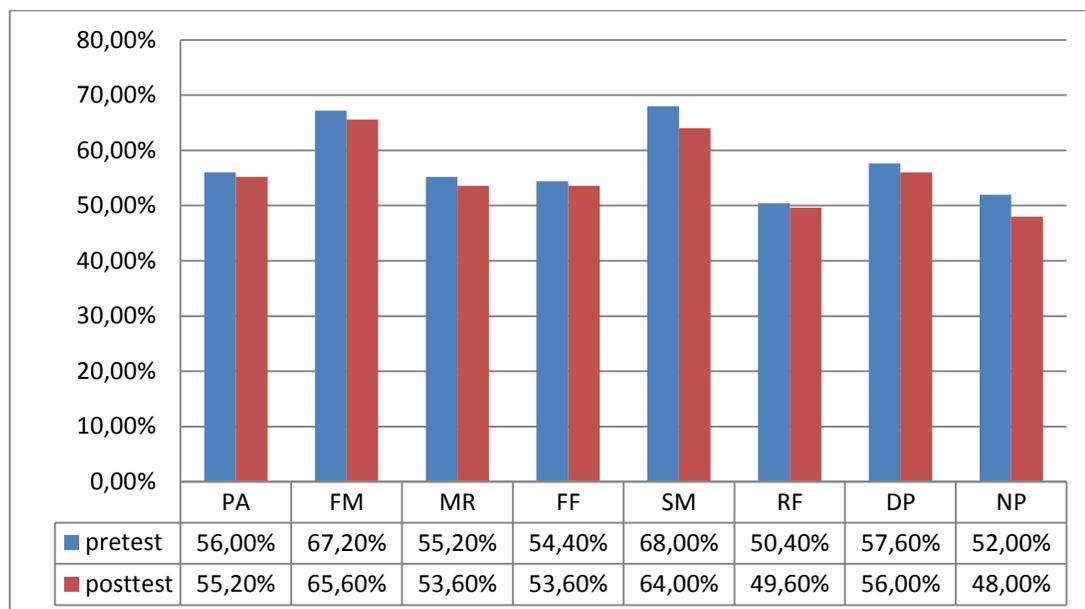
Pelatihan asertivitas dapat menurunkan tekanan teman sebaya pada siswa karena dalam pelatihan asertif siswa belajar membangun kesadaran diri untuk melihat seberapa tingkat asertivitasnya. Berdasarkan data pada table diatas terlihat bahwa rata-rata penurunan skor sebesar 7,91 pada kelompok eksperimen sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata penurunannya hanya 1,91.



Gambar 4.1

Grafik Capaian Skor Tekanan Teman Sebaya Kelompok Eksperimen

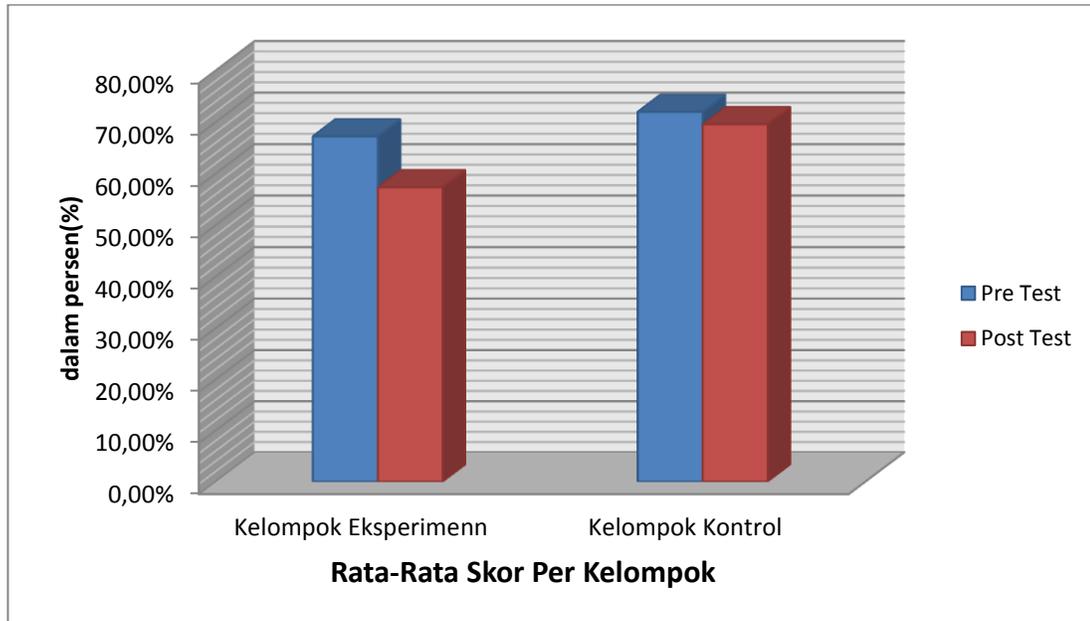
Berdasarkan grafik diatas terlihat dengan jelas penurunan skor dari masing-masing anggota pada kelompok eksperimen, yaitu: AB memperoleh skor 67% saat *pretest* dan menurun menjadi 52%. SA dan CH memperoleh hasil *posttest* 41,60%. Sedangkan FC dan IF menurun sampai pada skor 37,60%. AA memperoleh skor 52% saat *pretest* dan menurun menjadi 50.40% saat *posttest*. Begitupun dengan CD yang mengalami penurunan skor dari 56% menjadi 44,80%.



Gambar 4.2

Grafik Capaian Skor Tekanan Teman Sebaya Kelompok Kontrol

Berdasarkan grafik capaian skor tekanan teman sebaya pada kelompok kontrol juga terlihat mengalami penurunan pada masing-masing anggota hanya saja persentasinya tidak terlalu signifikan. Perbandingan penurunan untuk masing-masing kelompok terlihat pada grafik berikut yang menggambarkan perbedaan rata-rata penurunan skor tiap kelompok.



Gambar 4.3
Histogram Rata-rata Capaian Skor Tekanan Teman Sebaya pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* pada dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol terdapat perubahan skor yang terjadi. Pada kelompok eksperimen, sebelum diberikan perlakuan, seluruh anggota berada pada kategori tinggi dan sedang. Rata-rata skor sebelum diberi perlakuan sebesar 67,2. Sedangkan setelah diberikan perlakuan, rata-rata skor menurun menjadi 57,3. Masing-masing siswa juga mengalami penurunan skor dari sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan. Pada kelompok eksperimen hanya satu siswa berinisial RS yang tidak mengalami penurunan skor. Pada Kelompok kontrol, rata-rata skor sebelum perlakuan sebesar 72,0 dengan

keseluruhan siswa berada pada kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan, terdapat peningkatan skor sebesar 1,91 pada kelompok ini.

B. Deskripsi Proses Pelaksanaan Latihan Asertif

Latihan asertif yang dilakukan berfokus pada latihan keterampilan. Pada kegiatan ini latihan pada perilaku verbal dan non verbal diajarkan, dilatih, dan diintegrasikan ke dalam kehidupan individu. Latihan asertif ini bertujuan untuk mengurangi tekanan teman sebaya. Latihan asertif ini merupakan kegiatan konseling kelompok, anggota kelompok mengikuti kegiatan sesuai dengan prosedur yang telah disepakati oleh peneliti. Kegiatan ini memiliki empat tahap, dan pertemuan yang dilakukan sebanyak enam kali pertemuan. Kegiatan konseling ini akan diberikan kepada delapan orang anggota kelompok eksperimen, yaitu: AB, SA, CH, FC, IF, AA, RS, dan CD.

Proses kegiatan latihan asertif yang dilakukan sebanyak enam kali pertemuan. Peneliti memberikan *pretest* di waktu dan *posttest* pada saat sebelum dan sesudah kegiatan di pertemuan yang berbeda. Berikut uraian proses konseling kelompok pelatihan asertif yang dilakukan oleh peneliti adalah:

1. Tahap Pembentukan

Pada tahap ini peneliti melakukan persiapan dan perencanaan sebelum memulai kegiatan latihan asertif. Peneliti menentukan jenis

kelompok yang akan diberikan perlakuan, pemilihan anggota kelompok berdasarkan kriteria tujuan penelitian, mengatur frekuensi dan waktu pertemuan, pemberian *pre-test* untuk pemilihan anggota kelompok dan membentuk kelompok. Hasil dari tahap ini adalah terkumpulnya sebanyak enam belas orang yang memiliki tingkat tekanan teman sebaya yang tinggi dan sedang. Dari enam belas orang yang memiliki skor tekanan teman sebaya tinggi dan sedang dipilih sebagai kelompok eksperimen. Delapan orang lainnya yang hanya memiliki skor sedang masuk ke dalam kelompok kontrol, yaitu: PA, FM, MR, FF, SM, SK, RF, dan DP.

2. Tahap *Describing* (Pertemuan Satu)

Tahap *describing* merupakan salah satu tahap dalam latihan asertif. Pada tahap ini peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Peneliti juga menjelaskan kegiatan apa saja yang hendak dilakukan pada setiap pertemuannya, dan perilaku apa yang ingin dipelajari. Sebelumnya peneliti memberikan pengetahuan mengenai konseling kelompok, asas-asas dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu, asas kerahasiaan, keterbukaan, dan kesukarelaan dengan harapan para anggota bisa menjaga kerahasiaan, bersikap terbuka dan sukarela dalam proses pelatihan nanti. Selain itu peneliti dan anggota kelompok membuat kesepakatan mengenai peraturan selama kegiatan konseling kelompok pelatihan asertif berlangsung. Terakhir

peneliti memberikan lembar data diri yang diisi oleh masing-masing anggota kelompok eksperimen sebagai persetujuan mengikuti kegiatan.

3. Tahap Learning (Pertemuan dua dan tiga)

Pada tahap ini anggota kelompok belajar mengenai perilaku baru melalui penjelasan, petunjuk, dan demonstrasi atau *modelling* dari peneliti. Fokus latihan yang diajarkan pada tahap ini yaitu bagaimana berperilaku asertif baik secara verbal maupun non verbal, dan mengajarkan konsekuensi dari perilaku asertif, agresif dan pasif baik bagi diri sendiri maupun bagi orang lain. Berikut penjelasannya secara lebih rinci.

a. Pertemuan Kedua

Pertemuan kedua ini bertujuan agar anggota kelompok memahami arti dari kesetia kawan, memahami arti dari asertif, serta anggota kelompok mampu menampilkan perilaku asertif saat menerima tekanan teman sebaya negatif dan diberikan lembar kerja mengenai arti setia kawan yang positif dan pengalaman mengenai hal-hal apa saja yang biasa dilakukan bersama teman-teman yang sebenarnya tidak ingin mereka lakukan.

Pada tahap ini, pertama-tama peneliti menjelaskan informasi mengenai arti setia kawan, tujuannya untuk mengetahui wujud setia kawan yang dimiliki oleh masing-masing anggota kelompok.

sebelumnya peneliti menanyakan apakah masing-masing anggota kelompok memiliki sahabat atau tergabung dalam sebuah *genk* atau tidak. Dari hal tersebut dapat diketahui bahwa bentuk setia kawan apa saja yang diketahui oleh anggota kelompok. Kemudian peneliti memberikan penjelasan kembali mengenai wujud setia kawan, tidak hanya bersifat positif tetapi juga negatif, dan biasanya perwujudan dari setia kawan mengandung tekanan teman sebaya.

Selanjutnya peneliti menjelaskan mengenai perilaku asertif. Sebagian besar anggota kelompok tidak mengetahui mengenai perilaku asertif. Setelah diberikan penjelasan barulah anggota kelompok memahami apa yang dimaksud dengan perilaku asertif. Peneliti memberikan lembar kerja wujud setia kawan dan tekanan teman sebaya yang dialami.

b. Pertemuan Ketiga

Pertemuan ketiga bertujuan agar anggota kelompok memahami perbedaan perilaku asertif secara verbal dan non verbal, serta anggota kelompok diharapkan mampu menampilkan perilaku asertif saat mengalami tekanan teman sebaya dari teman-temannya. Perilaku asertif verbal yang dijelaskan mengenai adanya kesepakatan, dan ekspresi langsung. Sebagian siswa tidak berani mengungkapkan apa yang ia rasakan, kebanyakan siswa memilih untuk diam, menurut permintaan teman, dan mengikuti melakukan pelanggaran agar

dibilang setia kawan. Kemudian peneliti menjelaskan perilaku asertif non verbal yang meliputi kontak mata, postur tubuh, gerak tubuh, kesenyapan sesaat, jarak.

Selanjutnya peneliti menayangkan video mengenai “*being asertif*”. Penayangan video ini bertujuan agar siswa mengetahui bagaimana bersikap asertif. Selain itu peneliti juga menayangkan video mengenai “*Bullying and Peer Pressure*”, dengan tujuan agar siswa mampu mengetahui dampak ketidakasertifannya ketika mengalami tekanan teman sebaya. Video ini menampilkan bahwa anak yang tidak bisa berlaku asertif, menyerah dengan tekanan teman sebaya yang mereka hadapi, dikemudian hari akan menjadi sasaran untuk *bullying*. Pemilihan video tersebut disesuaikan dengan kondisi tekanan teman sebaya yang dihadapi siswa.

Lebih jauh lagi peneliti menjelaskan perbedaan dari sikap asertif, agresif, dan pasif. Peneliti sesekali melakukan diskusi dan mendengarkan cerita yang spontan dari anggota kelompok. Hasil diskusi tersebut memperlihatkan bahwa sebagian besar anggota kelompok masih kesulitan bersikap asertif ketika datang kepada mereka tekanan teman sebaya yang negatif. Tekanan teman sebaya yang biasanya sulit mereka hindari adalah ajakan merokok, *nongkrong* sepulang sekolah, dan melanggar aturan sekolah. Pada pertemuan ini, peneliti juga meminta anggota kelompok mengerjakan lembar kerja

yang berisi tentang beberapa situasi dalam keseharian siswa dan mereka diminta menuliskan respon verbal apa yang biasanya mereka katakan.

Pertemuan ketiga ini diakhiri dengan pemberian tugas rumah bagi anggota kelompok berupa *internet activities* dimana siswa diminta untuk mencari satu kasus tekanan teman sebaya dan membuat tanggapan sebanyak satu paragraf. Tujuan dari tugas tersebut adalah menjelaskan tentang tekanan teman sebaya di kalangan remaja, lebih banyak bersifat negatif dan itu perlu diatasi dengan bersikap asertif, menerapkan keterampilan bergaul dalam membuat keputusan dan menganalisis konsekuensi apabila teru menerima tekanan teman sebaya yang negative dari teman-teman.

4. Tahap *Practicing* (Pertemuan Empat dan Lima)

Pada tahap ini, peneliti memberikan contoh bagaimana berperilaku asertif ketika teman melakukan tekanan negatif. Kemudian anggota kelompok melatihnya kembali dengan mempraktikan (*role play*) perilaku baru terhadap tekanan teman sebaya yang telah dijelaskan oleh peneliti sebelumnya.

a. Pertemuan Empat

Pertemuan ini bertujuan agar anggota kelompok mampu mengidentifikasi sumber tekanan dan konflik dalam hubungan pertemanan serta mampu mengetahui bagaimana menyelesaikan

tekanan dan konflik dalam menolak tekanan teman sebaya dengan cara yang tegas dan tidak menyakiti perasaan teman. Tekanan teman sebaya yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok berbeda-beda. Kebanyakan dari mereka sulit menolak ketika didesak untuk menghisap rokok, *nongkrong* sepulang sekolah, dan bermain *smack down*. Ada pula IF dan CD yang sulit menolak ketika diajak menonton video porno bersama. Tekanan teman sebaya yang dialami oleh RS berasal dari lingkungan main di rumah bukan di sekolah, contohnya diajak untuk mencoret2 tembok/fasilitas umum.

Maanfaat dari tugas rumah yang diberikan berdampak pada respon yang dikemukakan oleh anggota. Mereka bisa menolak dengan cara yang baik-baik dengan tetap memberikan alasan mengapa tidak mau melakukan hal itu. Hal tersebut menunjukkan bahwa anggota kelompok sudah mampu menganalisis pentingnya sikap asertif terhadap tekanan teman sebaya.

Selanjutnya peneliti menginstruksikan anggota kelompok untuk melakukan *role play*. Pada sesi ini anggota kelompok di *setting* untuk berpasangan. Satu anak berperan sebagai teman yang sering memberi tekanan, yang lainnya menjadi anak yang mendapat tekanan. Pasangan anggota kelompok lainnya yang belum mendapatkan giliran diminta menjadi pengamat dan dimintai evaluasinya secara verbal. Hal

ini juga bertujuan untuk melatih anggota kelompok berani untuk mengemukakan pendapatnya.

Dari hasil observasi *role play*, kemampuan siswa dalam memberikan alasan yang kuat untuk menolak saat ada tekanan teman sebaya terlihat sudah ada perubahan peningkatan, yakni terlihat dari beberapa siswa sudah menggunakan bahasa penolakan yang sopan, nada suara normal, dan gerakan tubuh santai. Namun masih ada juga siswa yang agresif dalam merespon tekanan teman sebaya yang datang.

b. Pertemuan Lima

Pada pertemuan ini bertujuan agar anggota kelompok mampu memahami konsekuensi baik atau buruk dari mengatakan “tidak” terhadap tekanan teman sebaya. Anggota kelompok mampu menolak paksaan desakan dan berani berkata “tidak” terhadap desakan teman sebaya.

Peneliti menjelaskan pada siswa mengenai langkah-langkah bersikap asertif, selanjutnya peneliti melakukan sesi *modeling* yang mana peneliti mencontohkan perilaku yang akan dilatih yaitu mampu menolak tekanan teman sebaya secara asertif. Pada *role play* yang kedua ini peneliti menghadirkan seorang model laki-laki yaitu Yohanes, Mahasiswa BK yang sedang PPL, untuk membantu peneliti dalam bermain peran. Tujuannya adalah agar proses *role play* berjalan

seperti situasi nyata, dengan skenario yang dibuat peneliti sehingga respon yang akan keluar dari anggota adalah respon yang alami, tidak dibuat-buat.

Peneliti telah menyiapkan beberapa gambaran kasus untuk dimainkan oleh anggota kelompok. Masing-masing anggota mendapatkan dua kali giliran memainkan peran. Sesi pertama dimana setiap anggota berperan sebagai orang yang memberikan tekanan teman sebaya dengan skenario yang sudah dibuat oleh peneliti, dan Yohanes—peran pembantu dalam *role play*—berperan sebagai siswa yang mendapatkan tekanan dan mampu bersikap asertif. Sesi kedua peran anggota dibalik. Siswa berperan sebagai siswa yang mendapatkan tekanan teman sebaya, dengan skenario yang juga sudah ditentukan oleh peneliti dan coba disesuaikan dengan sumber tekanan teman sebaya dan konflik dalam sebuah pertemanan yang dalam pertemuan sebelumnya pernah anggota identifikasi sendiri.

Dari hasil observasi *role play*, kemampuan siswa dalam merespon tekanan teman sebaya dan mempertahankan hak nya untuk tidak mengikuti hal-hal yang didesak temannya sudah baik. CH yang biasanya lebih pendiam dan tidak berani menatap lawan bicara juga sudah mulai berani mengungkapkan ketidaknyamanan yang ia rasakan bahkan ia berhasil mengatakan alasan-alasannya tidak mengikuti tekanan dengan baik dan tepat. Hal tersebut juga

ditunjukkan oleh AB dan AA yang merespon dengan tegas dan tepat saat mendapat paksaan untuk menghisap rokok.

Menurut observasi yang dilakukan peneliti, sampai pada tahap ini ada satu anggota berinisial RS yang masih terlihat sulit untuk bersikap asertif. RS mendapat perhatian khusus dari peneliti dan juga mendapatkan catatan khusus untuk ditindak lanjuti secara personal. Mengakhiri pertemuan, peneliti menanyakan tentang bagaimana perasaan tertekan yang dirasakan setelah melakukan *role play*, dan merencanakan pertemuan selanjutnya.

5. Tahap *Transferring* (Pertemuan Enam)

Tahap *transferring* ini adalah tahap akhir dari kegiatan pelatihan asertif, yang bertujuan agar anggota kelompok dapat menerapkan perilaku baru yang telah diajarkan dan dilatih ke dalam lingkungan nyata ketika menghadapi situasi tekanan teman sebaya negatif yang sebenarnya tidak diinginkan. Kegiatan yang dilakukan oleh peneliti yaitu mengajak anggota kelompok untuk mengevaluasi tingkah laku dan membantu untuk mengambil keputusan terkait perilaku atau sikap menolak tekanan teman sebaya.

Pada tahap ini, hasil yang dicapai diharapkan siswa memahami konsekuensi dari kurangnya keaertifan dalam diri terhadap tekanan teman sebaya dan mampu membuat keputusan dengan menolak ajakan

negatif. Peneliti juga menampilkan cerita pendek dalam bentuk *slide show* yang bertujuan agar siswa akan mengetahui informasi yang benar mengenai dampak tidak aertifnya siswa dalam menghadapi tekanan teman sebaya negatif, siswa mampu bersikap asertif dalam menghadapi tekanan teman sebaya, siswa mampu mengambil keputusan apabila teru menerus mendapatkan tekanan teman sebaya.

Selanjutnya untuk megakhiri pertemuan dari seluruh kegiatan pelatihan asertif, peneliti menanyakan bagaimana kesan mereka selama mengikuti kegiatan dan harapan mereka kedepannya dalam menghadapi tekanan teman sebaya. Diharapkan para siswa dapat menerapkan seluruh pengajaran dan pelatihan yang diikuti selama kegiatan berlangsung dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian peneliti memberikan instrumen *post-test* kepada kelompok untuk melihat capaian akhir setelah dilakukanya eksperimen dengan teknik pelatihan asertif.

C. Pengujian Hipotesis

Data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dan analisis statistik parametrik t-test. Perhitungan selengkapnya teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 20.0 *for windows*. Analisis deskriptif tersebut hanya dipergunakan untuk melengkapi dan mendukung data.

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan tehnik tersebut diperoleh data sebagai berikut:

	Paired Differences					t	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 KE - KK	-6.750	13.275	4.693	-17.848	4.348	-1.438	7	.194

Berdasarkan data tersebut, nilai Sig sebesar 0.194 yang berarti nilai probabilitas lebih kecil dari nilai signifikansi α 0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yaitu terjadi peningkatan asertivitas siswa yang mengalami tekanan teman sebaya yang signifikan setelah diberikan perlakuan. Maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan yang lebih besar pada kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan asertif. Oleh karena itu, kesimpulan dalam penelitian ini adalah pelatihan asertif memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan asertivitas siswa yang mengalami tekanan teman sebaya di SMP Negeri 2 Jakarta.

D. Pembahasan

Hasil penelitian berdasarkan uji hipotesis menunjukkan bahwa pelatihan asertivitas dapat menurunkan tingkat tekanan teman sebaya pada siswa. Capaian tersebut bisa diperoleh karena dalam pelatihan asertivitas siswa belajar membangun kesadaran diri untuk melihat seberapa tingkat asertivitasnya terhadap tekanan teman sebaya. Hal ini menjadikan Hipotesis H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Pelatihan asertivitas dapat menurunkan kemauan melakukan tindakan yang tidak diinginkan karena siswa memahami bahwa mereka memiliki hak yang sama untuk mengungkapkan perasaan dan dilatih untuk berani mengungkapkan perasaan secara positif sehingga dapat mengendalikan emosi yang baik. Selain itu pelatihan asertivitas dapat melatih siswa untuk membangun kesadaran diri bahwa mereka memiliki hak yang sama dengan orang lain untuk mengekspresikan perasaan positif sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan untuk mengatasi konflik.

Pelatihan asertivitas juga dapat menurunkan keinginan melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri dan orang lain karena siswa mampu memiliki inisiatif untuk mengambil tindakan dan keputusan tanpa harus menunggu keputusan dari orang lain. Siswa akan mengembangkan inisiatif untuk berani mengungkap permintaan, bahkan penolakan ketika orang lain memaksakan kehendaknya.

Sebelum diberikannya perlakuan berupa teknik pelatihan asertif, skor delapan siswa berada pada kategori *peer pressure* tinggi sedang, namun setelah diberikannya perlakuan, terlihat ada perubahan skor tekanan teman sebaya yang berada pada kategori rendah. Sedangkan pada kelompok kontrol, terdapat delapan siswa yang tetap pada kategori tinggi sedang.

Berdasarkan hasil penggalian informasi selama kegiatan pelatihan asertif pada siswa didapatkan hasil bahwa semua siswa sering mengalami tekanan teman sebaya oleh teman-teman mereka. Hal tersebut mengindikasikan bahwa siswa memiliki asertivitas yang rendah terhadap tekanan, desakan, tantangan dari teman sebayanya. Alasan utama siswa menyerah pada tekanan teman sebaya ini adalah karena siswa takut tidak memiliki teman atau harus keluar dari kelompok sepermainan, tidak ingin dianggap *cemen* dan tidak setia kawan. Selain itu, mereka yang mengalami tekanan teman sebaya merasa bahwa sah-sah saja membuktikan rasa setia kawan pada teman dengan menanggapi tantangan mereka. Pada keadaan yang seperti itu diperlukan keterampilan sosial dalam bergaul yaitu sikap asertif agar selanjutnya siswa tidak terlibat dalam berbagai macam pelanggaran sekolah.

Siswa yang mengalami tekanan teman sebaya mengaku bahwa dapat di terima dalam kelompok sebaya sangatlah penting sehingga melakukan apapun untuk bisa bergabung dengan kelompok teman

sebayu adalah hal yang wajar, termasuk dengan menyerah terhadap setiap tekanan teman sebaya yang dialami.

Dalam kegiatan latihan asertif ini, siswa dilatih dan diajarkan untuk menjadi asertif terhadap tekanan, desakan, dan tantangan dari teman sebayanya. Latihan asertif ini terbagi menjadi enam kali pertemuan dengan kegiatan yang dilakukan yaitu, diskusi kelompok, *modelling*, dan *role play*. Seperti yang disebutkan oleh Alberti dalam latihan asertif, baik perilaku verbal dan non verbal diajarkan, dilatih dan diintegrasikan ke dalam rangkaian perilaku individu. Teknik untuk melakukan hal ini adalah peniruan dengan contoh (*modelling*) atau bermain peran (*role play*) serta penyajian didaktik tentang hak-hak manusia, sosial, dan pengambilan keputusan.⁵⁰

Pada latihan ini, banyak digunakan soal-soal cerita yang bertujuan mengajarkan siswa tentang hak-hak mereka sebagai manusia (teman) dan upaya-upaya dalam pengambilan keputusan untuk menolak adanya tekanan teman sebaya yang negatif. Selain itu, penggunaan video memvisualisasikan bagaimana dampak yang akan dialami oleh seseorang yang mengalami tekanan teman sebaya. Kemudian juga melalui *role play* guna mengajarkan kepada siswa apabila mendapati situasi-situasi yang ada dalam *role play* agar mampu bersikap asertif baik secara verbal maupun non verbal dan berani mengatakan “tidak”,

⁵⁰ Singgih D Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2007), hlm. 216

bersikap tegas menolak setiap tekanan, desakan, dan tantangan yang hadir.

Dalam latihan asertif ini, sebagian besar siswa mulai mampu memberikan respon verbal dan non verbal dalam berperilaku asertif terhadap tekanan teman sebaya. Mereka menyadari bahwa menyerah pada tekanan teman sebaya tersebut membuat dirinya merasa bersalah, tidak merasa bebas berperilaku, dan juga melanggar norma-norma atau aturan-aturan yang berlaku di lingkungan baik di sekolah maupun di masyarakat. Selain itu, siswa sadar memiliki hak untuk menolak jika ditekan, didesak, dan ditantang melakukan sesuatu oleh orang lain (teman) dan berani berkata “tidak” terhadap hal-hal yang mereka tidak ingin lakukan namun tetap menggunakan cara yang baik, serta mereka mulai mengembangkan nilai positif pada dirinya bahwa mereka harus mampu mempertahankan harga dirinya, selain itu mereka mampu mengambil keputusan bahwa mereka tidak akan mudah begitu saja menyerah pada tekanan teman sebaya. Sejalan dengan pendapat Bishop yaitu individu yang asertif memiliki citra diri positif, menggunakan bahasa positif, mampu menghargai pandangan orang lain namun tetap mempertahankan hak-haknya. Juga individu yang asertif mampu

bersikap jujur, merasa bebas mengemukakan pikiran dan perasaan dengan tetap menghargai pendapat orang lain.⁵¹

Pada penelitian ini, peneliti tidak mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi asertivitas siswa, terutama faktor lingkungan. Oleh sebab itu, layaknya penelitian eksperimen pada umumnya, desain penelitian eksperimen ini pun memiliki ancaman (*threat*). Ancaman tersebut adalah *history* yaitu peristiwa yang terjadi selama waktu pelaksanaan eksperimen yang mungkin mempengaruhi observasi.⁵² Kejadian-kejadian tersebut mungkin terjadi di sekolah atau di luar sekolah, sehingga disadari bahwa hasil penelitian yang menunjukkan bahwa menurunnya tekanan teman sebaya siswa dalam kelompok eksperimen secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol, tidak dapat dikatakan sepenuhnya karena penerapan latihan asertif. Hal tersebut karena adanya kemungkinan peristiwa-peristiwa yang terjadi selama pelaksanaan kegiatan latihan asertif yang dapat mempengaruhi asertivitas siswa.

Subjek dengan penurunan skor tekanan teman sebaya menunjukkan bahwa ia telah belajar berperilaku asertif dari sebelumnya. Setelah melakukan evaluasi sebagian besar siswa mampu membedakan perilaku yang baik dan yang buruk sehingga mereka mampu bersikap

⁵¹ Sue Bishop, *Develop Your Assertiveness, Second Edition*, (London: Kogan Page, 2010), hlm. 202

⁵² Paul Heppner, et.al, *Research Design in Counseling*, (Belmont: Thomson Higher Education, 2008), hlm. 93

tegas untuk menolak tekanan, desakan, dan tantangan negatif dari teman-temannya. Siswa mampu mengekspresikan perasaan dan melatih kejujuran untuk mengungkapkan keinginan mereka.

Berdasarkan pembahasan tersebut, kegiatan pelatihan asertif dapat diterapkan untuk meningkatkan asertivitas siswa yang mengalami tekanan teman sebaya baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan tempat tinggal mereka.

E. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tidak luput dari kesalahan yang disebabkan oleh keterbatasan peneliti. Hal-hal yang menyebabkan ketidaksempurnaan ini sangat membutuhkan perbaikan-perbaikan selanjutnya. Beberapa hal yang menjadi keterbatasan peneliti diantaranya yaitu:

1. Terdapat kekurangan dalam instrument yang digunakan. Skala tekanan teman sebaya yang digunakan belum menggambarkan adanya keterkaitan antara tekanan teman sebaya dengan sikap asertif sehingga peneliti membutuhkan hasil penelitian lain yang mendukung.
2. Sulitnya mengetahui kondisi sebenarnya dari responden setelah diberikan perlakuan sehingga sulit mengontrol keakuratan hasil posttest

3. Peneliti tidak melakukan sosiogram sebelumnya sehingga tidak mengetahui bahwa dalam kelompok eksperimen yang peneliti pilih terdapat siswa yang saling tidak akrab satu sama lain.
4. Dua kali pertemuanlatihan asertif dilakukan di ruang konseling guru BK dengan kondisi ruangan BK yang tidak terlalu besar dan sering menerima tamu dari luar membuat pertemuan pertama dan kedua sedikit terganggu.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan asertivitas terhadap tekanan teman sebaya pada siswa kelompok eksperimen setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training*. Data sebelum diberikan layanan terdapat dua siswa yang berada pada kategori tinggi dan enam siswa pada kategori sedang. Setelah diberikan layanan *assertive training*, terdapat peningkatan yaitu enam siswi berada pada kategori sedang dan dua siswi pada kategori rendah.
2. Berdasarkan data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dan analisis statistik parametrik t-test. nilai Sig sebesar 0.194 yang berarti nilai probabilitas lebih kecil dari nilai signifikansi α 0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yaitu terjadi peningkatan asertivitas siswa yang mengalami tekanan teman sebaya yang signifikan setelah diberikan perlakuan.
3. Asertivitas siswa terhadap tekanan teman sebaya dapat ditingkatkan melalui teknik *assertive training* yang meliputi penyajian didaktik dengan pemberian soal-soal cerita yang mengarahkan siswa pada

diskusi pemecahan kasus dan pengambilan keputusan untuk menolak melakukan perilaku maladaptif, dilanjutkan dengan *role play* yang mengajarkan siswa berani mengatakan “tidak” terhadap permintaan yang tidak ingin dilakukan, tujuan *role play* tersebut adalah diharapkan ketika siswa menghadapi kemungkinan situasi yang sama dengan gambaran kasus pada *role play*, mereka dapat bersikap asertif terhadap apa tidak ingin mereka kehendaki.

B. Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, teknik *assertive training* merupakan salah satu bentuk alternatif penanganan yang dapat diterapkan bagi guru bimbingan dan konseling untuk menangani siswa yang mengalami masalah rendahnya asertivitas terhadap tekanan teman sebaya. Hal ini dibuktikan dengan hasil *post-test* yang mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil *pre-test*.

Melalui *assertive training* siswa diajarkan dan dilatih untuk berani menolak permintaan atau ajakan negatif yang dianggap sebagai bukti kesetiakawanan mereka, dengan teknik *assertive training* membuat siswa mendapat pandangan-pandangan baru bahwa mereka memiliki hak untuk menolak hal-hal yang tidak ingin mereka ikuti dan memberikan pemahaman baru untuk mempertimbangkan segala resiko yang terjadi sebelum memutuskan melakukan perilaku maladaptif. Selain itu teknik

assertive training membuat mereka menyadari bahwa mereka punya hak untuk mengutarakan perasaan mereka.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, maka terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Siswa

Siswa disarankan dapat mengaplikasikan perilaku asertif ketika bergaul dalam keseharian ataupun terhadap situasi lain yang mengharuskan untuk berperilaku asertif.

2. Guru Bimbingan dan Konseling

- a. Guru BK disarankan untuk tetap memantau perkembangan subjek penelitian setelah mengikuti kegiatan *assertive training*.
- b. Guru BK disarankan menggunakan teknik *assertive training* sebagai salah satu alternatif dalam menangani siswa yang bermasalah dengan asertivitas yang rendah.

3. Peneliti selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian mengenai asertivitas terhadap tekanan teman sebaya, dapat melakukan penelitian terhadap faktor lain yang mempengaruhi perilaku asertif seperti pola asuh orangtua, situasi lingkungan sekitar dan sebagainya.
- b. Peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan menggunakan teknik *assertive training*, lebih memperpanjang waktu penerapan *role play* dengan bermacam situasi yang terjadi sesuai dengan pengalaman subjek penelitian dan berbagai kemungkinan situasi yang terjadi dan untuk memudahkan latihan dapat membuat modul latihan asertif untuk subjek penelitian yang sesuai dengan masalah yang ditangani dengan memasukkan materi mengenai pengertian lebih mendalam tentang asertif itu sendiri dan cara penerapannya.