

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perilaku asertif merupakan salah satu kompetensi sosial-emosional yang memiliki peran penting dalam perkembangan remaja, karena memungkinkan individu menyampaikan pikiran, perasaan, dan kebutuhannya secara jujur, terbuka, serta tepat tanpa mengabaikan hak orang lain. Wolpe (1973) mendefinisikan perilaku asertif sebagai kemampuan individu untuk mengekspresikan dirinya secara percaya diri tanpa disertai rasa cemas, takut, ataupun rasa bersalah yang berlebihan. Melalui kemampuan tersebut, individu dapat mempertahankan hak-hak pribadinya secara adaptif ketika berinteraksi dengan orang lain. Dengan demikian, perilaku asertif dipandang sebagai bentuk perilaku yang berada di antara perilaku pasif dan perilaku agresif, sehingga menjadi landasan penting dalam membangun komunikasi interpersonal yang sehat.

Selaras dengan pandangan Wolpe, Alberti dan Emmons (2008) menyatakan bahwa perilaku asertif bukan merupakan karakteristik yang dibawa sejak lahir, melainkan suatu kompetensi sosial yang dapat dipelajari, dilatih, dan dikembangkan melalui proses pendidikan yang berlangsung secara terencana dan sistematis. Remaja dengan perilaku asertif umumnya mampu mengambil keputusan secara mandiri, menolak pengaruh negatif, dan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Sebaliknya, kurangnya ketegasan membuat remaja lebih rentan terhadap tekanan sosial, konformitas berlebihan, dan kecenderungan terhadap perilaku yang tidak adaptif (Zhou et al., 2022; Arora & Singh, 2023).

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan yang memiliki peran penting dalam kehidupan individu, karena pada periode ini terjadi berbagai perubahan yang mencakup aspek biologis, kognitif, serta sosial-emosional. Lebih jauh lagi, remaja pada fase ini menghadapi tugas perkembangan utama: pembentukan identitas diri mereka sendiri (Erikson,

1968). Pada fase ini, pengaruh teman sebaya menjadi semakin kuat dan sering mendorong remaja untuk menyesuaikan diri demi memperoleh penerimaan sosial (Steinberg & Monahan, 2007). Santrock (2011) menjelaskan bahwa konformitas merupakan bagian dari perkembangan sosial remaja, namun ketika kebutuhan untuk menyesuaikan diri lebih dominan dibandingkan kemampuan mengekspresikan pendapat dan kebutuhan pribadi secara asertif, konformitas yang berlebihan justru dapat menghambat perkembangan kemandirian dan kepercayaan diri remaja. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku tidak asertif masih menjadi permasalahan yang nyata dalam kehidupan sosial remaja.

Fase awal remaja yang umumnya dialami peserta didik SMP ditandai dengan meningkatnya sensitivitas terhadap penilaian sosial serta kebutuhan untuk diterima oleh lingkungan sekitar. Pada tahap ini, remaja mulai mengembangkan kemandirian psikologis, namun belum sepenuhnya memiliki keterampilan regulasi emosi dan komunikasi interpersonal yang matang. Akibatnya, peserta didik SMP berada pada posisi yang rentan terhadap tekanan teman sebaya, sehingga cenderung mengalah, mengikuti kehendak kelompok, atau menekan kebutuhan pribadi demi menjaga hubungan sosial (Santrock, 2011; Steinberg, 2014). Kerentanan tersebut menunjukkan pentingnya penguatan perilaku asertif sejak dini melalui intervensi yang terstruktur dan bersifat preventif di lingkungan sekolah.

Alberti dan Emmons (2008) menjelaskan bahwa perilaku asertif merupakan salah satu keterampilan sosial yang penting dimiliki individu karena memungkinkan seseorang mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhannya secara jujur dengan tetap menghormati hak orang lain. Bagi peserta didik, keterampilan ini berperan dalam membantu mereka membangun hubungan interpersonal yang sehat, menyampaikan pendapat secara percaya diri, menyelesaikan konflik secara konstruktif, serta mampu menolak ajakan yang bertentangan dengan nilai atau kepentingan dirinya. Dengan demikian, pengembangan perilaku asertif tidak hanya mendukung keberhasilan peserta didik dalam menjalankan tugas perkembangan pada

masa remaja, tetapi juga menjadi bekal dalam menghadapi berbagai tantangan sosial di lingkungan sekolah maupun kehidupan sehari-hari.

Temuan dari berbagai penelitian di Indonesia turut menguatkan kondisi tersebut. Hasil penelitian Assakdiah dan Rozzaqyah (2025) menunjukkan bahwa sebagian peserta didik SMP masih memiliki tingkat perilaku asertif yang rendah, terutama dalam kemampuan mengemukakan pendapat serta mempertahankan hak pribadinya. Rendahnya kemampuan asertif tersebut berpotensi memunculkan berbagai bentuk perilaku maladaptif, seperti perilaku agresif dan kenakalan remaja (Sriyanto et al., 2014). Selain itu, berbagai data nasional juga memperlihatkan bahwa kasus perundungan dan kekerasan yang melibatkan anak maupun remaja masih tergolong tinggi. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI, 2024) melaporkan masih banyaknya kasus perundungan yang terjadi di lingkungan satuan pendidikan. Temuan tersebut diperkuat oleh laporan Pusat Informasi Kriminal Nasional Bareskrim Polri (Pusiknas, 2024) yang menunjukkan tingginya jumlah anak yang menjadi korban tindak kekerasan dan kejahatan. Berbagai temuan tersebut mengindikasikan bahwa keterampilan sosial-emosional remaja dalam menghadapi tekanan sosial secara adaptif masih perlu ditingkatkan.

Dalam konteks kehidupan sekolah, rendahnya perilaku asertif tampak dalam berbagai situasi, seperti ketidakberanian peserta didik menyampaikan pendapat di kelas, kesulitan menolak ajakan teman yang berpotensi merugikan, serta kecenderungan untuk diam ketika mengalami perlakuan tidak menyenangkan. Meskipun sering dianggap sebagai perilaku wajar, kondisi ini dalam jangka panjang dapat menghambat perkembangan kepercayaan diri dan keterampilan komunikasi peserta didik (Alberti & Emmons, 2008; Corey, 2013). Oleh karena itu, perilaku tidak asertif perlu dipahami sebagai isu perkembangan yang memerlukan perhatian dan intervensi edukatif sejak dini, khususnya di lingkungan sekolah melalui layanan Bimbingan dan Konseling.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan bahwa kondisi serupa juga ditemukan pada peserta didik di SMP Negeri 75 Jakarta. Hasil

wawancara menunjukkan bahwa beberapa siswa masih kesulitan mengungkapkan pendapat mereka di kelas, kurang berani menolak permintaan teman, dan lebih memilih diam ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman dalam interaksi sosial. Selain itu, terdapat peserta didik yang cenderung mengikuti keputusan kelompok karena khawatir tidak diterima atau dikucilkan oleh teman sebayanya. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan berperilaku asertif pada peserta didik masih perlu diperkuat melalui layanan yang memberikan kesempatan untuk melatih komunikasi dan interaksi sosial secara efektif.

Dalam konteks pendidikan, pengembangan perilaku asertif merupakan salah satu bagian dari tugas layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah. Menurut Gysbers dan Henderson (2012), program bimbingan dan konseling komprehensif diselenggarakan untuk memfasilitasi perkembangan pribadi, sosial, akademik, dan karier peserta didik melalui layanan yang bersifat preventif dan developmental. Sejalan dengan itu, Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 menegaskan bahwa layanan bimbingan dan konseling bertujuan membantu peserta didik mencapai perkembangan secara optimal sesuai dengan tugas perkembangannya. Oleh karena itu, guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran dalam memfasilitasi berkembangnya berbagai keterampilan sosial peserta didik, termasuk perilaku asertif, melalui layanan yang sesuai dengan kebutuhan perkembangan mereka. Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah bimbingan kelompok karena memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk belajar melalui dinamika kelompok, saling bertukar pengalaman, serta melatih keterampilan komunikasi dan interaksi sosial secara langsung.

Pengembangan perilaku asertif tidak cukup dilakukan hanya melalui penyampaian materi atau pengetahuan secara teoritis. Peserta didik juga memerlukan pengalaman belajar yang memberikan kesempatan untuk melatih dan menerapkan keterampilan tersebut secara langsung dalam berbagai situasi sehingga perilaku asertif dapat berkembang secara optimal. Salah satu langkah konseling dan dukungan yang dapat memenuhi kebutuhan ini adalah bimbingan kelompok. Melalui dinamika yang berkembang dalam kelompok,

peserta didik memiliki kesempatan untuk mengungkapkan pendapat mereka, memahami sudut pandang dan perasaan orang lain, dan mengembangkan keterampilan komunikasi mereka dalam suasana yang mendukung dan berorientasi pada tujuan (Prayitno & Amti, 2013). Untuk mencapai tujuan program secara optimal, diperlukan teknik yang mendorong partisipasi aktif semua anggota kelompok sepanjang proses konseling.

Keberhasilan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tidak terlepas dari pemilihan metode yang sesuai dengan tujuan layanan. Penggunaan metode yang tepat mampu mendorong keterlibatan aktif peserta didik sekaligus meningkatkan efektivitas pencapaian tujuan layanan bimbingan dan konseling. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah *simulation game*. Menurut Romlah (2006), *simulation game* merupakan metode pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mempelajari berbagai situasi sosial melalui aktivitas yang dirancang menyerupai kondisi kehidupan nyata. Metode ini memadukan unsur permainan, bermain peran, dan diskusi sehingga peserta didik tidak hanya memahami konsep yang dipelajari, tetapi juga memperoleh kesempatan untuk mempraktikkan cara menghadapi berbagai permasalahan sosial secara langsung. Melalui keterlibatan aktif selama kegiatan berlangsung, pengalaman belajar yang diperoleh menjadi lebih bermakna.

Pendapat tersebut diperkuat oleh Aldrich (2009) serta Vlachopoulos dan Makri (2017) yang menyatakan bahwa pembelajaran berbasis simulasi berorientasi pada pengalaman langsung (*learning by doing*). Pendekatan ini mampu meningkatkan partisipasi peserta didik karena mereka tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga terlibat dalam proses pengambilan keputusan, pemecahan masalah, serta interaksi yang menggambarkan situasi kehidupan sehari-hari.

Dalam praktiknya, *simulation game* menuntut seluruh anggota kelompok untuk mengikuti aturan permainan yang telah ditentukan. Selama pelaksanaan kegiatan, peserta didik berpartisipasi secara aktif dengan mengambil keputusan, bekerja sama, dan berinteraksi dengan anggota kelompok lain dalam situasi yang menyerupai kehidupan nyata. Pengalaman

tersebut membantu peserta didik memahami konsekuensi dari setiap tindakan, meningkatkan keterampilan sosial, serta membangun keterlibatan emosional selama proses pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan pandangan Addams (1973) yang menjelaskan bahwa simulasi memberikan pengalaman belajar secara langsung sehingga individu lebih mudah memahami berbagai situasi sosial sekaligus mengembangkan keterampilan yang dibutuhkan.

Karakteristik *simulation game* yang berorientasi pada partisipasi aktif, kerja sama antarpeserta, dan pengambilan keputusan menjadikan teknik ini sesuai untuk mengembangkan perilaku asertif. Perilaku asertif menuntut kemampuan mengungkapkan pendapat secara jelas, keberanian mengatakan "tidak" terhadap ajakan yang tidak sesuai, serta kemampuan berkomunikasi secara jujur dengan tetap menghormati hak orang lain. Melalui *simulation game*, peserta didik dapat mempraktikkan berbagai keterampilan tersebut dalam lingkungan yang aman dan terkontrol sehingga mereka lebih percaya diri tanpa harus menghadapi konsekuensi nyata dari setiap tindakan yang dilakukan selama simulasi.

Dibandingkan dengan teknik seperti *role play* maupun sosiodrama, *simulation game* memiliki keunggulan karena mampu melibatkan seluruh anggota kelompok secara bersamaan. Pada teknik *role play*, biasanya hanya peserta didik yang mendapat peran tertentu yang terlibat secara aktif, sedangkan anggota lain lebih banyak berfungsi sebagai pengamat. Sebaliknya, permainan simulasi menawarkan kesempatan kepada semua peserta untuk terlibat dalam permainan, proses pengambilan keputusan, dan interaksi sosial yang terjadi. Kondisi tersebut menciptakan lingkungan belajar yang lebih inklusif sehingga setiap peserta didik memperoleh kesempatan yang sama untuk mengembangkan keterampilan sosialnya melalui keterlibatan aktif dalam setiap kegiatan.

Efektivitas teknik *simulation game* dalam meningkatkan perilaku asertif juga didukung oleh hasil penelitian Fitriani (2019), yang menunjukkan bahwa penerapan teknik tersebut mampu meningkatkan perilaku asertif peserta didik. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa keterlibatan aktif selama proses simulasi memberikan kesempatan kepada peserta didik

untuk tidak hanya memahami konsep perilaku asertif, tetapi juga mempraktikkannya dalam berbagai situasi. Meskipun demikian, penelitian mengenai penerapan *simulation game* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik SMP, khususnya di Indonesia, masih relatif terbatas. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian lanjutan guna memperkaya bukti empiris mengenai efektivitas teknik ini dalam konteks layanan Bimbingan dan Konseling di sekolah menengah pertama.

Berdasarkan uraian tersebut, teknik *simulation game* dipandang sebagai salah satu metode yang berpotensi meningkatkan perilaku asertif peserta didik melalui pengalaman belajar yang aktif, partisipatif, dan kontekstual. Atas dasar itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh penerapan teknik *simulation game* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif peserta didik sekolah menengah pertama.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil kajian pada latar belakang penelitian, beberapa permasalahan yang menjadi fokus dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut.

1. Perilaku asertif sebagian peserta didik di SMP Negeri 75 Jakarta masih belum berkembang secara optimal. Kondisi tersebut terlihat dari masih adanya peserta didik yang belum berani menyampaikan pendapat, mengungkapkan perasaan, maupun menolak ajakan yang tidak sesuai dalam kehidupan sehari-hari.
2. Sebagian peserta didik masih mengalami kesulitan dalam membedakan perilaku asertif dengan perilaku pasif maupun perilaku agresif ketika berinteraksi di lingkungan sekolah.
3. Pengaruh teman sebaya masih cukup kuat sehingga peserta didik cenderung mengikuti tekanan kelompok apabila belum memiliki kemampuan asertif yang memadai.
4. Pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya layanan bimbingan kelompok, belum memanfaatkan secara optimal teknik-teknik

yang mampu mendorong keterlibatan aktif peserta didik dalam mengembangkan perilaku asertif.

5. Penerapan teknik berbasis pengalaman langsung, seperti *simulation game*, dalam layanan bimbingan kelompok masih relatif terbatas sebagai strategi untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada pengaruh penggunaan teknik *simulation game* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif peserta didik kelas VIII SMP Negeri 75 Jakarta. Aspek perilaku asertif yang dikaji meliputi kemampuan menyampaikan pendapat, mengungkapkan perasaan secara tepat, menolak ajakan yang tidak sesuai, serta mempertahankan hak pribadi tanpa mengabaikan hak orang lain.

D. Perumusan Masalah

- A. Bagaimana gambaran tingkat perilaku asertif peserta didik kelas VIII SMP Negeri 75 Jakarta sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan teknik *simulation game*?
- B. Apakah penerapan teknik *simulation game* dalam layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap perilaku asertif peserta didik kelas VIII SMP Negeri 75 Jakarta?

E. Tujuan Umum Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh penggunaan teknik *simulation game* dalam layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif peserta didik SMP dengan membandingkan kondisi perilaku asertif sebelum dan setelah pelaksanaan layanan.

F. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis, sebagai berikut.

1. Secara Teoretis

- a. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian ilmu Bimbingan dan Konseling, khususnya yang berkaitan dengan

pemanfaatan teknik *simulation game* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik.

- b. Menjadi bahan acuan bagi peneliti berikutnya yang berminat mengembangkan penelitian mengenai teknik *simulation game* maupun layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan perilaku asertif pada berbagai jenjang pendidikan.
- c. Memperkaya landasan teoretis mengenai fungsi layanan bimbingan kelompok sebagai layanan yang bersifat preventif dalam mengembangkan keterampilan sosial, terutama perilaku asertif peserta didik.

2. Secara Praktis

- a. Bagi peserta didik, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu mengembangkan perilaku asertif sehingga peserta didik lebih berani menyampaikan pendapat, mampu mengungkapkan perasaan secara tepat, menolak ajakan yang berdampak negatif, serta mempertahankan hak pribadinya tanpa mengabaikan hak orang lain.
- b. Bagi guru Bimbingan dan Konseling, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam memilih serta menerapkan teknik *simulation game* pada layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu alternatif strategi yang mampu meningkatkan keterlibatan aktif peserta didik selama proses layanan.
- c. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam penyusunan dan pengembangan program layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya program yang berfokus pada upaya preventif untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik.