

Perilaku Asertif Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 37 Semarang

Fatma Kurnia Sari¹, Venty², Kristina Yulianti³

^{1,2}Pendidikan Profesi Guru, Program Studi Bimbingan dan Konseling,
Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang,

³SMP Negeri 37 Semarang

Email: ppg.fatmasari55@program.belajar.id¹, venty@upgris.ac.id², kristinayulianti50666@gmail.com³

Abstrak

Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui perilaku asertif peserta didik kelas VII SMP Negeri 37 Semarang. Sampel penelitian ini yakni peserta didik kelas VII dengan jumlah 127 orang (68 laki-laki dan 59 perempuan). Pengumpulan sampel peneliti menggunakan teknik insidental. Penelitian bermetode kuantitatif deskriptif. Instrumen untuk mengukur perilaku asertif diterapkan *Simple Rathus Assertiveness Scale* dengan jumlah item 30, keseluruhan item valid, koefisien validitas dari 0,331-0,689, koefisien reliabilitas sebesar 0,934. Hasil dari penelitian didapat bahwa perilaku asertif peserta didik kelas VII secara keseluruhan dapat dilihat bahwa 4 peserta didik (3,14%) berkategori sangat rendah, 32 peserta didik (25,19%) berkategori rendah, 68 peserta didik (53,54%) berkategori sedang, 19 peserta didik (14,96%) berkategori tinggi, 4 peserta didik (3,14%) berkategori sangat tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta didik masih memiliki perilaku asertif dalam kategori sedang, hal ini tercermin yang masih banyaknya permasalahan mengenai perilaku negatif, maka diperlukan adanya program atau layanan untuk meningkatkan perilaku asertif pada peserta didik.

Kata Kunci: *Perilaku Asertif, Peserta Didik*

Abstract

The present study aimed to determine the assertive behavior of class VII students of SMP Negeri 37 Semarang. The sample in this study was class VII students with a total of 127 people (68 boys and 59 girls). Collecting samples of researchers using incidental techniques. The research method used is descriptive quantitative method. To measure assertive behavior the researcher used the Simple Rathus Assertiveness Scale instrument with a total of 30 items, all items are valid, the validity coefficient is from 0.331 to 0.689, the reliability coefficient is 0.934. The results showed that the assertive behavior of class VII students as a whole can be seen that 4 students (3.14%) were in the very low category, 32 students (25.19%) were in the low category, 68 students (53.54 %) were in the medium category, 19 students (14.96%) were in the high category, 4 students (3.14%) were in the very high category. These results indicate that on average most students still have assertive behavior in the moderate category, this is reflected in the many problems regarding negative behavior, so a program or service is needed to increase assertive behavior in students.

Keywords: *Assertive Behavior, Student*

PENDAHULUAN

Usia masa SMP termasuk dalam kategori remaja, dimana rentang peralihan masa anak-anak menjadi dewasa (12-18 tahun). Pada masa ini, individu mengalami banyak perubahan fisik, psikologis, sosial, dan emosional, serta mulai mengembangkan identitas dan mempersiapkan diri untuk masuk ke dalam dunia dewasa. Pada fase remaja, individu juga mulai mengeksplorasi dan mengembangkan keterampilan serta minat dalam berbagai aspek kehidupan seperti pendidikan, karir, hubungan interpersonal, dan aktivitas sosial. (Wahidin, 2013)

Masa remaja merupakan periode penting dalam proses bersosialisasi, karena pada saat inilah individu mulai memperluas jaringan sosialnya dan mengembangkan hubungan interpersonal yang lebih kompleks. Selain itu, pada masa remaja individu juga mulai belajar untuk menjadi mandiri dan bertanggungjawab terhadap keputusan yang ditentukan.

Didalam konteks sosialisasi, keterampilan asertif sangatlah penting bagi remaja. Keterampilan asertif meliputi kemampuan mengungkapkan pikiran, perasaan, serta kebutuhan dengan jelas dan tegas tanpa mengabaikan hak-hak milik orang lain. Keterampilan ini memungkinkan remaja untuk berinteraksi dengan individu lain, mengatasi konflik, dan membangun hubungan yang sehat, serta membantu menambah percaya diri.

Keterampilan asertif juga membantu remaja memahami dirinya secara baik, dan meningkatkan kepercayaan diri serta kemampuan menentukan keputusan dengan tepat pada beragam situasi. Dengan demikian, remaja perlu mempelajari keterampilan asertif agar dapat mengatasi berbagai tantangan sosial dan emosional yang mereka hadapi selama masa remaja. (Adi et al., 2016)

Perilaku asertif adalah kemampuan menegaskan diri secara positif dan dapat memberikan kepuasan hidup pribadi serta meningkatkan kualitas hubungan dengan individu lainnya. Keterampilan asertif juga melibatkan kemampuan untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, serta kebutuhan secara terbuka, sambil menjaga hak-hak pribadi dan menolak permintaan di luar nalar dari figure otoritas atau yang berlaku di kelompok tertentu. Dengan memiliki keterampilan asertif yang baik, seseorang dapat meningkatkan kemampuan komunikasinya, mengurangi konflik, dan meningkatkan kepercayaan diri dan harga dirinya. (Adi et al., 2016)

Menurut Rathus dan Nevid dalam (Margareta, 2015) menerangkan bahwa ada 10 aspek perilaku asertif diantaranya yaitu:

1. *Trying to achieve goals*
Aspek ini ada dua kategori, yakni : 1) *Rectifying statement* adalah pernyataan yang bertujuan untuk mengungkapkan hak-hak serta mencapai tujuan pada suatu situasi. 2) *commendatory statement* adalah pernyataan memberi pujian atau umpan balik positif untuk menghargai orang lain.
2. *Ability express feelings*
Kemampuan untuk mengemukakan perasaan terhadap orang lain melalui cara yang wajar.
3. *Say hello or greet other people*
Individu diharapkan dapat menyapa maupun memberikan salam terhadap individu lain yang ditemui, terutama individu yang baru dikenal, serta menciptakan topik pembicaraan.
4. *Showing an effective and honest manner*
Menunjukkan cara jujur ketika memiliki rasa tidak setuju terhadap sesuatu hal.
5. *Asking the reason*
Memberikan pertanyaan atas alasan apabila diminta melakukan suatu hal, tapi tidak langsung melakukan ataupun menolaknya.
6. *Talking about themselves*
Mampu membicarakan tentang diri sendiri mengenai pengalaman yang pernah dialaminya.
7. *Appreciate the compliment from others*
Menghargai pujian dari orang lain tanpa melanggar hak orang lain.
8. *Rejection*
Mampu menolak ketika menerima sesuatu dari orang lain yang tidak sesuai dengan dirinya dan mampu mengakhiri pembicaraan yang dianggap sudah tidak perlu.
9. *Staring at the speaker*
Ketika sedang berbicara dengan orang lain berani untuk menatap lawan bicaranya.
10. *The response against fear*
Dapat mengatasi rasa takut

Terkait dengan aspek-aspek tersebut, dapat disebutkan bahwa perilaku asertif merupakan perilaku yang mampu untuk berani mengungkapkan pendapat baik setuju maupun tidak setuju pada sesuatu hal, berani menolak atas ajakan yang tidak diinginkan tanpa menyakiti perasaan orang lain. Dalam perilaku asertif dipengaruhi beberapa faktor, yakni: 1) jenis kelamin, perempuan digambarkan lebih sulit dalam berperilaku

asertif dibanding laki-laki; 2) harga diri, individu dengan harga diri rendah mempunyai rasa khawatir lebih tinggi, sehingga umumnya tidak berkemampuan mengekspresikan pendapat maupun perasaan tanpa merugikan diri sendiri dan orang lain; 3) Kebudayaan, lingkungan mempengaruhi berbagai batasan perilaku individu sesuai usia, jenis kelamin, serta status sosial; 4) jenjang pendidikan, bertambah tinggi Pendidikan maka bertambah luas pula wawasan berpikir individu, sehingga dapat lebih terbuka (Margareta, 2015).

Perilaku asertif ialah perilaku yang menegaskan diri secara positif dan dapat memberikan kepuasan hidup pribadi serta meningkatkan kualitas hubungan bersama individu lain. Keterampilan asertif juga melibatkan kemampuan untuk mengungkapkan perasaan, pikiran, serta kebutuhan dengan terbuka, sambil mempertahankan seluruh hak pribadi dan menolak permintaan yang tidak realistis sesuai standar kelompok tertentu. Dengan memiliki keterampilan asertif yang baik, seseorang dapat meningkatkan kemampuan komunikasinya, mengurangi konflik, dan meningkatkan kepercayaan diri dan harga dirinya. (Aryanto, 2021)

Bagi peserta didik sangat penting untuk memiliki keterampilan asertif karena memiliki dampak positif jika memiliki keterampilan asertif. Dalam penelitian (Permadi, 2018) ditemukan bahwa peserta didik yang memiliki perilaku asertif lebih memiliki tanggung jawab dalam proses belajarnya. Peserta didik yang memiliki perilaku asertif juga cenderung lebih aktif dalam mengambil inisiatif dalam proses belajar. Mereka memiliki kemampuan untuk mengemukakan pendapat, mempertanyakan informasi, dan mengajukan ide-ide baru yang dapat meningkatkan kualitas pembelajaran. Dalam hal ini, perilaku asertif dapat menjadi pendukung bagi peserta didik untuk meningkatkan motivasi belajar dan aktif berpartisipasi dalam proses belajar.

Perilaku asertif dibutuhkan untuk sukses dalam kehidupan, khususnya pencapaian akademis serta menjalin komunikasi dengan orang yang dikenal maupun orang asing, seorang remaja atau peserta didik SMP perlu memiliki perilaku asertif. Seperti yang dikatakan (Sitota, 2018) adanya korelasi positif antara asertivitas dan motivasi prestasi secara akademik, artinya ketika perilaku asertif meningkat, motivasi prestasi akademik juga akan meningkat.

Keterampilan asertif yang rendah dapat berdampak pada kurangnya keterampilan sosial seseorang. Mereka mungkin tidak mampu berkomunikasi secara efektif atau membangun hubungan interpersonal yang sehat dengan orang lain sehingga akan cenderung menjadi sasaran *bullying*. Seperti dalam penelitiannya bahwa siswa yang memiliki perilaku asertif rendah cenderung akan menjadi korban *bullying*. (Juliawati, 2016)

Dalam penelitian (Butar, 2018) menyebutkan bahwa perilaku asertif memiliki hubungan dengan kenakalan remaja. Kenakalan yang sering muncul diantaranya datang terlambat, membolos, mencontek, mereka melakukan hal tersebut atas ajakan orang lain yang berarti rata-rata tidak bisa mengatakan tidak.

Beberapa hasil penelitian menegaskan pentingnya perilaku asertif untuk kehidupan sehari-hari, termasuk di lingkungan pendidikan. Dalam lingkungan pendidikan, perilaku asertif sangat penting karena dapat membantu peserta didik untuk berkomunikasi secara efektif dengan guru, teman sekelas, dan orang-orang disekitar lainnya. Kemampuan untuk bertanya dan mengungkapkan pendapat dengan jelas dapat membantu peserta didik memahami pelajaran dengan lebih baik dan mengembangkan keterampilan kritis mereka. Selain itu, perilaku asertif juga dapat membantu peserta didik dalam menjalin hubungan sosial yang sehat dan positif dengan teman sekelas. Dengan perilaku asertif, peserta didik dapat mempertahankan batas-batas pribadi mereka, menghormati batas-batas orang lain, dan menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat dan efektif. Sehingga dapat dijelaskan juga bahwa perilaku asertif dapat membantu mengurangi perilaku negatif atau kenakalan remaja karena peserta didik yang memiliki perilaku asertif cenderung memiliki keterampilan interpersonal dan komunikasi yang lebih baik. Mereka dapat mengungkapkan pendapat mereka secara jelas dan dengan rasa hormat kepada orang lain, serta dapat menyelesaikan konflik dengan cara yang sehat dan positif.

Memperhatikan dan menimbang beberapa uraian diatas, penulis termotivasi untuk meneliti perilaku asertif peserta didik kelas VII SMP Negeri 37 Semarang.

METODE

Metode penelitian yang diterapkan yakni kuantitatif berpendekatan deskriptif. Populasi yaitu peserta didik kelas VII dengan jumlah sampel 127 (68 laki-laki dan 59 perempuan), pengambilan sampel dengan teknik insidental. Untuk mengetahui perilaku asertif peserta didik, peneliti menggunakan instrumen yang diadaptasi dari *Rathus Assertiveness Schedule* (Rathus, 1973), penyebaran dengan sistem online melalui google form. Jumlah item 30 keseluruhan item valid, koefisien validitas dari 0,331-0,689. Koefisien reliabilitas sebesar 0,923.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 37 Semarang dengan jumlah sampel 127 orang, untuk mengetahui perilaku asertifnya dilakukan perhitungan *skoring* dari *Rathus Assertive Schedule*, selanjutnya jawaban dari responden dikonversikan ke dalam suatu norma bentuk *percentile*, untuk dapat menentukan kategori perilaku asertif dengan *percentile* terendah adalah 1 dan yang tertinggi adalah 99. Untuk mengkategorikan variabel perilaku asertif, maka dibagi kedalam 5 kategori, yakni SR (sangat rendah), R (rendah), S (sedang), T (tinggi), ST (sangat tinggi) dengan berpedoman dari *normal curve* (Hagen & Thorndike, 1997), dihasilkan data sesuai table 1.

Tabel 1. Kategori Perilaku Asertif Peserta Didik Kelas VII

No	Kategori	Interval (Kurva normal)	Frekuensi	Persentase
1	Sangat rendah	1 – 2	4	3,14%
2	Rendah	3 – 16	32	25,19%
3	Sedang	17 – 84	68	53,54%
4	Tinggi	85 – 97	19	14,96%
5	Sangat tinggi	98 – 99	4	3,14%
Jumlah			127	100%

Dari tabel 1. menunjukkan bahwa perilaku asertif peserta didik kelas VII secara keseluruhan dapat dilihat bahwa 4 peserta didik (3,14%) berada pada kategori sangat rendah, 32 peserta didik (25,19%) berada pada kategori rendah, 68 peserta didik (53,54%) berada pada kategori sedang, 19 peserta didik (14,96%) pada kategori tinggi, 4 peserta didik (3,14%) pada kategori sangat tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku asertif peserta didik masih dalam kategori sedang, didukung dengan terlihat banyaknya permasalahan mengenai perilaku negatif yang terjadi di SMP Negeri 37 Semarang seperti adanya *bullying* secara fisik, verbal maupun non verbal, selain itu muncul juga perilaku negatif lainnya seperti datang terlambat ke sekolah, membolos baik membolos pada mata pelajaran tertentu ataupun membolos tidak berangkat sekolah selama sehari-hari. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Intari et al., 2018) yang dilakukan pada siswa SMP Srijaya Palembang dengan hasil 58% siswa berada pada kategori rendah. Sebagian besar masih belum berani dalam mengungkapkan pendapat, kurang mampu menolak ajakan, kurang tegas, cenderung ikut-ikutan dengan teman sehingga muncul perilaku negatif. Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh (Husnah et al., 2022) yang menunjukkan perilaku asertif siswa sudah berada pada kategori sedang, siswa memiliki hambatan pada aspek kemampuan mengungkapkan perasaan atau pendapat. Aspek kemampuan mengungkapkan perasaan atau pendapat merupakan aspek yang berpengaruh dalam kegiatan belajar di sekolah.

Dengan hasil yang menunjukkan bahwa perilaku asertif masih sedang maka masih diperlukan program-program untuk meningkatkan perilaku asertif pada peserta didik khususnya untuk kelas VII, karena perilaku asertif memiliki dampak yang positif bagi peserta didik. Perilaku asertif memiliki dampak positif bagi peserta didik, terutama tanggungjawab saat berkomunikasi dengan orangtua, guru, serta teman sebaya. Penelitian (Permadi, 2018) menyebut, peserta didik dengan perilaku asertif tinggi lebih bertanggungjawab dibandingkan dengan peserta didik yang memiliki perilaku asertif rendah saat proses pembelajaran. Kemudian penelitian Novalia & Tri Dayaksini (2013: 172) menyebut, ada hubungan negative perilaku asertif siswa dengan kecenderungan korban *bullying*. Ini menandakan, bertambah baik perilaku asertif siswa, maka bertambah rendah pula peluang siswa menjadi korban *bullying*. Perilaku asertif juga dipengaruhi oleh konsep diri, individu yang memiliki konsep diri positif akan perilaku asertif positif, sebaliknya remaja dengan konsep diri negatif memiliki perilaku asertif negatif. Sesuai pada penelitian yang dilakukan (Wahyu Astuti & Muslikah, 2019) ditemukan hubungan positif konsep diri dan perilaku asertif. Ini menandakan, bertambah baik konsep diri siswa, maka bertambah baik pula perilaku asertif siswa. Untuk membangun konsep diri positif siswa, diperlukan suport dari lingkungan serta pengalaman berhubungan pada individu lain yang termasuk dalam aspek perilaku asertif.

Untuk meningkatkan perilaku asertif dapat dilakukan program-program dalam bimbingan konseling, terutama bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, maupun konseling individu. Bimbingan kelompok dengan teknik asertif mampu meningkatkan perilaku asertif siswa setelah pemberian *treatment*, meningkatnya perilaku asertif secara keseluruhan pada siswa, terlihat kemampuannya dalam menceritakan permasalahan yang dialami, memberikan tanggapan, serta adanya perilaku saling menghargai yang ditunjukkan siswa saat pemberian teknik asertif (Khairani et al., 2017). Konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif seperti dalam penelitian (Andini et al., 2019), konseling kelompok dengan model SPICC (*Sequentially Planned Integrative Counselling For Children*) dengan teknik bermain peran memiliki pengaruh dalam meningkatkan perilaku asertif yang menjadi korban *bullying*. Seperti yang sudah dijelaskan jika peserta didik memiliki perilaku asertif rendah cenderung melakukan perilaku negatif, salah satunya munculnya perilaku *bullying*.

Untuk meningkatkan perilaku asertif peserta didik kategori rendah dan sedang di SMP Negeri 37 Semarang dengan cara merencanakan Program Bimbingan dan Konseling meliputi 4 bidang layanan, yakni pribadi, sosial, belajar, karir. Program bimbingan dan konseling yakni sejumlah kegiatan yang dirancang terencana, terorganisasi, terkoordinasi pada suatu periode, serta saling berkesinambungan guna mewujudkan tujuan. Manfaat bimbingan dan konseling yakni sebagai sarana pengembangan interaksi sosial siswa, sehingga dapat lebih terarah serta terencana. Penulis merekomendasikan bagi bimbingan pribadi-sosial. Program bimbingan dan konseling di SMP ialah rincian kegiatan yang dijalankan konselor ataupun guru Bimbingan Konseling yang disusun sesuai *need assessment* siswa, serta dijalankan pada periode tertentu.

SIMPULAN

Simpulan dari penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 37 Semarang menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku asertif peserta didik masih berada pada kategori sedang dengan jumlah 68 orang (53,54%) atau sebanyak lebih dari setengah sampel. Sebanyak 4 peserta didik (93,14%) berada pada kategori sangat rendah, 32 peserta didik (25,19%) berada pada kategori rendah, 68 peserta didik (53,54%) berada pada kategori sedang, 19 peserta didik (14,96%) pada kategori tinggi, 4 peserta didik (3,14%) pada kategori sangat tinggi. Dilihat berdasarkan hasil tersebut maka diperlukan program-program Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan perilaku asertif pada peserta didik khususnya untuk kelas VII seperti halnya adalah pelatihan asertif dengan teknik bermain peran.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, M., Azhari, S., Mayangsari, M. D., & Erlyani, D. N. (2016). Hubungan perilaku asertif dengan penyesuaian diri pada siswa tahun pertama di SMP. *Jurnal Ecopsy*, 2(1).
<https://doi.org/10.20527/ECOPSY.V2I1.513>
- Andini, N. K. A. S., Gading, K., Sedanayasa, G., Program, S., Bimbingan, D., Konseling, U., Pendidikan, G., & Singaraja, I. (2019). PENGARUH KONSELING KELOMPOK MODEL SPICC DENGAN TEKNIK BERMAIN PERAN TERHADAP PENINGKATAN PERILAKU ASERTIF KORBAN BULLYING 1. In *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia* (Vol. 4, Issue 1).
- Aryanto, W. C. A. D. S. (2021). HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN PERILAKU ASERTIF PADA REMAJA. 5(3), 95–105. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>
- Butar, M. B. (2018). HUBUNGAN PERILAKU ASERTIF DENGAN KENAKALAN REMAJA PADA SISWA SMP NEGERI 6 KOTA TEBING TINGGI. *SCHOOL EDUCATION JOURNAL PGSD FIP UNIMED*, 7(4), 525–532. <https://doi.org/10.24114/SEJPGSD.V7I4.8145>
- Husnah, S., Wahyuni, E., & Fridani, L. (2022). Gambaran Perilaku Asertif Siswa Sekolah Menengah Atas. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(1), 1370–1377. <https://doi.org/10.31004/EDUKATIF.V4I1.1858>
- Intari, T. A., Sofah, R., & Putri, R. M. (2018). PERILAKU ASERTIF SISWA DI SMP SRIJAYA NEGARA PALEMBANG.
- Juliawati, D. (2016). Latihan Asertif Bagi Siswa Korban Bullying Di Sekolah. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 12(1), 1–8. <https://ejournal.iainkerinci.ac.id/index.php/tarbawi/article/view/51>
- Khairani, A., Martunis, & Fajriani. (2017). Pelaksanaan Teknik Sertif untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa di SMPN 2 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 2(3), 65–72.
- Margareta, M. (2015). Perbedaan perilaku asertif ditinjau dari tingkat pendidikan, usia, dan jenis kelamin pada siswa sma negeri 3 salatiga dan mahasiswa fakultas psikologi uksw salatiga. *Skripsi Fakultas Psikologi*

Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

- Permadi, A. (2018). *Jurnal hubungan perilaku asertif dengan tanggung jawab belajar siswa smp negeri 1 semen tahun pelajaran 2017/2018*. 02(04).
- Rathus, S. A. (1973). *Rathus Assertiveness Schedule*.
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F04983-000>
- Sitota, G. (2018). Assertiveness and Academic Achievement Motivation of Adolescent Students in Selected Secondary Schools of Harari Peoples Regional State, Ethiopia. *International Journal of Education and Literacy Studies*, 6(4), 40. <https://doi.org/10.7575/aiac.ijels.v.6n.4p.40>
- Wahidin, O. U. (2013). *PENDIDIKAN KARAKTER BAGI REMAJA Oleh: Unang Wahidin**. 02, 14.
- Wahyu Astuti, D., & Muslikah. (2019). 68 *JURNAL EDUKASI HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DENGAN PERILAKU ASERTIF SISWA KELAS XI*. 5(2), 168–182.