

**EFFECTIVENESS OF ASSERTIVE TRAINING TECHNIQUES
TO REDUCE CONFORMITY IN CLASS VIII STUDENT
OF SMPN 9 BANJARMASIN**

Aida

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas Lambung Mangkurat

Kalimantan Selatan

Indonesia

Adiaidaida@gmail.com

ABSTRACT

In the scope of peer interaction is inseparable from the existence of social influence. The social influence that exists in the layers of society can be both positive and negative. Students who are able to live in positive social influences can have a good impact on the development of their social psyche, on the contrary students who live in negative social influences will experience obstacles in personal, social, career and learning developments. The purpose of this study was to determine the picture of student conformity before, after, and when group counseling was given using assertive training techniques. The study was also conducted to determine the effectiveness of group counseling using assertive training techniques in reducing conformity in class VIII students of SMPN 9 Banjarmasin. This research is a quantitative study using an experimental method with a pre-experimental design design using the form of intact-group comparison. This research was conducted at SMPN 9 Banjarmasin. The population in this study was class VIII students, amounting to 242 people. The sample in this study was obtained from the inclusion criteria by using purposive sampling techniques, amounting to 8 people. Data collection instruments in the form of measurement scale conformity. The results of this study indicate that based on testing from the data obtained using the T-test test formula which shows that $t_{hit} > t_{tab}$ is $7.80 > 2.729$. So the conclusion that can be drawn is that H_0 is rejected and H_a is accepted, which means assertive training techniques in group counseling services are effective against decreasing student conformity which is marked by a decrease in the percentage of conformity scale before and after assertive training techniques are given in group counseling services.

Keywords: *assertive training technique, conformity.*

**EFEKTIVITAS TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK
MENGURANGI KONFORMITAS PADA SISWA KELAS VIII
DI SMPN 9 BANJARMASIN**

ABSTRAK

Dalam ruang lingkup pergaulan teman sebaya tidak terlepas dari adanya pengaruh sosial. Pengaruh sosial yang terjadi bisa berbentuk positif dan negatif. Peserta didik yang ada dalam pengaruh sosial positif dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, sebaliknya peserta didik yang ada dalam pengaruh sosial negatif akan mengalami hambatan dalam perkembangan pribadi, sosial, karir dan belajar. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran konformitas siswa sebelum, sesudah, dan pada saat diberikannya konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*. Penelitian juga dilakukan untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training* dalam mengurangi konformitas pada siswa kelas VIII SMPN 9 Banjarmasin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dengan rancangan *pre-eksperimen desain* dengan menggunakan bentuk *intact-group comparison*. Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 9 Banjarmasin. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII yang berjumlah 242 orang. Sampel dalam penelitian ini diperoleh dari kriteria inklusi dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 8 orang. Instrumen pengumpulan data berupa skala pengukuran konformitas. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan pegujian dari data yang diperoleh dengan menggunakan rumus Uji T-test yang menunjukkan bahwa $t_{hit} > t_{tab}$ yaitu $7,80 > 2,729$. Jadi kesimpulan yang dapat diambil yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok efektif terhadap penurunan konformitas siswa yang ditandai dengan adanya penurunan persentase skala konformitas sebelum dan sesudah diberikan teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok.

Kata Kunci: *teknik assertive training, konformitas.*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa dalam transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Dimana pada masa ini remaja akan menapaki perkembangan dari fisik, psikis, sosial, dan emosi. Remaja cenderung ingin selalu tahu dan mencoba hal – hal yang baru dilihat atau diketahuinya dari berbagai lingkungan sekitarnya termasuk ruang lingkup dalam pergaulan. Semua pengetahuan yang didapatkannya dari lingkungan sekitar baik itu berupa hal positif atau pun berupa hal negatif akan diterima remaja sesuai dengan keadaan kepribadiannya saat itu.

Remaja juga mengalami banyak tekanan, karena mereka harus dapat mngendalikan dorongan – dorongan seksual dalam cara - cara yang dapat diterima oleh lingkungannya. Permasalahan lain muncul dari masalah pemenuhan peran remaja ditengah - tengah masyarakat, di satu sisi secara fisik remaja sudah tampak seperti orang dewasa, sehingga lingkungan mengharapkan mereka untuk dapat melaksanakan fungsi dan peran orang sebagaimana yang dilakukan oleh orang dewasa. Sedangkan pada sisi lainnya, secara psikologis atau mental remaja belum matang sehingga seringkali mereka gagal dalam memenuhi harapan orang dewasa. Kegagalan ini sering menimbulkan berbagai permasalahan dalam hubungan remaja dan orang dewasa ataupun dengan orang tuanya serta dengan lingkungannya.

Menurut Stenley Hall menjelaskan bahwa pada periode masa remaja ini penuh problem dan tekanan, gejala (*storm and stress*) serta ketidakpastian yang disebabkan terutama terjadinya oleh perubahan aspek psikologis yang begitu drastis, serta tuntutan lingkungan yang kadang-kadang sulit untuk dipenuhi (Adhiputra, 2015: 207).

Tuntutan-tuntutan pada masa remaja tersebut kadang tidak mampu dibendung oleh remaja tersebut. Remaja dengan mudah mengasumsikan dirinya mampu dalam segala hal, akan tetapi faktanya tidak demikian. Mereka juga masih memiliki ketergantungan terhadap orang tua, namun hal akan ketergantungan pada orang tua tersebut tidak sepenuhnya diperlukan oleh remaja, bahkan banyak remaja yang ingin melepaskan diri dari orang tuanya dan lebih memilih grup dalam pertemanannya yang paling mendominasi dalam sisi pergaulan mereka.

Salah satu tugas perkembangan remaja adalah membuat sebuah perubahan besar terhadap sikap dan pola perilaku. Salah satu yang terjadi pada kehidupan remaja adalah adanya perubahan sosial. Dimana perubahan besar tersebut remaja berada pada dua pergerakan yaitu mulai memisahkan diri dari orang tua dan lebih bergerak menuju arah teman sebayanya.

Dalam pergerakan menuju arah teman teman sebaya, remaja tidak terlepas dari suatu permasalahan. Siswa yang menginjak masa remaja, sangat

rentan dengan berbagai macam permasalahan yang dihadapinya. Salah satu masalah yang melekat pada diri remaja yaitu mudah remaja dalam meniru dan mengikuti apa yang dilakukan teman – temannya. Keterikatan remaja dalam suatu kelompok merupakan suatu hal yang bisa dipahami, dimana remaja juga pada tahap ini sudah tidak ingin lagi adanya peran orang tua terhadap dirinya, dan lebih banyak memilih perannya dalam kelompok-kelompok sosial. Namun tidak semua kelompok-kelompok sosial dalam pertemanan tersebut membawa hal positif, ada juga beberapa yang dapat berdampak negatif terhadap jiwa individu yang berada dalam sebuah kelompok pertemanan. Seperti tumbuhnya perilaku yang diakibatkan pengaruh sosial yang negatif dalam lingkup pergaulan berupa terbentuknya perilaku konformitas yang negatif.

Menurut Kiesler konformitas dikatakan sebagai perilaku atau kepercayaan menuju norma kelompok sebagai akibat tekanan kelompok yang real maupun yang dibayangkan (konformitas merupakan ke cendrungan anggota untuk mengatakan atau melakukan hal yang sama dengan kelompoknya (Indrawati & Dkk, 2017: 103).

Tekanan yang terjadi dalam sebuah kelompok didasarkan karena adanya keinginan yang kuat untuk tetap berada dalam sebuah kelompok, hal tersebut mengacu pada kepatuhan seorang individu terhadap kelompok.

Konformitas pada siswa terjadi karena siswa - siswa tersebut kurang memiliki sifat dan perilaku yang asertif. Sehingga ketika siswa-siswa tersebut bergaul dalam lingkungan yang tidak sehat maka dengan mudah terpengaruh hal-hal yang sifatnya negatif, salah satunya timbul perilaku konformitas yang negatif seperti mudah berkata kasar, suka mencuri dan tidak taat peraturan yang ada disekolah. Terkait dengan masalah di atas sebelumnya sudah ada penelitian oleh Candra Dewi (2016) mengenai tingginya konformitas siswa dan dampaknya terhadap karir belajar. Kota Demak, didapatkan hasil bahwa konformitas yang negatif merupakan permasalahan yang dapat mempengaruhi prestasi akademik.

Peneliti melakukan studi pendahuluan di SMPN 9 Banjarmasin pada tanggal 22 Juni 2018 dengan melakukan wawancara kepada salah satu guru BK. Beliau mengatakan, bahwa cukup banyak siswa yang sering terpengaruh oleh ajakan teman-temannya yang mengarah pada kegiatan negatif seperti mencuri, sering mengeluarkan kata-kata yang kasar dan sering membolos secara berkelompok.

Dalam hal ini jika perilaku tersebut dibiarkan secara terus-menerus maka akan memberikan dampak yang tidak baik terhadap perkembangan pribadi, belajar, sosial dan karir siswa sendiri. Masalah yang ditimbulkan dari konformitas yang negatif pada siswa kelas VIII SMPN 9 Banjarmasin cukup meresahkan sehingga perlu ditangani untuk bisa membantu siswa kelas VIII

di SMPN 9 Banjarmasin dalam mengurangi konformitas yang tinggi. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang bisa diterapkan dalam yakni melalui layanan konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan lebih berfokus untuk pengentasan masalah dalam dinamika kelompok, sehingga masalah yang dialami siswa dapat dipecahkan secara mendalam, menyeluruh dan menyentuh untuk pengentasan masalah konformitas negatif yang tinggi.

Salah satu teknik di dalam konseling kelompok yang bisa diterapkan dalam strategi mengurangi konformitas yang tinggi yakni melalui teknik *assertive training*. Menurut Walter (1981), dalam Purwanta (2012: 165), mengatakan bahwa pelatihan asertif adalah prosedur perubahan tingkah laku yang mengajarkan, membimbing, melatih, dan mendorong konseli untuk mengatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu.

Seseorang yang senantiasa melakukan perilaku positif akan memiliki kesehatan mental yang baik, lebih mantap dalam hal kontrol diri dan tentunya mampu mengungkapkan ketidaknyaman yang ada pada dirinya tanpa harus membuat orang lain tidak nyaman atas tindakan yang diambil tersebut.

Alasan penggunaan teknik *assertive training* dalam mengurangi konformitas yang tinggi ini karena masalah yang dialami siswa dalam

tingginya tingkat konformitas kebanyakan mereka masih memiliki belum mampu menerapkan perilaku dan sikap asertif dalam diri mereka sendiri.

Dari paparan dan hasil wawancara tentang permasalahan tentang tinggi konformitas yang ada pada siswa, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian eksperimen dengan judul “Efektivitas Teknik *Assertive Training* untuk Mengurangi Konformitas pada Siswa Kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin”.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran konformitas yang negatif pada peserta didik sebelum dan sesudah diberikannya teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok. Penelitian ini juga untuk mengetahui efektivitas teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok untuk mengurangi konformitas yang negatif pada peserta didik kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan rancangan *pre-eksperimen design* dalam bentuk *intact-group comparison*, yaitu pada desain ini terdapat satu kelompok yang digunakan untuk penelitian, tetapi dibagi dua, yaitu setengah kelompok untuk eksperimen (yang diberi perlakuan) dan setengah untuk

kelompok kontrol (yang tidak diberi perlakuan).

Subjek dalam penelitian yang dilaksanakan adalah siswa kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin yang berjumlah 8 orang yang diperoleh dari angket dan kriteria inklusi dengan karakteristik siswa memiliki tingkat konformitas dengan kategori tinggi dan sangat tinggi menggunakan teknik *purposive sampling*.

Pengumpulan data menggunakan skala sebagai pengumpul data utama dan wawancara serta observasi sebagai data pendukung. Teknik analisis data yaitu melalui Uji *T-test* secara manual digunakan untuk menguji efektivitas teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok terhadap konformitas pada peserta didik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengujian hipotesis yang dilakukan melalui uji-T disimpulkan bahwa teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok efektif untuk mengurangi konformitas pada siswa kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin. Siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini menginjak masa remaja dan memasuki tahap transisi dari SMP ke SMA. Sehingga dapat dikatakan, mereka sangat rentan dengan berbagai macam permasalahan yang dihadapinya. Hal tersebut sesuai dengan penjelasan Adhiputra (2015: 206), masa remaja adalah masa yang relatif lebih sulit dan penuh dengan problematik.

Kehidupan sosial remaja tidak lagi didasarkan pada peran orang tua yang dominan akan tetapi lebih di dominasi oleh teman-temannya dalam lingkup pergaulan, hal ini dapat dilihat dari tugas perkembangan sosial remaja yang sudah bergeser dengan memisahkan diri dari orang tua dan bergerak menuju arah teman sebayanya. Teman sebaya memiliki peran penting dalam kehidupan remaja, dikarenakan teman sebaya memiliki daya tarik sendiri terhadap ruang lingkup pergaulan.

Konformitas (Kulsum, umi 2014: 215) adalah suatu jenis pengaruh sosial dimana individu mengubah sikap dan tingkah mereka agar sesuai dengan norma sosial yang ada. Besarnya peran teman sebaya dalam kehidupan sosial remaja dapat menciptakan dampak yang positif dan dampak negatif, salah satu dampak negatifnya adalah adanya pengaruh sosial yang negatif dalam pergaulan remaja atau yang disebut dengan konformitas (dalam penelitian ini konformitas yang dimaksud adalah konformitas yang mengarah ke negatif).

Adapun informasi yang didapat melalui guru BK di SMPN Banjarmasin yaitu tingginya konformitas yang negatif pada siswa terutama pada kelas VIII C seperti siswa nya mudah berkata kasar, tidak patuh peraturan sekolah dan mengambil barang milik orang lain. Dalam keterangannya guru BK juga menginformasikan bahwa perilaku-perilaku yang terjadi pada siswa nya

tersebut sering dilakukan secara bersama-sama misalnya ketika salah satu siswanya mengumpat dengan kata-kata kasar dengan mudah teman-temannya juga mengikuti. Berdasarkan data yang diperoleh bahwa permasalahan disekolah yang terjadi karena kurangnya kemampuan siswa dalam menumbuhkan perilaku asertif dalam dirinya yang di perlukan dalam mengurangi konformitas yang negatif.

Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa pada kelompok *treatment* mengalami penurunan skor konformitas walaupun penurunan yang terjadi tidak terlalu signifikan, namun secara keseluruhan kelompok *treatment* mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari hasil total skor *test* yang diberikan kepada anggota *treatment* dari kategori tinggi dan sangat tinggi menjadi rendah

Penurunan yang terjadi diperkuat dengan adanya diskusi peneliti dan anggota kelompok bahwa mereka sudah mulai mampu mengaplikasikan bagaimana harusnya menumbuhkan perilaku asertif yang baik yaitu dimulai dari segi ketegasan dalam bersikap terhadap sesuatu, mampu mengungkapkan sesuatu yang tidak nyaman dalam dirinya, dan mampu menolak sesuatu yang bertentangan dengan dirinya, tanpa menyakiti perasaan orang lain. Hal ini senada apa yang diungkapkan oleh Cawoon (Papalia 2011:56) ciri-ciri individu yang memiliki perilaku asertif yaitu mampu mengemukakan pikiran dan pendapat baik melalui kata-kata

maupun tindakan, mampu berkomunikasi secara langsung dan terbuka, mampu menolak dan menyatakan ketidaksetujuannya terhadap pendapat orang lain atau segala sesuatu yang tidak beralasan dan cenderung negatif, mampu menyatakan perasaan baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan dengan cara yang tepat, serta mampu mengajukan permintaan dan bantuan kepada orang lain ketika membutuhkan.

Selain dilihat ciri-ciri perilaku asertif siswa dan dari turunnya skor skala konformitas, perubahan diri siswa yang awalnya berada pada konformitas negatif juga mulai beralih ke arah konformitas positif seperti sudah tidak lagi berbicara kasar, tidak berani lagi untuk membolos, dan tidak lagi melakukan perbuatan yang yang tidak terpuji yakni mencuri. Kemudian ditinjau lebih jauh terlihat siswa-siswa kelompok *treatment* juga sudah mulai mengikuti kegiatan yang ada di sekolah untuk mengasah minat dan bakat mereka dengan hal-hal kegiatan yang bersifat positif seperti mengikuti kegiatan paduan suara, kemudian ikut latihan pramuka, mengikuti futsal dan voli. Perubahan-hal positif yang terjadi pada siswa – siswa berarti sesuai dengan aturan norma sosial yang berlaku dalam kehidupan masyarakat. Hal tersebut apa yang diungkapkan oleh Riecher (Mercer & Clayton 2012:67) bahwa proses penyesuaian tingkah laku seseorang haruslah mengikuti norma

sosial yang berlaku. Adapun norma sosial yang dimaksud meliputi kegiatan yang positif dimana masing-masing anggota kelompok *treatment* sudah diarahkan dalam kegiatan yang bermanfaat untuk perkembangan jiwa sosialnya sehingga dapat memberikan dampak yang baik terhadap bidang belajar karir serta sosial siswa.

Sedangkan hasil penelitian pada kelompok kontrol juga mengalami penurunan skor konformitas. Hal ini dapat dilihat dari hasil total skor *test* yang diberikan kepada anggota kelompok kontrol semua mengalami penurunan, akan tetapi penurunan yang terjadi pada kelompok kontrol sangat lah sedikit, bisa dikatakan rata-rata skor secara keseluruhan hanya berkurang antara 1%-2% yang artinya skor kelompok kontrol tidak terlalu berpengaruh terhadap perubahan individu. Kemungkinan hal tersebut terjadi dikarenakan kelompok kontrol tidak mendapatkan *treatment* layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *assertive training*.

Tingginya konformitas yang ditunjukkan oleh anggota kelompok kontrol juga diketahui dari diskusi yang dilakukan. Mereka mengaku masih suka melakukan hal-hal yang berlaku dalam kelompoknya, seperti senang mengambil barang milik orang lain, sangat mudah mengumpat orang lain dengan bahasa yang kasar dan juga terkadang ikut membolos bersama teman-temannya. Penelusuran lebih dalam lagi, menurut mereka jika dalam suatu kelompok seorang individu tidak

melakukan apa yang teman kelompoknya lakukan itu akan menimbulkan resiko ditolak dalam pertemanan bahkan bisa dikeluarkan dari sebuah kelompok. Berlatar belakang dari hal tersebutlah dapat dilihat adanya keinginan yang kuat dari seorang individu untuk terus bersama dan diakui dalam pertemanan atau kelompok.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Sears dalam Umi Kulsum (2014:14) bahwa ciri khas konformitas remaja ditandai dengan adanya beberapa hal yaitu kekompakan, kesepakatan, kepercayaan, persamaan pendapat, serta ketaatan dalam mengikuti aturan sebuah kelompok. Persamaan pendapat dan ketaatan yang dipegang oleh kelompok kontrol tersebut lah yang membuat keinginan individu untuk tetap bertahan dalam sebuah kelompok, meskipun kelompok tersebut membawa dampak yang buruk dalam kehidupannya.

Dari keseluruhan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan teknik *assertive training* dalam layanan konseling kelompok efektif untuk mengurangi konformitas pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 9 Banjarmasin.

KESIMPULAN

Konseling kelompok. Sebelum diberikan *treatment* melalui teknik *assertive training* menggunakan konseling kelompok nilai skor persentase rata-rata konformitas pada

siswa termasuk dalam kategori tinggi dan sangat tinggi.

Setelah diberikan *treatment* melalui teknik *assertive training* menggunakan konseling kelompok kelompok nilai skor persentase rata-rata konformitas pada siswa termasuk dalam kategori rendah.

Teknik *assertive training* menggunakan konseling kelompok efektif untuk mengurangi konformitas yang negatif pada siswa kelas VIII di SMPN 9 Banjarmasin.

DAFTAR RUJUKAN

- Adhiputra, Ngurah. 2015. *Konseling Kelompok Perspektif Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Dewi, Candra. 2016. *Keefektifan Konseling Behavior Dengan Teknik Assertive Untuk Mengurangi Perilaku Konformitas Negatif Pada Siswa Kelas XI IPS Di SMA Islam Nahdlatutusysubban Demak Tahun Pelajaran 2015/2016*. Skiripsi. UNNES.
- Indrawati, Endang. 2017. *Buku Ajar Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Psikosain
- Kulsum, Umi & Mohammad Jauhar. 2014. *Pengantar Psikologi Sosial*. Jakarta: Prestasi Pustaka Jakarta.
- Mercer, Jerney & Debbie Clayton. 2012. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Meinarno, Eko & Sarlinto Sarwono. 2018. *Psikologi Sosial Edisi 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sunarto & Hartono Agung. 2013. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Remaja Rosdakarya.
- Papalia, Diana E. & Dkk. 2011. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Purwanta, Edi. 2012. *Modifikasi Perilaku Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.