

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Banyak lingkungan terutama di sekolah dapat di anggap sebagai kekerasan, dan kekerasan di lihat sebagai hal yang normal. Kekerasan yang terjadi di kalangan yang sering disebut dengan *bullying* seringkali gagal untuk mengekspresikan haknya dengan cara yang terbaik. Menurut (Rahayu and Permana, 2019) *bullying* di lingkungan sekolah telah menjadi masalah di seluruh dunia. Seorang anak dikatakan menjadi korban *bullying* jika anak tersebut diperlakukan secara negatif sekali atau lebih dari satu kali. Siswa yang berulang kali diperlakukan secara negatif akan memiliki penilaian negatif tentang diri mereka sendiri dan orang lain, mengasingkan siswa dari lingkungannya.

Rendahnya perilaku asertif pada siswa korban *bullying* mengakibatkan siswa menjadi stress, minder, frustrasi, putus asa, merasa tidak berharga, dan sering individu tersebut merasa sensitif. Selain itu perilaku maladaptif juga sering tampak pada siswa yang menjadi korban *bullying*. Dalam kehidupan sosial tidak banyak individu mampu mengekspresikan perasaan yang di rasakan, pemikiran serta apa saja yang di inginkan secara tepat. Seringkali ketika individu tidak mampu mengungkapkan apa yang dirasakan dia akan lebih cenderung diam dan menyimpan sendiri apapun yang dirasakan tentu hal ini akan menjadi tekanan bagi seseorang tersebut, namun tidak sedikit juga seseorang yang mampu menyampaikan dengan terang-terangan dan merasakan rasa kepuasan tersendiri.

Pada sekolah MTS Al-Ma'arif Plandirejo mempunyai beragam siswa dan sekolah MTS Al-Ma'arif Plandirejo tidak jauh dengan sekolah lainnya sehingga tidak menutup kemungkinan siswa siswi terpengaruh oleh lingkungannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling pada bulan Maret di MTS Al-Ma'arif Plandirejo dengan bu Alwiyah menjelaskan banyak yang mengalami perilaku *bullying* terutama pada kelas VII, mereka cenderung rata-rata anak yang lemah dan merasa tidak bisa apa-apa. *Bullying* yang terjadi yaitu mengolok-olok teman dengan sebutan ciri khas anak tersebut atau panggilan orang tuanya. Mereka cenderung pendiam dan kurangnya kemampuan

mengungkapkan hak-haknya. Guru bimbingan dan konseling sudah sering memberikan materi tentang *bullying* dan mengingatkan pada pembully bahwa perilaku tersebut dapat merugikan korbannya dan menenangkan korban untuk tetap kuat dan tetap berkegiatan seperti biasanya. Guru bimbingan dan konseling atau konselor harus memberikan pelayanan secara optimal dan memiliki tanggung jawab secara penuh agar pelayanan yang diberikan tepat sasaran dan menjadikan perilaku kearah yang lebih baik.

Menurut (Musyarofah and Juandi, 2021) *Bullying* dapat mengakibatkan korban merasa cemas, kesulitan tidur, merasa sedih untuk waktu yang lama, menyalahkan diri sendiri dan menjadi depresi. Menurut Nilasari and Setiawati Ketika korban *bullying* tampak diam, itu menandakan mereka tidak mampu menolak *bullying* tersebut sehingga mereka memilih untuk diam dan tampak menerima perlakuan tersebut namun sebaliknya ketika korban *bullying* mengungkapkan kemarahan yang meledak-ledak hingga memicu pertengkaran hal itu menandakan mereka tidak terima dengan perlakuan yang di lalui tetapi ledakan emosi akan menyebabkan orang yang ditindas menjadi lebih ditindas (Nilasari and Setiawati, no date). *Bullying* Terdapat banyak akibat dari psikis maupun fisiknya yang di timbulkan dari perilaku *bullying* tersebut. Korban *bullying* merupakan individu yang kurang mampu menegakkan hak-haknya secara utuh atau perilaku asertif dalam diri kurang tinggi yang mengakibatkan pembullyingan pada seseorang. Tindakan *bullying* tidak lepas dari adanya kesenjangan kekuatan antara korban dan pelaku serta diikuti pola repetisi (pengulangan perilaku).

Data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) kasus peningkatan perilaku *bullying* mengalami peningkatan setiap tahunnya. Secara nasional kasus kekerasan dan tindakan *bullying* di sekolah, terutama anak menjadi pelaku *bullying* justru meningkat. Pada data tersebut secara umum tindak kekerasan terhadap anak pada tahun 2015 menurun sebesar 25 persen dengan jumlah 3.820 kasus yang terjadi di banding tahun 2014 yaitu 5.066 kasus. Akan tetapi kasus pelanggaran pada anak di bidang pendidikan justru meningkat 4 persen dari yang awalnya 461 kasus di tahun 2014 menjadi 478 kasus di tahun 2015. Bahkan anak yang menjadi pelaku *bullying* meningkat 39 persen di tahun 2015 (KPAI, 2020).

Wakil ketua Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) menyebutkan salah satu cara orang tua untuk mengantisipasi perundungan pada anak adalah dengan mengajarkan sikap asertif atau tegas sehingga anak bisa memiliki sikap kuat dan mampu membela dirinya (Nurhasanah, 2019). “Asertif itu sifat yang tegas, anak bisa menolak tegas apa yang dilakukan kepada dirinya” kata Rita dalam webinar bertajuk “Anak Terlindungi, Indonesia Maju.

Komisioner Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) bidang hak sipil dan partisipasi anak, Jasra Putra, mengatakan kejadian mengenai siswa yang jarinya harus diamputasi, hingga siswa yang di tendang sampai meninggal, menjadi gambaran ekstrem dan fatal dan intimidasi *bullying* fisik dan psikis yang dilakukan pelajar kepada teman-temannya. “luka fisik bisa dicari obatnya, namun luka batin sangat tidak mudah dicari obatnya” (KPAI, 2020). Perilaku asertif merupakan suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan dengan tetap menjaga dan menghargai terhadap hak dan perasaan diri sendiri dan orang lain (Misnani, 2016). Seseorang dengan ketegasan atau kepasifan yang rendah akan sering mengalami beberapa gangguan salah satunya adalah lemahnya berkata tidak pada seseorang yang meminta sesuatu (Hidayatullah, 2020). Selanjutnya perilaku asertif merupakan tingkah laku yang memperlihatkan keberanian secara jujur dan terbuka saat menyatakan keinginan dan segala pikiran apa adanya, tanpa menyinggung individu lain dan tetap mempertahankan hak-haknya (Afif and Listiara, 2020). Perilaku asertif adalah menyatakan apa yang di inginkan dengan cara yang jelas dan langsung dan juga dengan mempertimbangkan hak orang lain (Astuti and Muslikah, 2019).

Berdasarkan pendapat di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa perilaku asertif adalah suatu kemampuan pada individu yang dapat di ungkapkan secara langsung dan juga tidak menyinggung perasaan orang lain. Individu yang mampu berkata tidak atau menyatakan ketidaksetujuannya dengan menyatakan secara jujur dan terbuka sehingga individu mampu dengan cara terbuka tersebut dapat mengungkapkan haknya sendiri dan tidak meniadakan hak orang lain. Perilaku asertif adalah salah satu cara utama untuk remaja agar terhindar menjadi korban *bullying*. Perilaku asertif dapat membuat korban terhindar untuk melawan

*bullying* dengan bentuk kekerasan yang lain. Dan juga membuat korban agar terhindar dari perilaku tidak aktif pada pelaku *bullying* (Nur'aini and Saputra, 2021). *Bullying* terjadi ketika ketidakmerataan antara kekuatan pelaku dan korban. Korban *bullying* lebih suka bersembunyi dari pada melaporkan perlakuannya terhadap orang sekitar. Penjelasan dan tuduhan tentang *bullying* korban seharusnya di pelajari dari orang tua mereka atau orang-orang sekitar (Nur'aini and Saputra, 2021).

Menurut Hidayatullah (2020) Konseling kelompok adalah upaya untuk membantu siswa memperoleh informasi yang berguna dalam pemecahan masalah, perencanaan, pengambilan keputusan yang tepat dan mengembangkan pemahaman mereka tentang diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungan sekaligus menciptakan perilaku yang efektif dengan menggunakan dinamika kelompok. Sedangkan penjelasan Romlah (2019:4) upaya untuk membantu individu agar dapat menjalani perkembangannya dengan lebih lancar, upaya itu bersifat preventif dan perbaikan.

Asertif pertama kali dijelaskan oleh Andrew Salter pada tahun 1940an sebagai keinginan dalam menyampaikan keinginan diri. Salter (2019) asertif training merupakan suatu metode untuk menghilangkan atau menghapuskan (*deconditioning*) kecemasan individu yang terlalu takut dalam memberikan respon yang tepat dalam situasi interpersonal dengan menciptakan perilaku yang tepat dalam berbagai cara seperti bermain peran dalam situasi adegan yang mengganggu pada kehidupan nyata dan memberi kesempatan individu untuk berlatih melakukan respon-respon yang asertif.

Layanan konseling kelompok dengan pendekatan behavior dengan *assertive training* dengan cepat cepat mendapatkan popularitas yang dapat diterapkan pada situasi interpersonal dimana seseorang mengalami kesulitan untuk menyatakan bahwa ini adalah cara yang benar. *Assertive training* bermanfaat bagi orang yang tidak mampu untuk mengungkapkan kemarahan atau keluhan, terlalu sopan mendorong orang lain untuk mendahuluinya, sulit mengatakan tidak, sulit menunjukkan belas kasih dan bereaksi positif lainnya. Mereka pikir mereka tidak mempunyai hak untuk memiliki perasaan dan pikiran mereka sendiri (Corey 2013 : 213). Layanan konseling kelompok pendekatan behavior terhadap korban

*bullying* adalah layanan dimana siswa dapat mengetahui serta dapat menurunkan perilaku *bullying* dan tidak akan mengulangi tindakan *bullying* tersebut (Azizah, 2020). Pendekatan behavior pada konseling kelompok merupakan teknik yang dapat digunakan untuk menghapus perilaku yang kurang baik (Andiani and Madoni, 2021).

Tujuan layanan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* adalah untuk meningkatkan harga diri dan orang lain, membantu mengurangi kecemasan dan meningkatkan harga diri, meningkatkan ekspresi verbal maupun non verbal yang mengungkapkan sesuatu yang mewakili kebutuhan dan haknya, mengembangkan dasar interpersonal, dan dapat berperilaku asertif (Ananda, Yuliansyah and Handayani, 2022). Dalam behaviorisme perilaku bermasalahan di definisikan sebagai perilaku atau kebiasaan perilaku negatif atau perilaku yang tidak pantas yaitu perilaku yang tidak sesuai harapan (Nilasari and Setiawati, no date).

Pada teknik *assertive training* ada dua bentuk bermain yang di sering di gunakan dalam pelatihan asertivitas yaitu permainan peran dan permainan pura-pura, permainan pura-pura hampir sama dengan sosiodrama namun lebih menekankan pada permainan alat, misalnya permainan pasar, dokter dan rumah sakit (Suminar, 2019). Di dalam permainan ini jelaslah tampak bahwa individu seolah-olah menghadapi dunia nyata sebagai perannya. Individu dapat mengekspresikan segala harapan keinginan, cita-cita, hambatan dalam permainan ini, sehingga dapat meningkatkan keterampilan sosial anak dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu penyebab terjadinya *bullying* adalah kurangnya rasa percaya diri untuk mengungkapkan apa yang di rasakan (Nur'aini and Saputra, 2021). Purwanta dalam bukunya menjelaskan bahwa tingkah laku menegaskan diri pertama-tama di praktekkan dalam situasi bermain peran, dan disana di usahakan untuk di generalisasikan ke situasi-situasi kehidupan nyata. Pelaksanaan *assertive training* salah satunya adalah menggunakan prosedur mempraktekkan, melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru di peroleh sehingga seseorang di harapkan mampu mengatasi ketidakmampuannya dan belajar bagaimana mengungkapkan perasaan (Azmi and Nurjannah, 2022).

Kajian-kajian mengenai *assertive training* antara lain: penelitian yang dilakukan oleh Devi (2021) layanan konseling kelompok teknik *assertive training* dapat menurunkan *cyberbullying* pada siswa, Teknik *assertive training* efektif untuk meningkatkan *self esteem* pada korban *bullying* (Musyarofah and Juandi, 2021), dari hasil penelitian menunjukkan konseling kelompok dengan teknik *assertive training* terdapat peningkatan asertif siswa (Hidayatullah, 2020). Pada penelitian lain juga oleh Saputra dkk (2021) pengembangan modul latihan asertif untuk meningkatkan perilaku asertif pada korban *bullying*.

Teknik *assertive training* menurut (ANISA, 2020) suatu proses pemberian bantuan agar seseorang dapat memahami tentang asertif untuk dapat mengembangkan dirinya sehingga ia mampu menyampaikan apa yang dirasakannya dan apa yang diinginkannya. (Handayani and Muis, 2020) bahwa *assertive training* dapat di gunakan dalam memberikan bantuan kepada seseorang untuk mengatasi kesulitan dalam mengekspresikan perasaan, bersikap tegas, bersikap jujur dan terbuka tanpa menyinggung dan melukai perasaan orang lain. *Assertive training* adalah sarana atau alat yang di gunakan untuk memperbaiki hubungan interpersonal dalam kehidupan sehari-hari (Musyarofah and Juandi, 2021).

*Assertive training* pada perilaku korban *bullying* dapat dilaksanakan dan dikembangkan melalui pelatihan. Individu yang cenderung kurang mampu menegakkan hak-haknya secara utuh akan cenderung mengalami perilaku *bullying*. *Assertive training* perlu diberikan kepada setiap individu agar mampu menghambat efek negatif dari pengaruh stress yang dialami korban *bullying*. Karena seseorang yang mampu mengungkapkan hak-hak atau pendapatnya peluang menjadi korban *bullying* akan mengecil. *Assertive training* yang dilakukan secara berkelompok akan membantu korban *bullying* untuk bersikap tenang dan mengabaikan perilaku *bullying* dan tidak merespon secara agresif maupun pasif (Madila, 2019).

Dari penjelasan di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa teknik *assertive training* adalah suatu kegiatan yang dilakukan untuk individu dapat secara terbuka dan lebih jujur lagi dalam mengungkapkan apa yang di rasakan. *Assertive training* adalah suatu teknik dalam konseling behavioral yang ditujukan

kepada individu yang tidak mampu mempertahankan hak-haknya, dan merupakan suatu program belajar untuk mengajar manusia mengekspresikan perasaannya secara jujur dan tidak membuat orang menjadi terancam dan tidak lagi menjadi korban *bullying* yang membuatnya tertekan. Dengan berperilaku asertif korban *bullying* mampu berkata tidak.

Dari hasil penelitian (Handaryani, Suniasih and Putra, 2016) penerapan teknik konseling kelompok dapat meningkatkan asertif siswa korban *bullying*, hal ini di peroleh dari hasil uji Wilcoxon dengan bantuan aplikasi SPSS versi 22. Dari hasil yang di peroleh nilai *Asymp.Sig. (2- tailed)* bernilai  $0.043 < 0,05$  maka dapat di ambil kesimpulan bahwa HI diterima. Hal tersebut memiliki makna bahwa terdapat suatu peningkatan asertif siswa korban *bullying* di kelas VIII B SMPN 34.

Oleh karena itu perilaku *bullying* di tingkat sekolah menengah pertama atau sederajat cukup menarik untuk diteliti. Pertama *bullying* dapat mempengaruhi aktivitas belajar mengajar di sekolah. Kedua *bullying* adalah penyakit sosial yang begitu banyak di kalangan anak usia remaja. Ketiga *bullying* dikalangan remaja di sekolah harus ditangani oleh konselor dan peran konselor sangat penting untuk menyelesaikan perilaku *bullying* disekolah karena jika masih terus dibiarkan akibat pada korban *bullying* sangat besar.

Maka berdasarkan wawancara dan observasi sementara dengan permasalahan demikian. Peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **“Penerapan Teknik Assertive Training Melalui Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Korban Bullying Siswa Mts Al Ma’arif Plandirejo”**

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah teknik *assertive training* dalam konseling kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif untuk korban *bullying*?

## 1.3 Tujuan penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah diatas adalah mengetahui apakah teknik *assertive training* dalam konseling kelompok dapat meningkatkan perilaku asertif untuk korban *bullying*.

## 1.4 Manfaat penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dalam dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling, khususnya untuk korban *bullying* siswa menggunakan teknik *assertive training*

### 1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi konselor atau guru BK dengan menggunakan teknik *assertive training* untuk korban *bullying*.
- b. Siswa dapat belajar untuk meningkatkan perilaku asertif agar dapat memiliki hak-haknya secara optimal dan tidak terjadi *bullying* di sekitar kita.
- c. Bagi peneliti dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai penerapan *assertive training*.

## 1.5 Batasan penelitian

Agar dalam pelaksanaan lebih mengarah dan sesuai pada maksud dan tujuan penelitian maka dilakukan pembatasan masalah sebagai berikut:

- a. Penelitian dilakukan pada daerah Tuban bagian selatan.
- b. Peneliian dilakukan terhadap siswa dan siswi MTS Al-Ma'arif Plandirejo.

## 1.6 Asumsi

Penelitian ini dilakukan dengan berpijak pada asumsi-asumsi sebagai berikut:

- a. *Bullying* harus di hindari atau di hilangkan karena dapat merugikan korban.
- b. Setiap individu memiliki kemampuan untuk dapat meningkatkan kemampuan meningkatkan asertif dalam diri.
- c. Penerapan teknik *assertive training* dapat meningkatkan atau sesuai untuk korban *bullying*.