

PENGARUH PENGGUNAAN TEKNIK *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MEREDUKSI KONFORMITAS TEMAN SEBAYA DI SMP SWASTA PUTERI SION MEDAN

Renova Fransisca Adeline^{1*} Anita Yus²

1. Psikologi Pendidikan dan bimbingan Universitas Negeri Medan
2. Psikologi Pendidikan dan bimbingan Universitas Negeri Medan

*Email: renova_sisca@yahoo.com

Abstract: This study aims to determine adolescent conformity behavior and attainment of adolescent self-identity through Assertive Training Techniques. This type of research is experimental research. The results showed that there was an influence on the use of assertive training techniques to reduce peers' conformity in class VII Puteri Sion Medan Medan. The average score of peer conformity scores at the pre-test = 52.7 while after the service (post-test) obtained an average score of peer conformity = 84.5. From the results of the study it can be concluded that there is an influence of the use of assertive training techniques to reduce peer conformity in class VII Medan Daughter Middle School Academic Year 2012/2013. This was tested using the t test obtained from calculations with the results of $t_{count} = 2.22719 > t_{table} = 2.13$, so the hypothesis proposed was "There is a positive influence on the use of assertive training techniques to reduce peer conformity in class VII Puteri Sion Medan Middle School " acceptable.

Keywords: Asservative Training, Conformity, Peers

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku konformitas remaja dan pencapaian identitas diri remaja melalui Teknik *Assertive Training*. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di kelas VII SMP Puteri Sion Medan. Perolehan skor rata-rata konformitas teman sebaya pada saat pre-test = 52,7 sedangkan setelah dilakukan layanan (post-test) diperoleh skor rata-rata konformitas teman sebaya = 84,5. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di kelas VII SMP Puteri Sion Medan Tahun Ajaran 2012/2013. Hal ini teruji dengan menggunakan uji *t* yang diperoleh dari perhitungan dengan hasil $t_{hitung} = 2,2719 > t_{tabel} = 2,13$, sehingga hipotesis yang diajukan adalah "Ada pengaruh positif penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di kelas VII SMP Puteri Sion Medan" dapat diterima.

Kata Kunci: *Asservative Training*, Konformitas, Teman Sebaya

PENDAHULUAN

Remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan manusia yang berada dalam keadaan transisi dari masa anak-anak menjadi masa dewasa. Masa remaja merupakan fase yang sangat potensial bagi tumbuh dan berkembangnya aspek fisik maupun psikis, baik secara

kuantitatif maupun kualitatif. Masa remaja juga merupakan periode yang penting, dimana pada masa remaja sebagai masa peralihan dan perubahan. Tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak.

Menurut Hurlock (1999) menyatakan bahwa salah satu tugas

perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial seperti meningkatnya kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial dan nilai-nilai baru dalam seleksi pemimpin. Oleh karena itu, untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru (Hurlock. 1999:213).

Aspek terpenting dalam penyesuaian diri pada remaja adalah bagaimana tanggapan orang lain terutama teman sebayanya agar mereka bisa diterima didalam kelompoknya. Mereka akan melakukan apapun, agar dapat dimasukkan sebagai anggota. Sebagian remaja mengetahui bahwa bila mereka memakai model pakaian yang sama dengan pakaian anggota kelompok yang populer, maka kesempatan baginya untuk diterima oleh kelompok menjadi lebih besar.

Kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sebaya menyebabkan remaja melakukan perubahan dalam sikap dan perilaku sesuai dengan perilaku anggota kelompok teman sebaya. Apabila teman-temannya rajin belajar dan fokus untuk meningkatkan prestasi, maka remaja akan terikut untuk rajin belajar. Demikian pula bila anggota kelompok mencoba minum alkohol, obat-obat terlarang atau berperilaku agresif, maka remaja cenderung mengikutinya tanpa mempedulikan akibatnya. Hal tersebut tidak mengherankan, alasannya, terkadang remaja begitu ingin diterima sehingga akan melakukan apapun sesuai penilaian dan persetujuan dari kelompok teman sebaya agar diterima dan diakui keberadaannya dalam kelompok.

Kelompok termasuk bagian terpenting yang mempengaruhi pola pemikiran dan perilaku remaja. Keinginan remaja untuk selalu berada dan diterima dalam kelompok yang mengakibatkan remaja konformitas terhadap kelompoknya, termasuk dalam hal nilai yang meliputi norma, aturan, kebiasaan, minat dan budaya teman kelompok.

Konformitas dapat terjadi dalam beberapa bentuk dan mempengaruhi aspek-aspek kehidupan remaja. Konformitas (conformity) muncul ketika individu menerima sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan oleh remaja. Sehingga remaja akan mudah terbawa pada perilaku-perilaku yang sesuai dengan kelompok teman sebaya.

Konformitas terhadap teman sebaya pada remaja dapat menjadi positif atau negatif. Konformitas pada remaja yang positif merupakan keinginan untuk terlibat dalam dunia teman sebaya, misalnya berpakaian seperti teman-temannya dan ingin menghabiskan waktu dengan anggota dari perkumpulan. Keadaan yang dipaparkan dapat melibatkan aktifitas sosial yang baik, misalnya ketika suatu perkumpulan mengumpulkan uang untuk alasan yang benar (Santrock. 2003:221).

Pengaruh konformitas bergantung pada kelompok rujukan. Kelompok rujukan adalah adalah setiap orang atau kelompok yang dianggap sebagai dasar perbandingan (atau rujukan) bagi seseorang dalam membentuk nilai-nilai dan sikap umum atau khusus, atau pedoman khusus bagi perilaku (Schiffman, dkk. 2003). Kelompok rujukan yang memiliki sikap, pendapat dan perilaku positif, maka remaja cenderung akan berperilaku dan berpandangan positif.

Kelompok rujukan remaja yang memiliki sikap, pendapat dan perilaku negatif, maka remaja akan cenderung berperilaku dan berpandangan negatif.

Sikap remaja yang tidak dapat membedakan antara yang baik dan buruk serta tidak mampu mempertahankan pendapat dan pemikirannya, dapat dinyatakan remaja yang belum dapat bersikap asertif. Perilaku asertif didefinisikan sebagai suatu pengungkapan ekspresi secara langsung dan jujur yang memungkinkan untuk mempertahankan hak-hak pribadi orang lain. Ketidakmampuan bersikap asertif disebabkan karena tidak semua anak remaja laki-laki maupun perempuan sadar memiliki hak untuk berperilaku asertif.

Remaja yang mampu bersikap asertif berarti mampu mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain. Remaja yang bersikap asertif jujur terhadap dirinya dan jujur dalam mengekspresikan perasaan, pendapat dan kebutuhan secara profesional, tanpa maksud untuk memanipulasi ataupun merugikan orang lain.

Remaja memerlukan bimbingan agar mempunyai pilihan untuk bersikap mandiri dan bebas. Remaja harus mampu mengambil keputusan sesuai dengan keinginannya tanpa khawatir akan tekanan yang di berikan oleh kelompok teman sebayanya. Banyak pula remaja yang cemas dan takut untuk berperilaku asertif. Remaja juga kurang terampil dalam mengekspresikan diri secara asertif.

Masa remaja sangat potensial dan dapat berkembang ke arah positif maupun negatif maka intervensi edukatif dalam bentuk pendidikan, bimbingan, maupun pendampingan sangat diperlukan untuk mengarahkan

perkembangan potensi remaja tersebut agar berkembang ke arah positif dan produktif. Oleh karena itu diperlukan adanya hubungan suatu usaha nyata untuk menanggulangi gejala-gejala tersebut. Dalam hubungan ini bimbingan konseling memberikan peranan yang cukup penting.

Pendidikan merupakan salah satu bentuk lingkungan yang bertanggung jawab dalam memberikan asuhan terhadap proses perkembangan remaja (siswa). Bimbingan dan konseling, merupakan bantuan di dalam mengarahkan siswa dalam tingkat perkembangannya. Hal ini dipertegas oleh Peraturan Pemerintah No.29 tahun 1990 (tentang Pendidikan Menengah), Bab X bahwa “bimbingan merupakan bantuan yang diberikan kepada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan” (Prayitno 2004:30).

Berkaitan dengan memberi bantuan kepada siswa dalam rangka upaya menemukan pribadi, mengenal lingkungan, dan merencanakan masa depan. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah konseling individual dengan menggunakan teknik *assertive training*. Konseling Individual dengan teknik ini adalah konseling yang efektif dalam membantu menangani permasalahan perilaku asertif siswa.

Teknik *assertive training* merupakan terapi perilaku yang dirancang untuk membantu orang berdiri untuk dirinya sendiri dan memperkuat 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.

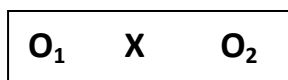
Teknik *assertive training* merupakan salah satu cara yang dapat

digunakan untuk mereduksi perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan seperti perkelahian remaja, merokok, meminum alkohol, dan penggunaan NAPZA yang merupakan kenakalan remaja dan akan merusak masa depan generasi muda. Apabila siswa dibiarkan tidak dapat berperilaku asertif dalam perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan, akan berdampak buruk bagi prestasi belajar dan perkembangan sosial remaja. Banyaknya kenakalan remaja akibat konformitas teman sebaya, mendorong untuk dilakukan penelitian bagaimana mereduksi perilaku konformitas teman sebaya yang berlebihan pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui tingkatan konformitas dan tingkatan sikap asertif pada remaja di SMP Puteri Sion Medan. Subjek penelitian terdiri dari 4 orang siswa kelas VII SMP Puteri Sion Medan yang akan diberikan teknik *assertive training*. Pemilihan subjek penelitian dilakukan dengan menyebarkan angket kepada 1 kelas yang berjumlah 23 siswa, dan 4 orang siswa yang memiliki konformitas teman sebaya yang tinggi yang akan diberikan teknik konseling individual teknik *assertive training*.

Desain yang akan digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain *pre-test and post-test group design* yang polanya sebagai berikut:



Di dalam desain ini observasi dilakukan sebanyak dua kali yaitu

sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen.

- O₁** : Observasi dilakukan sebelum melakukan Teknik *Assertive Training* (pre-test)
- X** : Perlakuan (Teknik *Assertive Training*)
- O₂** : Observasi dilakukan setelah melakukan Teknik *Assertive Training* (post-test)

Teknik analisis data yang digunakan untuk penelitian ini adalah dengan menggunakan Uji Beda (t-test)

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}$$

Arikunto. (2006: 86)

Keterangan:

- Md* : Mean dari perbedaan pre test dengan post test(post test-pre test)
- d* : Deviasi masing-masing subjek (d-Md)
- $\sum x^2 d$: Jumlah kuadrat deviasi
- N* : Subjek pada sampel
- d. b* : Ditemukan dengan N-1

Sebelum dilakukan analisis data dengan menggunakan t-test, sebaiknya terlebih dahulu dilakukan yaitu :

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya data tiap variabel penelitian. Untuk menguji normalitas data, digunakan Liliefors pada taraf nyata $\alpha = 0,05$ dengan kriteria $L_{hitung} < L_{tabel}$, ($\alpha = 0,05$) maka dikatakan bahwa data distribusi normal.

$$Z_i = \frac{x_i - \bar{x}}{S}$$

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk menguji kesamaan k ($k > 2$), buah rata-rata populasi yang kedua kelompok sampel berasal dari populasi yang sama maka dilakukan uji kesamaan dua variansi dengan rumus :

$$F = \frac{\text{Varians terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

HASIL PENELITIAN

Data Pre-test Konformitas Teman Sebaya

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 4 orang terdapat skor tertinggi 57 dan skor terendah 50, dengan rata-rata (M) = 52,7 dan standard deviasi (SD) = 3,09.

Data Post-test Konformitas Teman Sebaya

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian dengan jumlah responden 4 orang terdapat skor tertinggi 89 dan skor terendah 80, dengan rata-rata (M) = 84,5 dan standard deviasi (SD) = 12,8. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 10.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data untuk suatu penelitian. Data yang memiliki distribusi normal adalah data yang baik dan layak digunakan dalam penelitian. Data yang baik pula adalah data yang menghasilkan bentuk kurva dengan kemiringan atau kemencengan yang sama dan seimbang. Pengujian ini dilakukan dengan menggunakan uji Liliefors pada taraf nyata $\alpha = 0,05$.

Berikut disajikan hasil analisis normalitas data penelitian pada tabel 5, apabila $L_{hitung} < L_{tabel}$ ($\alpha = 0,05$) maka data penelitian dikatakan normal atau sebaliknya.

Tabel 1
Ringkasan Hasil Analisis Uji Normalitas Konformitas Teman Sebaya

| Variabel Penelitian | Lo | L ($\alpha = 0,05$) |
|---------------------|--------|-----------------------|
| Pre- Test | -0,734 | 0,381 |
| Post- Test | -0,734 | 0,381 |

Dari tabel 5 uji normalitas data variabel diperoleh $L_{hitung} < L_{tabel}$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data dari variabel penelitian berdistribusi normal. Perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 11.

Uji Homogenitas

Untuk mengetahui apakah kedua kelompok data penelitian ini homogen atau sama di uji dengan uji statistika F yaitu:

$$F = \frac{13,61}{9,54} = 1,43$$

Karena $F_{hitung} = 1,43 < F_{tabel} = 9,28$. Maka dapat dikatakan bahwa data konformitas teman sebaya sebelum dan setelah diberi layanan penggunaan teknik *assertive training* mempunyai variansi yang sama (homogen).

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji perbedaan (t), dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hitung} = 2,719$, sedangkan harga t_{tabel} dengan d.b = $n - 1$ pada taraf $\alpha = 0,05$ diperoleh sebesar 2,13, sehingga

$t_{hitung} > t_{tabel} = (2,719 > 2,13)$. Maka hipotesis yang menyatakan ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di SMP Puteri Sion Medan.

PEMBAHASAN PENELITIAN

Tugas perkembangan psikososial pada masa remaja adalah mencapai kematangan dan pembentukan identitas diri. Bagi remaja teman sebaya memiliki peran yang sangat kuat, seperti fenomena yang ditemukan ketika remaja memiliki gaya berpakaian atau model rambut yang sama dan ikut melakukan kebiasaan buruk yang ada seperti merokok atau membolos dengan tujuan mempertahankan penerimaan dan keberadaan dirinya dalam kelompok. Penyesuaian sosial seperti ini dapat mempengaruhi remaja dalam menentukan keyakinan diri dalam proses pembentukan identitas pribadinya dan lebih memunculkan identitas kelompok, sehingga pembentukan identitas terhambat. Oleh karena itu teknik *assertive training* digunakan untuk mengurangi adanya konformitas teman sebaya. Teknik *assertive training* adalah salah satu teknik dari bimbingan konseling untuk meningkatkan ketegasan diri siswa terhadap kelompoknya.

Dari hasil analisis data telah terbukti bahwa ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di SMP Puteri Sion. Hal ini ditunjukkan dengan perhitungan uji t.

Dari hasil analisis data test awal (*pre-test*) diperoleh skor rata-rata = 52,7 sedangkan setelah pelaksanaan layanan (*post-test*) diperoleh rata-rata = 84,5 artinya rata-rata skor konformitas

teman sebaya setelah mendapat layanan lebih tinggi daripada sebelum mendapat layanan penggunaan teknik *assertive training* ($84,5 > 52,7$), atau terjadi peningkatan sebesar 60% yang artinya ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di SMP Puteri Sion Medan.

Dalam hal ini semakin baik layanan yang diberikan maka akan semakin baik pula konformitas teman sebaya yang ada di dalam kalangan remaja. Maka hipotesis dalam penelitian ini yang menyatakan ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di SMP Puteri Sion Medan, dapat diterima.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan:

1. Konformitas Teman Sebaya pada siswa SMP Puteri Sion sebelum diberikan layanan cenderung tinggi.
2. Konformitas Teman Sebaya pada siswa SMP Puteri Sion setelah diberikan layanan cenderung rendah.
3. Ada pengaruh penggunaan teknik *assertive training* untuk mereduksi konformitas teman sebaya di SMP Puteri Sion Medan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: RinekaCipta
- Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang RentangKehidupan*. Alih Bahasa : Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Prayitno. 2004. *Bimbingan Kelompok*. Jakarta: Erlangga

Santrock. (2003). *Adolescence
Perkembangan Remaja*. Jakarta:
Rajawali

Schiffman, dkk. (2003). *Adolescence
Adolest*. Second Edition. Scott.
Illonis.