

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bimbingan dan konseling merupakan suatu layanan yang memberikan bantuan atau suatu pertolongan kepada seseorang untuk memecahkan permasalahan yang dimiliki oleh konseli. Layanan bimbingan dan konseling mampu memberikan bantuan perubahan tingkah laku, perubahan pikiran yang irasional menjadi rasional. Layanan dalam pendidikan berupa bimbingan dan konseling bertujuan agar pendidikan dapat terealisasi secara maksimal karena konseli akan mendapatkan bantuan dari konselor berupa pemahaman akan dirinya sendiri, pemahaman situasi yang sekarang maupun yang akan datang. Bimbingan dan konseling memberikan fasilitas agar seseorang mencapai dan berhasil melewati perkembangan, pengembangan perilaku yang efektif agar mejadi individu yang memberikan perubahan baik dalam lingkungan sekitarnya (Dianovi dkk., t.t.)

Bimbingan dan konseling memiliki salah satu layanan yaitu konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan layanan yang memberikan bantuan kepada konseli dalam bentuk dinamika kelompok yang memiliki sifat penyelesaian suatu masalah agar perkembangan hidup konseli tidak terhambat. Pada layanan konseling kelompok membahas suatu permasalahan yang dimiliki individu dalam kelompok. Anggota kelompok turut aktif dalam menyampaikan perasaan dan pendapat serta dapat melakukan

adaptasi di dalam kelompok tersebut. Sehingga konseling kelompok selain sebagai fasilitas pemecahan masalah dapat menjadi ruang untuk belajar bagi siswa berinteraksi dengan orang lain dan mampu menciptakan sikap toleransi terhadap permasalahan yang dimiliki oleh orang lain (Jabbar dkk., 2019)

Pendekatan dalam layanan bimbingan dan konseling yang akan digunakan dalam meneliti terkait perilaku asertif dalam berkomunikasi merupakan pendekatan behaviorial. Pendekatan behaviorial memberikan upaya dalam perubahan tingkah laku konseli, yang berfungsi dapat memberikan diagnose perilaku yang maladaptif serta memberikan arahan penanganan yang sesuai dengan permasalahan konseli lalu konselor akan menyesuaikan langkah-langkah yang tepat dalam mengubah tingkah laku konseli. Pendekatan behaviorial merupakan pendekatan yang sering digunakan dalam layanan konseling, pendekatan behaviorial memiliki konsep bahwa seluruh perilaku manusia merupakan hasil dari proses belajar, belajar yang diartikan adalah perubahan perilaku manusia sebagai pengaruh lingkungan sekitarnya (Wahyuni & Efastri, 2019).

Pendekatan behaviorial mampu meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi, konseli dapat mengubah perilaku yang bermasalah menjadi tingkah laku yang sesuai dengan norma dan tidak merugikan pihak manapun karena Pendekatan konseling behaviorial merupakan proses memberikan bantuan kepada konseli untuk belajar memecahkan permasalahan dan mengubah kebiasaan konseli yang menyimpang atau kebiasaan baik yang belum diterapkan sebelumnya (Laia dkk., 2021).

Teknik yang digunakan dalam layanan konseling kelompok merupakan teknik yang berasal dengan pendekatan behavioral yaitu teknik *reinforcement positif* atau penguatan positif yang besar untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi. *Reinforcement positif* diberikan pada saat konseli telah melakukan perilaku yang diinginkan seperti perilaku asertive dalam berkomunikasi. *Reinforcement Positif* memiliki tujuan khusus agar konseli merasa percaya diri dan mengulangi tingkah laku tersebut. *Reinforcement positif* dilakukan dengan cara memberikan motivasi kepada konseli sebagai penguat dan memupuk rasa semangat dan gairah untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi (Solina & Sari, t.t.).

Reinforcement positif memiliki enam komponen yaitu (1) penguatan verbal, penguatan verbal dilakukan dengan cara mengucapkan kalimat kalimat yang baik dan membangun rasa percaya diri konseli karena dapat membuat konseli merasa upaya perubahan tingkah laku tersebut di apresiasi. (2) Penguatan gestural, dilakukan dengan cara memberikan kesan yang baik dengan cara menunjukkan gerakan wajah dan badan yang dapat memberikan kesan yang baik kepada konseli. (3) *reinforcement* dengan mendekati konseli untuk menyatakan bentuk perhatian konselor terhadap konseli terkait perubahan tingkah laku yang sudah dilakukan oleh konseli. (4) *reinforcement* dengan memberikan sentuhan dengan cara memberikan jabat tangan sebagai suatu bentuk selamat atas keberhasilan yang konseli sudah lakukan dalam peningkatan perilaku asertif dalam berkomunikasi, mengusap pundak

konseli. (5) *reinforcement* dengan memberikan reinforcement yang menyenangkan, konselor dapat memberikan arah apabila konseli sudah dapat mengubah tingkah baru yang diinginkan maka dapat memberikan bantuan, saran, atau bercerita kepada teman sebayanya. Hal ini dapat menjadi motivasi bagi klien untuk berhasil meningkatkan tingkah laku yang diinginkan. (6) reinforcement dengan memberikan suatu tanda atau benda. Konselor dapat memberikan reinforcement tertulis kepada konseli (Calista dkk., 2019).

Reinforcement positif efektif digunakan sebagai peningkatan hasil pembelajaran atau perubahan tingkah laku yang lebih baik. Reinforcement positif menjadi motivasi yang diberikan dengan cara komunikasi yang positif serta efektif sehingga mempengaruhi perilaku komunikasi yang asertif bagi konseli. Dengan adanya perilaku asertif dalam berkomunikasi maka konseli akan menjalani hidup yang lebih baik. (Durrotunnisa & Hanita, 2021a). *Reinforcement* atau penguatan merupakan suatu respon yang diberikan sebagai peningkatan timbulnya respon atau conditioning agar perilaku tersebut terulang dan konseli mampu mengontrol dirinya untuk menghindari perilaku yang ingin dihindari (Masrurroh & Dewi, 2020).

Reinforcement memiliki tujuan sebagai berikut : (1) *Reinforcement* meningkatkan perhatian atau focus konseli, (2) *Reinforcement* meningkatkan motivasi sebagai dorongan konseli mengulangi tingkah laku yang diinginkan, (3) *Reinforcement* memberikan arahan pada konseli dalam berpikir yang rasional, (4) memberikan arahan pada proses pembelajaran, (5) *Reinforcement positif* dapat menjadi dorongan konsel mengubah tingkah laku

yang negative menjadi positif. Pemberian reinforcement akan menjadi suatu respon dan kecepatan atau besarnya suatu tingkatan respon tersebut itu tergantung jumlah stimulus yang diterima oleh konseli. Prinsip- prinsip yang perlu diterapkan ketika akan memberikan reinforcement positif adalah (1) bagaimana konselor membangun kedekatan atau kehangatan dengan konseli, (2) Semangat memberikan penguatan, (3) bermakna, (4) ketika memberikan *reinforcement positif* maka kita perlu untuk menghindari *reinforcement negative* (Masruroh & Dewi, 2020).

Remaja merupakan individu berusia 10-18 tahun, usia remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa remaja, akan mengalami kematangan mental, emosional, social, serta fisik. Remaja akan merasa ia sudah bukan lagi menjadi anak anak namun ia sama dengan orang lain walaupun orang disekitarnya memiliki usia yang lebih matang dibanding dia. Pada usia remaja dapat dikatakan sebagai usia fase mulainya penyesuaian diri dengan pola kehidupan yang baru dirasakan. Usia remaja merupakan fase kehidupan baru itu meliputi pergantian peran baru, situasi baru, sikap-sikap baru dan norma dalam hidup yang baru. Anak usia remaja akan mulai memasuki fase pencarian, pemantapan karena anak remaja akan mulai menghadapi permasalahan, harus mulai mengatur kematangan emosional, perubahan nilai-nilai kehidupan, penyesuaian diri dengan lingkungan serta peran baru (Diananda, 2019).

Peralihan dari masa anak anak menuju dewasa juga meliputi perkembangan *kognitif*, fisik, social, dan emosi. Perkembangan emosi

terdapat contoh seperti, anak remaja akan memiliki perasaan yang mudah berubah-ubah. Masa peralihan membuat remaja dituntut menampilkan perilaku yang baik sesuai kondisi bukan sesuai mood atau suasana hatinya. Hal ini merupakan tuntutan dalam perkembangan untuk belajar berkomunikasi terbuka agar mudah dipahami oleh lingkungan terdekatnya. Pada perkembangan remaja masih banyak ditemukan individu yang susah untuk menunjukkan perasaan serta pendapat yang mereka ingin ungkapkan dikarenakan remaja masih belum mengetahui jelas bagaimana caranya menunjukkan perasaan serta pendapat mereka, mereka lebih dominan dengan perasaan malu dan takut saat akan menunjukkan sehingga menyebabkan orang-orang disekitarnya sulit mengetahui hal yang dirasakan dan yang ingin disampaikan oleh mereka. Namun terkadang seringkali anak remaja juga berperilaku *oversharing* atau menunjukkan perasaan dan pendapat mereka dengan cara yang salah, contohnya menyampaikan pendapat dengan kalimat yang kurang tepat, menggunakan emosi, sehingga pesan yang disampaikan kurang jelas dimengerti oleh orang-orang sekitarnya (Afif & Listiara, 2020).

Remaja pastinya memiliki hubungan interpersonal dengan teman sebayanya. Agar menjadi pribadi yang dapat memenuhi tugas perkembangan maka anak remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dari aspek pribadi dan social dalam lingkungan pertemanan. Untuk membangun hubungan social dengan teman sebaya di usia remaja perlunya memiliki keterampilan komunikasi sehingga interaksi terjalin dengan baik. komunikasi yang baik dapat dikatakan sebagai bentuk asertifitas. keterampilan asertivitas sangat

penting karena harus berani dalam mengungkapkan perasaan dan pendapatnya serta memiliki ketegasan dalam menolak sesuatu yang ia tidak setuju. Masih banyak anak remaja yang sulit mengkomunikasikan perasaan, pendapatnya dan sulit menolak karena takut dianggap salah. Anak remaja yang sulit dalam berkomunikasi asertif disebabkan karena adanya kecemasan, kurangnya rasa percaya diri. Selain itu anak remaja yang sulit memiliki ketegasan dalam menolak, terdapat juga anak remaja yang tidak dapat mengontrol dirinya dalam menolak dan dalam menyampaikan perasaan serta pendapatnya. Seperti menggunakan bahasa yang kasar, membentak, emosi yang tidak terkontrol, hal tersebut merupakan tindakan agresif. Tindakan tersebut dapat menyebabkan orang lain sebagai lawan bicara kita merasa tersinggung, tidak dihargai, dan dapat menyebabkan permasalahan (Ayu, 2020).

Perilaku asertif dalam berkomunikasi sangatlah penting. Karena dengan adanya perilaku asertif dalam diri anak remaja maka mereka akan memiliki kemampuan dalam menjalin hubungan interaksi terhadap perubahan serta situasi lingkungan yang berbeda-beda. Perilaku asertif dalam berkomunikasi akan membuat remaja memiliki pemahaman dan keberanian dalam menolak terhadap apa yang tidak sesuai dengan keinginannya, menyampaikan pendapat dan mampu mengekspresikan perasaannya secara tepat, jujur, tanpa adanya perasaan takut menyinggung orang lain (Aryanto dkk., 2021a).

Menurut Alberti dan Emmons, Individu yang memiliki perilaku asertif dalam berkomunikasi memiliki aspek-aspek sebagai berikut : Bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri, mampu mengekspresikan perasaannya dengan jujur dan nyaman, mampu mempertahankan diri, mampu menyatakan pendapat, dan tidak mengabaikan hak-hak orang lain. Berdasarkan observasi di lapangan siswa yang memiliki perilaku asertif dalam berkomunikasi yang rendah tidak berkaitan dengan aspek-aspek yang diatas.

Berdasarkan fenomena rendahnya perilaku asertif dalam berkomunikasi, peneliti telah melakukan wawancara di MTS Mu'allimaat Yogyakarta. Fenomena rendahnya perilaku asertif terjadi pada siswa yang memiliki permasalahan dalam menyampaikan perasaan dengan jujur dan nyaman seperti ketika ia memiliki masalah, belum semua siswa dapat mengutarakan perasaan sedih dan berani dalam menceritakan permasalahannya. Lalu permasalahan rendahnya dalam mempertahankan diri seperti siswa yang diganggu oleh teman sebayanya namun siswa tersebut tidak berusaha untuk mempertahankan diri dikarenakan rasa takut, malu dalam mengkomunikasikan bentuk perlawanan atau cara mempertahankan dirinya. Siswa juga mudah tersinggung ketika mendapatkan kritik atau bentuk-bentuk nasehat dari teman sebayanya. Rendahnya perilaku asertif pada siswa menyebabkan ketegangan dan perasaan tidak nyaman karena menyimpan permasalahan karena tidak diutarakan kepada orang lain.

Permasalahan rendahnya perilaku asertif dalam berkomunikasi siswa perlu diatasi dengan cara pemberian konseling kelompok teknik reinforcement positif. Teknik *reinforcement positif* yang berasal dari pendekatan behavioral ini memiliki tujuan agar siswa memiliki motivasi dalam pengulangan tingkah laku yang diinginkan yaitu perilaku asertif dalam berkomunikasi. Penggunaan teknik *reinforcement positif* akan membuat siswa merasa diapresiasi setiap tingkah laku baiknya. Dengan adanya perilaku asertif dalam berkomunikasi akan memudahkan siswa membangun interaksi yang baik dan sehat dalam lingkungan sekitarnya.

Penelitian di Indonesia pernah dilakukan oleh Fatma Kurnia Sari dan Kristina Yulianti pada pelajar SMP, Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa perilaku asertif peserta didik secara keseluruhan 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 ini menunjukkan bahwa Sebagian besar perilaku asertif masih dalam kategori sedang, didukung dengan banyaknya permasalahan mengenai perilaku negative seperti bullying secara verbal maupun non verbal merupakan dampak dari kurang kesadaran pentingnya perilaku asertif dalam berkomunikasi perilaku asertif dalam berkomunikasi yang masih sedang dapat berpengaruh dalam kegiatan dalam hubungan interaksi.

Berdasarkan fenomena diatas, tentunya harus segera ditemukan solusi terbaik untuk menyelesaikan kurangnya perilaku asertif dalam berkomunikasi. Dengan demikian, tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui “Keefektifan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Reinforcement Positif* Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Dalam Berkomunikasi Siswa MTS Mu’Allimaat Yogyakarta ”.

B. Identifikasi Masalah

- 1.Siswa kelas VII sulit dalam menyampaikan perasaan sedih dan senang
- 2.Siswa kelas VII masih mengalami kesulitan dalam memberikan pendapat karena tidak percaya diri
- 3.Siswa kelas VII mengalami kendala dalam menerima kritik dari teman sebayanya
- 4.Siswa kelas VII belum mampu bersikap tegas
- 5.Siswa masih mengalami salah paham dalam berkomunikasi dengan teman sebayanya

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka batasan masalah yang akan dibahas pada penelitian ini yaitu tingkat perilaku asertif dalam berkomunikasi rendah sehingga siswa mengalami kesulitan dalam menyampaikan pendapat serta perasaan sehingga penelitian ini bermaksud untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi menggunakan teknik *reinforcement positif*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah yang dijelaskan diatas, maka rumusan masalah adalah : “Apakah konseling kelompok dengan teknik *reinforcement positif* efektif digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi pada siswa MTS Mu’Allimaat Yogyakarta ?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok dengan teknik *reinforcement positif* dalam meningkatkan perilaku asertif berkomunikasi siswa kelas VII MTS Mu’Allimaat Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini agar dapat diharapkan menambah pengetahuan serta meluaskan wawasan yang berkaitan dengan pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik *reinforcement positif* dalam meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi

2. Manfaat praktis

Adapun manfaat praktisi yang dapat diambil dari penelitian ini sebagai berikut.

- a. Bagi peserta didik diharapkan mampu untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi
- b. Bagi konselor pendidikan, penelitian ini dapat memberikan pengetahuan serta keterampilan untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berkomunikasi pada siswa
- c. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai referensi dalam meneliti topik yang sama