

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masa remaja adalah masa peralihan masa anak-anak menuju usia dewasa. Proses peralihan ini melibatkan beberapa perubahan biologis, fisik, dan sosio-emosional (Santrock, 2013). Perubahan-perubahan yang terjadi tersebut dianggap situasi yang kurang menyenangkan karena sering menimbulkan masalah bagi remaja (Hurlock, 2014). Menurut Hall (dalam Santrock, 2013) masa remaja dipenuhi dengan perubahan suasana hati dan konflik. Lingkungan sosial remaja juga akan mengalami perubahan-perubahan sosial yang cepat, sehingga mengakibatkan masa remaja menjadi lebih rentan mengalami penyimpangan (Sarwono, 2013).

Remaja dalam kehidupan sehari-hari akan selalu berinteraksi dengan orang lain. Salah satu perkembangan yang dialami remaja adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya dan berusaha untuk mencapai peran sosial di dalam lingkungannya (Hurlock dalam Ali & Asrori, 2010). Dengan menjalin hubungan dengan teman sebaya, salah satu perilaku yang penting untuk dimiliki siswa yaitu perilaku asertif. Menurut Yasdiananda (2013) perilaku asertif merupakan kemampuan komunikasi untuk mengekspresikan luapan bentuk rasa dalam diri dan pikiran kepada khalayak lain. Ketika berperilaku asertif tetap menjaga dan menghargai perasaan orang lain. Dalam menerapkan perilaku asertif diharuskan menyampaikan perasaan

dan pikiran secara jujur tanpa adanya manipulasi untuk memanfaatkan pihak luar.

Sehingga perilaku asertif merupakan salah satu perilaku yang penting dimiliki oleh remaja. Perilaku asertif bagi individu remaja adalah untuk memudahkan mengungkapkan pikiran dan perasaan dalam mencari jalan terbaik dari permasalahan yang dialaminya (Afri, Sarman, & Andiyaksa, 2019). Pada dasarnya, perilaku asertif diistilahkan sebagai kemampuan komunikasi yang berguna untuk pengungkapan rasa dan pikiran kepada orang lain tanpa menyalahi aturan kedua belah pihak. Namun pada faktanya tidak semua remaja memiliki perilaku asertif.

Bloom dkk (Abidin, 2011) berpendapat bahwa individu yang tidak berperilaku asertif adalah ketika individu tersebut tidak mampu menyatakan perasaan-perasaan, kebutuhan-kebutuhan dan gagasan-gagasannya secara tepat, mengabaikan hak-haknya dan membiarkan orang lain melanggar haknya tersebut. Perilaku yang tidak asertif ini biasanya bersifat emosional, tidak jujur dan tidak langsung, terhambat dan menolak diri sendiri. Individu yang tidak asertif membiarkan orang lain menentukan apa yang harus dilakukannya dan sering berakhir dengan perasaan cemas, kecewa, bahkan kemudian berakhir dengan kemarahan dan perasaan tersinggung.

Ketika individu bertindak asertif, individu tersebut bisa mengendalikan tindakan dan juga bertanggung jawab atas diri sendiri. Individu yang memiliki perilaku asertif selalu berada dalam kondisi atau keadaan yang positif, percaya diri, tegas dan kuat atau teguh. Dengan perilaku asertif remaja bisa

mengekspresikan isi pikirannya dengan baik sehingga tidak mengakibatkan konflik antar individu. Contoh perilaku asertif yaitu siswa bisa betutur kata baik dan sopan kepada guru, siswa bisa menyampaikan pendapat yang baik ketika sedang berdiskusi di kelas.

Pada faktanya dalam kehidupan peserta didik dituntut untuk jujur terhadap suatu bentuk penerimaan dan penolakan tanpa adanya intimidasi pada rasa kenyamanan pada dirinya. Selain itu perilaku asertif menjadi tuntutan bagi remaja meskipun adanya beberapa faktor yang mempengaruhi seperti faktor teman, adat istiadat, budaya dan lingkungan sekitar yang sangat kuat. Berperilaku asertif tersebut harus diterapkan dalam kegiatan individu setiap harinya agar dapat mengkomunikasikan perasaan dan pikiran dengan efektif, jujur, dan tegas tanpa ada tekanan dari orang lain atau lingkungan (Hikmah, 2020). Amalia & Keliat (2018), menerangkan unuk meningkatkan kemampuan remaja untuk berperilaku asertif dan resiliensi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi asertif secara berkelompok.

Menurut Azzahra (2017) menjelaskan bahwa resiliensi disebut sebagai proses adaptasi secara baik dalam keadaan trauma, suasana tragedi ataupun kejadian yang dapat berdampak pada stress lainnya. Resiliensi bukan ciri karakter individu tetapi pikiran, watak ataupun perbuatan yang dapat ditiru oleh siapapun. Resiliensi dapat diartikan sebagai suatu kemampuan individu untuk beradaptasi, bangkit dari kesulitan, dan pulih dari tekanan atau stres yang dialami. Dari konteks siswa SMP, resiliensi menggambarkan sejauh mana mereka dapat menghadapi tantangan akademik, sosial, dan emosional di

sekolah dan kehidupan sehari-hari. Siswa SMP perlu memiliki resiliensi untuk menghadapi berbagai tantangan selama masa remaja mereka, termasuk tekanan dari teman sebaya, tuntutan akademik yang meningkat, dan perubahan fisik dan emosional. Kemampuan untuk menjadi lebih tangguh dan resilient dapat membantu siswa menghadapi masalah-masalah ini dengan lebih baik, mengurangi risiko stres berlebihan, dan membantu mereka berkembang secara positif.

Pada kenyataannya resiliensi berkontribusi pada pengembangan perilaku asertif pada siswa SMP. Siswa yang lebih resilien cenderung memiliki tingkat percaya diri yang lebih tinggi dan dapat mengatasi rasa takut dan kecemasan ketika berhadapan dengan situasi sosial yang menantang. Mereka akan lebih cenderung untuk menyampaikan pendapat dengan jelas dan tegas tanpa merasa terintimidasi oleh orang lain. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Resiliensi terhadap Perilaku Asertif Siswa SMP Negeri 15 Yogyakarta”

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan di atas maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut.

1. Rendahnya tingkat resiliensi sehingga siswa cenderung merasa putus asa, mudah menyerah dan sulit menghadapi tantangan akademik dan sosial.
2. Rendahnya percaya diri siswa sehingga siswa ragu untuk menyatakan kebutuhan atau mengungkapkan perasaan karena takut reaksi negative dari orang lain.

3. Ketidakmampuan siswa dalam mengatasi kegagalan dan takut untuk mengungkapkan pendapatnya.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka penelitian dibatasi pada rendahnya perilaku asertif dalam berkomunikasi sehingga menyebabkan rendahnya resiliensi pada siswa.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh resiliensi terhadap perilaku asertif siswa Smp Negeri 15 Yogyakarta?”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh resiliensi terhadap perilaku asertif siswa SMP Negeri 15 Yogyakarta.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Dari segi teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu kajian atau studi pendahuluan pada penelitian-penelitian selanjutnya tentang pengaruh resiliensi terhadap perilaku asertif siswa SMP Negeri 15 Yogyakarta.

2. Dari segi praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan atau referensi terhadap permasalahan yang ada khususnya pengaruh resiliensi terhadap perilaku asertif siswa SMP Negeri 15 Yogyakarta.

a. Bagi Peserta Didik

Diharapkan dengan adanya penelitian ini siswa dapat mengikuti layanan bimbingan konseling dan dapat memiliki resiliensi dalam menerapkan sikap asertif dalam berkomunikasi

b. Bagi Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan, guru BK dapat memaksimalkan kemampuan yang dimilikinya dan menerapkan layanan dengan membantu peserta didik dalam mengotimalkan perilaku asertif agar memiliki kemampuan resiliensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, dapat menjadi sumber rujukan bagi peneliti selanjutnya dan dapat dikembangkan lagi menjadi lebih maksimal,