

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku Asertif

Sifat asertif termasuk salah satu hal dasar yang harus ada diri tiap individu. Dalam kehidupan, sangat perlu memiliki keterampilan asertif dalam konteks interaksi antarpribadi, lingkungan sekolah, lingkungan kerja, maupun dalam lingkup keluarga.

1. Defenisi Perilaku Asertif

Asertivitas merupakan kemampuan untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara jujur, tepat tanpa menyakiti orang lain. Menurut Alberti & Emmons, perilaku asertif adalah penegasan diri yang positif yang juga menghargai orang lain dalam hidup.¹⁰ Menurut Lazarus, mendefenisikan bahwa asertivitas sebagai suatu tindakan yang menumbuhkan kesetaraan dalam hubungan antarmanusia. Jadi, seseorang bisa bertindak untuk kepentingan dirinya sendiri, membela diri tanpa merasa cemas, mengungkapkan perasaan secara jujur dan nyaman, serta melaksanakan urusan pribadi tanpa melanggar hak orang lain. Perilaku asertif menurut Hildayati adalah kemampuan seseorang untuk bicara jujur, terbuka, dan tepat sasaran asal pikiran,

¹⁰Alberti dan Emmons, *Your Perfect Right Assertiveness and Equality In Your Life and Relationships* hlm. 58.

perasaan, serta kebutuhan, tanpa melanggar hak orang lain di sekitarnya. Dari berbagai pandangan para ahli, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif merupakan suatu kemampuan mendasar yang harus dikuasai individu dalam mengkomunikasikan pendapat, perasaan, pemikiran, dan keinginan dengan jujur dan terbuka tanpa merasa khawatir.

2. Aspek-aspek Perilaku Asertif

Menurut Alberti dan Emmons, terdapat aspek utama perilaku asertif antara lain:

a. Bertindak sesuai dengan keinginan sendiri

Mengacu kepada kemampuan seseorang dalam mengambil keputusan sendiri, meminta bantuan kepada orang lain untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

b. Mengungkapkan kebutuhan dan perasaan jujur dan nyaman

Kemampuan menyatakan persetujuan ataupun dukungan, menunjukkan kasih sayang atau persahabatan, mengekspresikan kemarahan atau kecemasan

c. Mempertahanan diri

Mengacu pada kemampuan dalam melindungi hak dan batasan pribadi seseorang, serta kemampuan untuk berkata “tidak” apabila

diperlukan, mampu menanggapi kritikan secara terbuka dan mempertahankan pendapat.

d. Menyatakan pendapat

Kemampuan menyampaikan pendapat atau gagasan dan menanggapi pelanggaran terhadap diri dan orang lain.¹¹ Dapat diketahui bahwa setiap individu mampu mengambil sebuah keputusan sendiri, mampu menyatakan pendapat serta keinginan tanpa merasa ragu.

3. Indikator Perilaku Asertif

a) Kemandirian dalam mengambil keputusan

Seseorang bisa memilih sendiri langkah yang akan diambil tanpa terbebani oleh pendapat atau tekanan dari orang lain di sekitarnya. Misalnya, individu tidak perlu bertanya terus-menerus pada teman atau keluarga sebelum menentukan sesuatu..

b) Menolak permintaan yang tidak sesuai keinginan

Individu berani bilang “ tidak” secara langsung dan sopan. Tidak perlu merasa bersalah atau membuat alasan panjang-panjang ketika menolak ajakan atau permintaan dari orang lain.

c) Menyampaikan perasaan secara langsung

¹¹Alberti dan Emmons, *Your Perfect Right Assertiveness and Equality In Your Life and Relationships*. 58

Individu bisa mengungkapkan apa yang dirasakan, baik senang, kesal, atau kecewa, langsung kepada orang yang bersangkutan dan tidak memilih diam atau menyindir.

d) Mengemukakan pendapat tanpa malu

Berani berbicara dan menyampaikan gagasannya di depan orang lain, baik saat diskusi kecil maupun di kelompok besar. Individu tidak gugup atau malu saat punya pandangan yang berbeda dari kebanyakan orang.

4. Manfaat Perilaku Asertif

Perilaku asertif sangat perlu dimiliki oleh individu, berikut manfaat memiliki asertif. Pertama, perilaku asertif mampu memudahkan individu untuk bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungannya. Kedua, memiliki asertif mampu menolong seseorang dalam menyampaikan isi pikiran, pendapat dan kebutuhan dengan tulus dan jujur. Ketiga, individu mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi. Orang lain dapat memahami keinginan, kebutuhan, dan perasaan seseorang, sikap asertif dapat mengurangi masalah atau perselisihan, seseorang dapat mengendalikan hidupnya dengan rasa percaya dirinya, mampu menerima kehadiran orang lain dengan sikap terbuka,

komunikasi merasa nyaman dan tidak merasa tersakiti.¹² Banyak manfaat ketika memiliki perilaku asertif karena sangat membantu seseorang dalam menyampaikan apa yang menjadi keinginannya dengan jujur dan mampu menolak ajakan negatif dari orang lain dengan cara sopan.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif

Kurangnya kemampuan seseorang dalam bersikap asertif dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti adat istiadat di lingkungan tempat tinggal, pola asuh keluarga, jenis kelamin, kondisi fisik, serta latar belakang ekonomi orang tua. Beberapa faktor mempengaruhi perilaku asertif antara lain:

a. Lingkungan keluarga

Proses pembentukan perilaku asertif pada siswa tidak lepas dari peran lingkungan keluarga. Gaya pengasuhan yang diterapkan orang tua menjadi faktor utama yang mempengaruhi bagaimana kepribadian anak terbentuk, termasuk dalam hal kemampuan bersikap asertif. Orang tua kurang dalam memberikan dukungan emosional, kurang dalam komunikasi. Dengan suasana keluarga yang nyaman untuk berbicara dan menyelesaikan masalah dengan

¹²Lubis, Sucipto, dan Tanjung, *Assertiveness Training (Format Kelompok untuk Meningkatkan Kompetensi Interpersonal Siswa)*. 45

terbuka bersama keluarga, itu akan melatih keterampilan siswa dalam berperilaku asertif.

b. Lingkungan sekolah

Perilaku asertif dapat dipengaruhi oleh lingkungan sekolah seperti tekanan teman sebaya. Gaya mengajar guru yang cenderung berpengaruh terhadap asertif siswa, kurangnya kegiatan ekstrakurikuler dalam melatih keterampilan siswa.

c. Fisik

Kondisi fisik sangat mempengaruhi asertif siswa, dengan postur tubuh dan penampilan siswa cenderung malu, kurang percaya diri dalam berkomunikasi atau tampil untuk melatih keterampilan.

d. Kedisiplinan

Kedisiplinan siswa dapat membentuk sikap adil, mendukung, bertanggungjawab serta berinteraksi dengan baik, dan menghargai orang lain.¹³

B. Bimbingan Kelompok

Seiring berkembangnya pendidikan, layanan bimbingan kelompok menjadi landasan dalam program BK di sekolah. Penjelasan layanan

¹³Alberti dan Emmons, *Your Perfect Right Assertiveness and Equality In Your Life and Relationships*. 64

bimbingan kelompok disajikan sebagai dasar teori untuk memahami definisi, tujuan, langkah-langkah pelaksanaan.

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok merupakan pemberian bantuan kepada peserta didik/konseli melalui kelompok kecil terdiri atas 2 sampai 10 orang untuk untuk pencegahan masalah, pemeliharaan nilai-nilai atau pengembangan keterampilan hidup yang dibutuhkan. Bimbingan kelompok sebagai suatu proses bantuan kepada individu melalui suasana kelompok yang memungkinkan individu dapat mengembangkan wawasan dan pemahaman yang diperlukan tentang masalah tertentu, mengeksplorasi dan menentukan cara terbaik untuk memecahkan masalah itu dalam mengembangkan pribadinya.¹⁴

Menurut Shertzer & Stone, sebagai mana yang dikutip oleh Lestari bahwa unsur terpenting dalam dalam bimbingan kelompok yaitu dinamika kelompok, di mana untuk tercapainya tujuan dari bimbingan kelompok, interaksi antar anggota kelompok. Pemimpin kelompok memberikan dukungan emosional, motivasi, memimpin, dan memberikan solusi. Sedangkan anggota kelompok berperan untuk membangun keakraban satu dengan yang lain, dapat berkomunikasi secara terbuka, membantu agar tujuan dari bimbingan kelompok dapat

¹⁴Sari, Setiawan, dan Masya, *Bimbingan Kelompok, Konseling Kelompok untuk Konseli Dari Rentang Generasi X, Milineal, dan Z Dalam Setting Pendidikan*. 57

tercapai, berpartisipasi dalam kelompok, dan saling membantu.¹⁵ Jadi dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan proses bantuan yang diberikan kepada konseli dalam bentuk kelompok mulai dari 2-10 orang.

2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno, sebagaimana yang dikutip oleh Lestari bahwa tujuan dari bimbingan kelompok ada dua bagian. Tujuan umum, Bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik khususnya kemampuan komunikasi peserta dalam kegiatan layanan. Sedangkan Tujuan khusus, Bimbingan kelompok adalah membahas topik tertentu yang mengandung permasalahan hangat yang menjadi perhatian peserta didik. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik dapat mendorong pengembangan perasaan, persepsi pikiran, wawasan dan sikap yang menunjang tingkah laku yang lebih efektif.¹⁶ Tujuan tersebut diharapkan dapat membentuk perilaku siswa yang lebih positif termasuk meningkatkan keterampilan sosial dan pemahaman diri.

¹⁵Anisa Lestari, dan Siska Dwi, " Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa", *Indonesia Journal Of Caunseling and Education*, Vol.1, No.1 (2020): 21.

¹⁶Syifa Nur Fadilah, "Layanan Bimbingan Kelompok dalam Membentuk Sikap Jujur melalui Pembiasaan", *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol.3, No.2 (2019): 170

Hiskiawati, menyatakan tujuan bimbingan kelompok antara lain: Melatih siswa agar memiliki keberanian untuk berbicara di hadapan banyak orang, membantu siswa menyampaikan masukan atau perasaan mereka kepada orang lain, mengajarkan siswa untuk menghargai dan memahami pemikiran dari orang lain, melatih siswa memiliki tanggung jawab mengenai pendapat yang mereka sampaikan, membantu siswa mengelola perasaan dengan baik dan mengendalikan dirinya, melatih siswa berinteraksi dengan sopan dan baik, membangun hubungan akrab pada setiap anggota atau bagian dari kelompok, mendialogkan tentang berbagai topik atau masalah yang berguna untuk seluruh bagian kelompok.¹⁷ Dapat diketahui bahwa jika bimbingan kelompok memiliki tujuan membantu siswa agar dapat memahami dirinya sendiri serta mengembangkan perilaku asertif.

3. Fungsi Bimbingan Kelompok

Fungsi utama layanan bimbingan yang didukung oleh bimbingan kelompok yaitu :

- a. Fungsi pemahaman, membantu konseli agar memiliki pemahaman terhadap dirinya dan lingkungannya.

¹⁷Hiskiawati, Sisilia Tiku, dkk., "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI.1 di SMAN 4 Tana Toraja," *Pendidikan Kristen dan Katolik* 3, no. 1 (2025): 4.

- b. Fungsi pengembangan, yaitu membantu untuk mengembangkan potensi seseorang dan dapat meningkatkan keterampilan mereka di lingkungan.¹⁸ Bimbingan kelompok berfungsi untuk meningkatkan pemahaman dan pengembangan perasaan, pikiran, wawasan dan sikap menunjang perubahan tingkah laku yang lebih efektif atau lebih baik.¹⁹ Dapat diketahui bahwa fungsi bimbingan kelompok dapat meningkatkan keterampilan maupun potensi yang dimiliki oleh setiap individu terlebih untuk membantu peserta didik dalam mencegah terjadinya problem.

4. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno dalam buku yang ditulis oleh Sucipto, beberapa asas-asas yang perlu diperhatikan dalam bimbingan kelompok, antara lain:

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan merupakan anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi yang dibahas dalam kegiatan kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui oleh orang lain.

¹⁸Hiskiawati, Sisilia Tiku, dkk., "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Problem Solving Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI.1 di SMAN 4 Tana Toraja: 5

¹⁹ Jahju Hartini, *Bimbingan Kelompok* (Surabaya:UU Duta Sablon,2022), 13

b. Asas keterbukaan

Asas keterbukaan merupakan anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkan tanpa merasa malu dan ragu.

c. Asas kesukarelaan

Asas kesukarelaan merupakan semua anggota dapat menampilkan diri tanpa dipaksa oleh teman ataupun pimpinan kelompok.

d. Asas kenormatifan

Asas kenormatifan merupakan semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan aturan dan kebiasaan yang berlaku.²⁰ Dapat dipahami bahwa dalam bimbingan kelompok sangat perlu diperhatikan asas-asas bimbingan kelompok.

5. Tahap-tahapan Bimbingan Kelompok

- a. Tahap pembentukan, pada tahap ini ditandai dengan pembentukan struktur kelompok agar siswa dapat memahami

²⁰ Sucipto, Harlina, dan Putri, *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Nilai Karakter Tokoh Kesultanan Palembang Darusalam*.

aturan yang ada dalam kelompok untuk bertanggung jawab pada tujuan dan proses kelompok. Adapun langkah-langkahnya seperti pengenalan, menjelaskan tujuan yang akan dicapai, penjelasan aturan, penggalan ide, perasaan dan saling memberikan umpan balik serta dukungan terhadap satu sama lainnya.

- b. Tahap peralihan, pada tahap ini meningkatkan suasana kegiatan menjadi nyaman, menjelaskan peran anggota kelompok dan pimpinan kelompok.
- c. Tahap kegiatan (inti), tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebab sehingga pimpinan kelompok dapat melakukan penyusunan rencana tindakan.
- d. Tahap akhir, anggota kelompok mulai mencoba perilaku baru yang telah mereka pelajari. Umpan balik adalah hal yang penting yang dilakukan masing-masing anggota kelompok. Tahap ini juga untuk mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan dan melatih anggota untuk melakukan perubahan.²¹ Tahapan bimbingan konseling sangat perlu diperhatikan sebelum memberikan layanan sehingga layanan dapat berjalan dengan baik.

Jahju Hartanti, sebagaimana yang dikutip oleh Hafera bahwa terdapat empat tahapan pada bimbingan kelompok diantaranya

²¹ Hafera., "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Perilaku Konformitas.":

pembukaan, peralihan, kegiatan serta pengakhiran. Semua tahapan tersebut saling berkaitan, sebagai berikut:

a) Tahap Pembentukan

Pembentukan merupakan fase pengenalan, yakni fase memasukkan atau melibatkan diri terhadap kehidupan sebuah kelompok. Setiap anggota pada tahap ini saling menyampaikan tujuan dan harapan yang ingin dicapai dan mereka juga memperkenalkan diri.

b) Tahap Peralihan

Pemimpin kelompok dalam tahap ini menyampaikan aktivitas yang pada tahap berikutnya akan lakukan. Kesiapan anggota untuk mengikuti kegiatan juga dilihat oleh para pemimpin kelompok. Selain itu juga dibahas tentang kondisi yang timbul di kelompok serta memotivasi anggota supaya berpartisipasi dengan aktif.

c) Tahap kegiatan

Anggota kelompok dalam tahap ini akan bebas menyampaikan permasalahan atau topik yang akan didiskusikan. Selanjutnya kelompok menentukan topik mana yang lebih dulu akan dibahas. Setelah itu secara bersama-sama anggota kelompok mendiskusikan topik itu dengan

menyeluruh, serta jika diperlukan dapat diselingi dengan kegiatan lain yang mendukung

d) Tahap pengakhiran

Pemimpin kelompok dalam tahap ini memberitahukan jika sesi bimbingan kelompok segera usai. Selanjutnya, anggota dan pemimpin menyampaikan pesan, kesan, dan harapan mereka sesudah mengikuti kegiatan.²²

C. Multimedia

Multimedia salah satu perangkat utama di dunia pendidikan. Penerapan multimedia menjadi kunci dukungan untuk bimbingan yang menarik perhatian peserta didik.

1. Pengertian Multimedia

Multimedia berasal dari kata, yaitu “*Multi*” yang artinya banyak atau beragam, *Many*; *Multiple* dan “*Media*” yang berarti sebagai alat untuk menyampaikan sesuatu, bentuk komunikasi, alat untuk penyajian informasi melalui teks, grafik, suara, gambar, dan animasi. Multimedia digunakan untuk menggambarkan penggunaan lebih dari satu media dalam persentasi atau berkomunikasi tepatnya dalam proses

²²Rudi Haryadi, Fauziatin, dan Khairunisa, “Peran Chat Group untuk Mengoptimalkan Layanan Bimbingan dan Kelompok Online di Abad 21”, *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia* 6, no.1 (2020): 15-16.

pembelajaran.²³ Secara sederhana, multimedia adalah penggabungan antara dua unsur bentuk media yang berfungsi sebagai masukan dan keluaran, yaitu media audio (termasuk suara dan musik), animasi, video, gambar, grafik, serta teks. Ada juga yang mendefinisikan bahwa multimedia adalah alat untuk digunakan untuk mempresentasikan informasi atau materi melalui hasil kombinasi berbagai media yang ada.²⁴ Dapat disimpulkan bahwa multimedia sebagai alat untuk membantu menyampaikan informasi atau materi dengan perpaduan media yang bervariasi.

2. Elemen-elemen Multimedia

Elemen-elemen multimedia yaitu kombinasi dari beberapa media antara lain:

a. Teks

Teks adalah kumpulan kata-kata tertulis atau tulisan yang digunakan untuk menyampaikan informasi atau materi tertentu.

Teks adalah elemen penting dalam multimedia untuk memberikan materi tentang topik yang dibahas.

b. Gambar

²³Khairunnisa., *Multimedia (Teori dan Aplikasi dalam Dunia Pendidikan)*. 89

²⁴Manurung, "Multimedia Interaktif Sebagai Media Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid 19."

Gambar adalah salinan dari suatu objek nyata atau hasil imajinasi yang dibuat. Gambar berfungsi untuk menjelaskan konsep dengan lebih jelas dan kompleks.

c. Audio

Audio adalah suara atau rekaman seperti nada atau efek suara dari video yang berfungsi untuk menyampaikan informasi tambahan tentang topik yang dibahas.

d. Video

Video adalah gerakan berupa animasi atau rekaman langsung. Sedangkan animasi yang berfungsi untuk menjelaskan suatu konsep dan seseorang mampu memahami suatu pembahasan. Animasi digunakan untuk menyampaikan informasi, skenario kegiatan, dan simulasi keterampilan sosial yang menarik.

e. Grafik

Grafik adalah media visual yang bisa dipakai untuk melakukan bimbingan, dengan menggunakan grafik lebih mudah untuk dibaca oleh siswa sesuai dengan intervensi yang dilakukan.²⁵ Jadi, kalau melihat elemen-elemen media, jelas bahwa media sangat berguna dalam proses bimbingan dan pembelajaran. Kehadirannya

²⁵Khairunnisa., *Multimedia (Teori dan Aplikasi dalam Dunia Pendidikan)*. 74

dapat membantu guru dan peserta didik untuk mencapai hasil belajar yang lebih efektif.

3. Manfaat Multimedia

Multimedia digunakan sebagai penunjang pada pelaksanaan bimbingan maupun pembelajaran. Aster dan Suyanto, menyatakan kegunaan multimedia yaitu:

a. Meningkatkan motivasi dan perhatian siswa

Multimedia adalah jembatan yang mengubah pelajaran atau bimbingan dari kewajiban yang membosankan justru menjadi pengalaman yang menarik. Rasa ingin tahu siswa meningkat dan mempertahankan perhatiannya.

b. Pembelajaran lebih menarik bagi siswa

Pembelajaran menjadi menarik bagi siswa karena perpaduan media yang bervariasi dalam menyajikan materi dalam bentuk teks, gambar, suara, dan video, sehingga siswa tidak bosan.

c. Meningkatkan hasil pembelajaran dan mempersingkat waktu penyajian materi.²⁶

²⁶Suryandaru, "Penerapan Multimedia Dalam Pembelajaran yang Efektif." 22

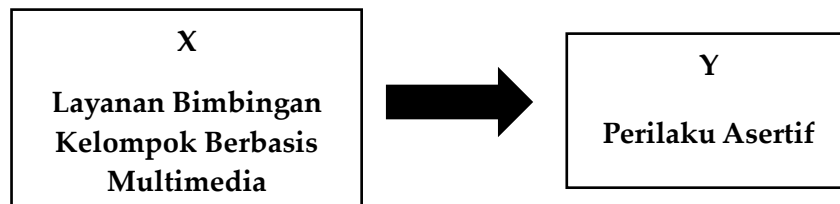
Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa manfaat dari multimedia sangat berpengaruh terhadap peningkatan motivasi siswa untuk mengerti setiap materi yang dijelaskan dan siswa lebih tertarik dengan media yang bervariasi.

D. Kerangka Berpikir

Sebagai dasar penelitian, kerangka berpikir dibangun dari perpaduan antara teori, fakta di lapangan, serta hasil observasi, yang kemudian dijadikan sebagai acuan pelaksanaan penelitian. Bagi Sugiyono, kerangka berpikir pada dasarnya merupakan gambaran mengenai keterkaitan antara teori dengan berbagai aspek yang menjadi fokus kajian.²⁷ Penelitian ini berangkat dari gagasan bahwa perilaku asertif menunjukkan sejauh mana seseorang mampu mengungkapkan perasaan dan pandangannya dengan jujur tanpa menyakiti pihak lain. Namun, pada praktiknya tidak semua individu memiliki kemampuan tersebut sebagai sikap pasif dan agresif dalam bersosialisasi. Maka dari itu, layanan bimbingan kelompok berbasis multimedia dapat berpengaruh terhadap perilaku asertif siswa di SMPN 1 Mengkendek.

Merujuk pada penjelasan di atas, penulis mengembangkan kerangka berpikir untuk mengkaji pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif siswa, sebagai berikut:

²⁷Syahputri, Fallenia, dan Syafitri, "Kerangka Berpikir Penelitian Kuantitatif." 56



Keterangan :

Variabel X: Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Multimedia

Variabel Y : Perilaku Asertif

E. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah disusun, hipotesis merupakan dugaan sementara yang diajukan sebagai jawaban terhadap rumusan masalah. Variabel independent yaitu layanan bimbingan kelompok berbasis multimedia akan memberikan kontribusi terhadap variable dependen yaitu perilaku asertif siswa. Adapun hipotesis yang muncul meliputi:

H1 :Terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok berbasis multimedia terhadap perilaku asertif siswa.

H0 :Tidak terdapat layanan pengaruh bimbingan kelompok berbasis multimedia terhadap perilaku asertif.