

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Hakikat manusia adalah sebagai makhluk sosial, oleh karena itu setiap manusia tidak lepas dari kontak sosialnya dengan masyarakat, dalam pergaulannya dengan individu dengan individu yang lain. Sebagai makhluk sosial manusia memiliki kebutuhan, kemampuan serta kebiasaan untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan manusia yang lain. Menurut Supratiknya (1995:9) berkomunikasi merupakan suatu keharusan bagi manusia, manusia membutuhkan dan senantiasa berusaha menjalin komunikasi atau hubungan dengan sesamanya. Selain itu, ada sejumlah kebutuhan didalam diri manusia yang hanya dapat dipuaskan lewat komunikasi dengan sesamanya. Oleh karena itu, betapa pentingnya kemampuan komunikasi bagi setiap individu agar dapat menjalin hubungan baik dengan sesamanya, agar tidak terjadi kesalahpahaman serta tidak terisolir dilingkungannya.

Secara luas komunikasi adalah setiap bentuk tingkah laku seseorang baik secara verbal maupun nonverbal yang ditanggapi oleh orang lain. Menurut Johnson (Supratiknya, 1995:30) setiap bentuk tingkah laku mengungkapkan pesan tertentu, sehingga juga merupakan sebarang

komunikasi. Dalam hubungan interpersonal ditentukan oleh kemampuan individu untuk mengkomunikasikan secara jelas apa yang ingin disampaikan, menciptakan kesan yang diinginkan, atau mempengaruhi orang lain sesuai dengan yang dikehendaki.

Salah satu tugas perkembangan remaja adalah mencapai hubungan baru dan lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita, maksudnya adalah remaja dapat berinteraksi secara sosial, dengan membina persahabatan maupun pertemanan dengan teman sebaya secara harmonis, baik dengan pria maupun dengan wanita. Siswa sebagai remaja atau individu dan makhluk sosial hendaknya memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik.

Kemampuan komunikasi interpersonal erat kaitannya dengan kepercayaan diri seseorang. Menurut Lauser (Rakhmat, 2005:47) Seseorang yang kurang percaya diri cenderung menghindari situasi komunikasi karena merasa takut disalahkan atau direndahkan, merasa malu jika tampil dihadapan orang banyak, merasa gugup, cemas dalam mengemukakan gagasannya dan selalu membandingkan dirinya dengan orang lain. Artinya, seseorang yang kurang percaya diri cenderung memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah yaitu tidak mampu, tidak berani untuk mengkomunikasikan yang ingin dikomunikasikan.

Hal ini sejalan dengan Johnson (Supratiknya, 1995:9) yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal memiliki peranan dalam rangka

menciptakan kebahagiaan hidup manusia. Artinya, seseorang atau individu yang mampu berkomunikasi, dalam hal ini komunikasi interpersonal yaitu berkomunikasi dengan melibatkan interaksi dengan dua orang atau lebih dapat menciptakan kebahagiaan hidupnya karena terhindar dari perasaan cemas, gugup, takut untuk mengemukakan gagasannya dengan orang lain atau untuk melakukan interaksi lainnya dengan orang lain.

Sebagian waktu siswa dihabiskan di sekolah, dari pagi hingga pulang sekolah yaitu menjelang sore. Siswa melakukan interaksi sosial dengan teman, guru, dan warga sekolah lainnya. Dalam berinteraksi, diperlukan kemampuan komunikasi interpersonal yang baik. Begitu pula dalam proses pembelajaran, kemampuan komunikasi interpersonal sangat diperlukan. Individu atau siswa yang memiliki komunikasi yang baik dapat mengungkapkan pendapat dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut sehingga berkomunikasi dengan orang lain akan lancar. Begitu juga dalam proses pembelajaran siswa tidak merasa cemas, takut, malu, menghindar apabila diminta untuk mengemukakan pendapat tentang materi yang sedang dipelajari, mempresentasikan, atau bahkan berani bertanya tentang hal yang belum dimengerti kepada guru atau temannya. Sebaliknya individu yang memiliki kemampuan komunikasi yang rendah cenderung kurang yakin pada diri sendiri, sukar mengadakan komunikasi dengan orang lain, menghindari situasi komunikasi dan tidak bebas mengemukakan masalah atau hal yang ingin dikemukakan bahkan selalu membanding-bandingkan dirinya dengan temannya yang lain.

Kemampuan komunikasi interpersonal siswa ini menjadi sangat penting karena dalam bergaul atau berinteraksi dengan teman sebayanya, siswa seringkali dihadapkan dengan hal-hal yang membuatnya harus mampu menyatakan pendapat pribadinya tanpa disertai emosi, marah atau sikap kasar. Siswa yang memiliki komunikasi interpersonal yang baik akan mudah bersosialisasi dan lancar. Selain itu juga dalam proses pembelajaran siswa dapat memperoleh pemahaman yang baik dari guru dan sumber belajar di sekolah sehingga akan berpengaruh baik pada hasil belajar siswa.

Berdasarkan penelitian pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Kalianda dengan wawancara pada guru BK di sekolah, beberapa perilaku siswa kelas VIII yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah, yaitu: terdapat siswa cemas dalam mengemukakan jawaban padahal memiliki jawaban yang tepat seperti dalam proses pembelajaran guru memberikan pertanyaan yang sebenarnya mampu untuk dijawab namun siswa menahan dirinya untuk menjawab, terdapat siswa yang memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak” atau “menolak” untuk hal yang tidak disukai seperti menolak untuk tidak menyontek tugas yang telah dikerjakan dengan usaha sendiri, terdapat siswa yang hanya diam malu, dan ragu-ragu ketika diberi kesempatan untuk berbicara hal ini terlihat saat diskusi dalam proses pembelajaran di kelas siswa hanya diam, takut untuk berbicara, juga ada yang terlihat gugup saat berbicara didepan kelas. Hal-hal tersebut menunjukkan adanya masalah siswa dalam berkomunikasi.

Salah satu tugas guru BK adalah membantu siswa dalam mengembangkan potensi secara optimal. Peran guru BK sangat penting untuk memberikan rancangan layanan bimbingan bagi siswa yang memerlukannya, baik layanan individual maupun kelompok sesuai kebutuhan siswa.

Dalam hal ini guru BK dapat memberikan layanan bimbingan kelompok dan menggunakan teknik-teknik dalam konseling, salah satunya yaitu teknik *assertive training*. Menurut Walter (Purwanta, 2012:165) latihan asertif (*assertive training*) adalah prosedur perubahan perilaku yang mengajarkan, membimbing, melatih dan mendorong klien untuk menyatakan dan berperilaku tegas dalam situasi tertentu. Menurut Corey (2009:214) latihan asertif bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Latihan asertif dirancang untuk membimbing manusia menyatakan, merasa dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri dan untuk mengekspresikan perasaannya secara bebas.

Saat berkomunikasi diperlukan sikap yang dapat mengomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain yang disebut sikap asertif. Sikap dan perilaku asertif sangat berpengaruh dalam membina hubungan baik dengan orang lain, sehingga dapat menambah pengetahuan yang mungkin belum diketahui yang dapat

menunjang prestasi akademik maupun non akademik dan bermanfaat bagi hubungan sosial.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Peningkatan Komunikasi Interpersonal dengan Teknik *Assertive Training* pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kalianda Tahun Pelajaran 2014/2015”. Sehingga diharapkan secara optimal siswa dapat mengalami perubahan dan mencapai peningkatan yang positif setelah mengikuti kegiatan *assertive training*.

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang terlihat malu dalam menyampaikan pendapat.
2. Terdapat siswa yang ragu-ragu dalam menyampaikan pendapat.
3. Terdapat siswa yang takut dalam menyampaikan pendapat.
4. Terdapat siswa yang hanya diam saja saat diberi kesempatan berbicara pada saat proses pembelajaran.
5. Terdapat siswa yang sulit mengatakan “tidak”, tidak bisa “menolak”, seperti mengatakan pendapat yang tidak sesuai dengan dirinya.
6. Terdapat siswa yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan darinya.

3. Batasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi hanya mengkaji tentang

“Peningkatan komunikasi interpersonal dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kalianda Tahun Pelajaran 2014/2015”.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi dan pembatasan masalah diatas maka masalah dalam penelitian ini adalah: rendahnya komunikasi interpersonal siswa. Maka permasalahannya dapat dirumuskan sebagai berikut: ”Apakah terjadi peningkatan komunikasi interpersonal siswa dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kalianda?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan komunikasi interpersonal siswa dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kalianda tahun pelajaran 2014/2015.

2. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

a. Manfaat teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya bidang keilmuan bimbingan dan konseling tentang penggunaan teknik *assertive training* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal siswa.

b. Manfaat praktis

1. Siswa dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dengan teknik *assertive training*
2. Menambah pengetahuan guru bimbingan dan konseling dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan pendekatan konseling terkait dengan peningkatan komunikasi interpersonal siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, sebagai bekal untuk meningkatkan pengetahuan serta menambah wawasan agar nantinya dapat melaksanakan tugas sebaik- baiknya.

C. Ruang lingkup penelitian

Dalam hal ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang lingkup ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling.

2. Ruang lingkup objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal dengan teknik *assertive training* .

3. Ruang lingkup subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kalianda Tahun Pelajaran 2014/2015 yang kemampuan komunikasi interpersonalnya rendah.

4. Ruang lingkup wilayah

Ruang lingkup wilayah dalam penelitian ini adalah SMP Negeri 1 Kalianda.

5. Ruang lingkup waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilakukan pada semester genap tahun pelajaran 2014/2015.

D. Kerangka Pikir

Menurut Sekaran (Sugiyono, 2012:60), kerangka berfikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan siswa dalam komunikasi interpersonal.

Terdapat beberapa kebutuhan-kebutuhan dalam diri manusia atau individu yang hanya bisa dipenuhi melalui komunikasi. Individu memerlukan kemampuan komunikasi yang baik, salah satu bentuk komunikasi yaitu komunikasi interpersonal. Apabila individu memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik maka mengungkapkan pendapat dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut sehingga berkomunikasi dengan orang lain akan lancar. Artinya, individu yang memiliki kemampuan

komunikasi interpersonal yang baik memiliki rasa percaya diri sehingga tidak takut untuk mengungkapkan ide, gagasan, perasaan sesuai dengan apa yang dirasakan, pikirkan.

Alvonco (2014:13) menjelaskan:

komunikasi interpersonal atau antarpribadi adalah komunikasi tatap muka yang melibatkan dua orang dalam situasi tertentu. Komunikasi bersifat dialogis. Komunikator menerjemahkan isi pikirannya menjadi suatu lambang/symbol yang dapat dimengerti (pesan, lalu menyampaikan kepada komunikasi, dan komunikasi menerjemahkan pesan yang diterimanya menjadi bahasa yang dapat dimengerti olehnya.

Alvonco (2014:112) juga menjelaskan bahwa dalam berkomunikasi interpersonal diperlukan sikap asertif atau tegas berarti mampu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, atau keyakinan secara terbuka dan jujur dengan cara yang dapat diterima oleh orang lain. Seorang yang asertif akan berani menyampaikan pendapat atau isi pikirannya tanpa ada kekhawatiran bahwa apa yang ia sampaikan tidak akan diterima oleh orang lain atau akan direndahkan oleh orang lain atau menimbulkan pertentangan/permusuhan berkepanjangan. artinya, siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang baik dapat membantu siswa lebih percaya diri, tidak takut untuk mengemukakan pendapat, sehingga dapat membantu siswa mengembangkan potensinya dan juga memiliki hubungan sosial yang baik pula. Namun sebaliknya, siswa yang memiliki komunikasi interpersonal yang rendah akan cenderung tidak percaya diri, cemas, selalu mengalah, dan dikhawatirkan akan terjadi masalah yang lebih kompleks.

Oleh karena itu, peneliti disini berupaya untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa. Dalam hal ini, Prayitno (1994) menjelaskan bimbingan dan konseling sangat berperan dalam membantu meningkatkan perkembangan peserta didik di sekolah baik dalam bidang pribadi, sosial, belajar, dan karier.

Bimbingan dan konseling memiliki berbagai layanan untuk mengoptimalkan perkembangan siswa dan membantu siswa memecahkan masalahnya, salah satunya adalah komunikasi interpersonal yang rendah, diantaranya layanan orientasi, informasi, penempatan dan penyaluran, konseling individu, konseling kelompok, bimbingan kelompok, konsultasi, dan mediasi.

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi siswa, kebutuhan siswa, maka peneliti memilih menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *assertive training* yang didalamnya terdapat permainan peran (*role playing*). Seperti yang diungkapkan Corey (2009:215) bahwa :

assertive training (latihan asertif) merupakan penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu-individu dalam mengembangkan cara-cara berhubungan yang lebih langsung dalam situasi-situasi interpersonal. Fokusnya adalah mempraktekkan melalui permainan peran, kecakapan-kecakapan bergaul yang baru diperoleh sehingga individu-individu diharapkan mampu mengatasi ketakmadaaiannya dan belajar mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu.

Sehingga siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah akan dilatih untuk mengungkapkan atau menegaskan perasaan-

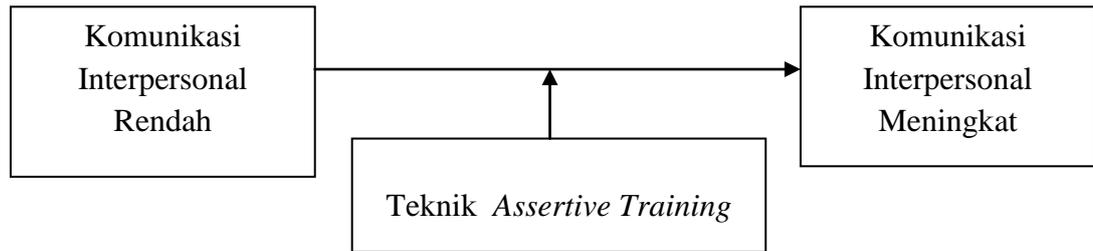
perasaan dan pikiran-pikiran mereka dengan lebih terbuka tanpa khawatir orang lain akan menolak atau menilai rendah. Fauzan (2010) menjelaskan beberapa tujuan *assertive training* yaitu :

- a. Mengajarkan individu untuk menyatakan diri mereka dalam suatu cara sehingga memantulkan kepekaan kepada perasaan dan hak-hak orang lain;
- b. Meningkatkan keterampilan behavioralnya sehingga mereka bisa menentukan pilihan apakah pada situasi tertentu perlu berperilaku seperti apa yang diinginkan atau tidak;
- c. Meningkatkan kemampuan individu untuk menyatakan dan mengekspresikan dirinya dengan baik dalam berbagai situasi sosial;
- d. Menghindari kesalahpahaman dari pihak lawan komunikasi.

Dari penjelasan tersebut, dapat dikatakan bahwa teknik *assertive training* merupakan latihan yang diberikan dengan melatih siswa untuk berani, percaya diri dalam menegaskan apa yang dirasakan dan apa yang dipikirkan sehingga siswa memiliki kemampuan interpersonal yang baik.

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel *independen* (teknik *assertive training*) dan variabel *dependen* (komunikasi interpersonal). Kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa rendahnya komunikasi interpersonal siswa diharapkan dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training*.

Atas dasar konsep tersebut, maka kerangka pikir dalam penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1.1. Alur kerangka pikir

Berdasarkan gambar kerangka pikir tersebut siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal rendah akan diberikan perlakuan berupa latihan asertif (*assertive training*) sehingga diharapkan setelah diberi perlakuan tersebut, maka siswa akan memperoleh perubahan yaitu berupa peningkatan dalam kemampuan komunikasi interpersonalnya.

E. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2012:64) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah kemampuan komunikasi interpersonal dapat ditingkatkan dengan teknik *assertive training* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kalianda tahun pelajaran 2014/2015.

Berdasarkan hipotesis penelitian tersebut, maka hipotesis statistik yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- H_a : Terdapat peningkatan yang signifikan terhadap komunikasi interpersonal pada siswa kelompok eksperimen setelah pemberian teknik *assertive training* dibandingkan pada siswa kelompok kontrol tanpa pemberian teknik *assertive training*.
- H_0 : Tidak terdapat peningkatan yang signifikan terhadap komunikasi interpersonal pada siswa kelompok eksperimen setelah pemberian teknik *assertive training* dibandingkan pada siswa kelompok kontrol tanpa pemberian teknik *assertive training*.