

Pendahuluan

Pada kurikulum berbasis kompetensi siswa dituntut untuk aktif pada saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Dalam hal ini siswa tidak lagi dituntut untuk terpaku pada buku atau sekedar mendengarkan saja ketika guru sedang menjelaskan suatu materi pelajaran. Melainkan siswa dituntut untuk lebih aktif berbicara saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Keaktifan siswa dalam kegiatan belajar mengajar ini dapat ditunjukkan melalui seringnya siswa dalam mengajukan pertanyaan pada guru atau berpendapat di kelas ketika guru menjelaskan materi pada siswa. Namun pada kenyataannya masih banyak siswa yang kurang berani bertanya atau berpendapat saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.

Menurut Ribowo, B. (2006) penggunaan keberanian bertanya secara tepat adalah untuk mencapai tujuan yang diharapkan dalam suatu proses belajar mengajar di kelas, yaitu membangkitkan minat dan rasa ingin tahu siswa terhadap suatu pokok bahasan, memusatkan perhatian siswa terhadap suatu pokok bahasan atau konsep, mendiagnosis kesulitan-kesulitan khusus yang menghambat siswa belajar, memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengkritisi suatu informasi yang ia dapatkan, mendorong siswa mengemukakan pendapatnya dalam diskusi, menguji dan mengukur hasil belajar siswa. Pentingnya siswa bertanya di kelas juga untuk mendorong terjadinya interaksi antar siswa agar siswa lebih terlibat secara pribadi dan lebih bertanggung jawab terhadap

pertanyaan yang diajukan. Dalam hal ini bertujuan agar menciptakan sistem pembelajaran *Student Centre Learning*, dimana siswa yang aktif di dalam kelas sedangkan guru menjadi fasilitator, bukan pemegang kekuasaan penuh atas kelas.

Sedangkan Parera (1993:15) mengatakan bahwa bertanya adalah untuk memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti atau belum dipahami. Dari kedua pendapat tersebut dapat diketahui mengenai sebab-sebab dan keuntungan bertanya, dapat dipahami bahwa bertanya merupakan hal yang sangat positif dan menguntungkan bagi siswa. Keuntungan tersebut yaitu siswa menjadi lebih mudah untuk dapat memahami secara lebih mendalam tentang pelajaran-pelajaran yang kurang jelas bagi dirinya. Perlu juga diketahui bahwa

kegiatan bertanya juga membutuhkan keberanian untuk melakukannya. Oleh karena itu keberanian siswa dalam bertanya pada guru harus segera dilatih supaya lebih berani.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMP Negeri I Babat Lamongan pada tanggal 19 Februari 2012 menunjukkan dari 30 siswa, terdapat 6 siswa yang mengalami masalah dalam hal keberanian bertanya. Dari keterangan guru BK, masih ada siswa yang terkesan kurang berani dalam bertanya. Hal tersebut dapat dilihat ketika guru memberikan kesempatan untuk bertanya, siswa tersebut hanya diam saja, menunduk, atau hanya sekedar menjawab "Tidak ada". Padahal, maksud guru memberikan kesempatan bertanya adalah untuk mengetahui sejauh mana pemahaman

siswa terhadap materi yang sudah disampaikan. Selain itu dengan bertanya siswa dapat mendalami pelajaran yang belum jelas bagi dirinya.

Untuk meningkatkan keberanian bertanya diperlukan sikap asertif. Sikap asertif adalah ekspresi yang langsung, jujur, dan pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan, atau hak-hak tanpa kecemasan yang beralasan. Disamping itu perilaku asertif merupakan perilaku yang bertujuan mengungkapkan perasaan tentang kompetensi interpersonal dan kemampuan untuk mengekspresikan hak/ kepentingan pribadi. Orang yang bertindak tidak asertif dapat menjadi pasif dan orang yang bertindak tidak asertif bisa menjadi agresif, karena sikap yang tidak asertif dapat menjadikan kurang bisa mengkomunikasikan perasaan yang

ingin diutarakan. Siswa yang mengalami permasalahan dalam berperilaku asertif ini akan menghambat pada perkembangan psikis dan sosialnya, siswa yang mengalami ketakutan dalam bertanya, berpendapat sesuai dengan apa yang diinginkannya atau berperilaku asertif ini akan sangat mengganggu karena perilakunya tidak sesuai dengan apa yang diinginkan atau melakukan dengan terpaksa. Ini membuat segalanya menjadi tidak nyaman karena adanya ketidaksesuaian antara apa yang diinginkan dengan perilaku yang nyata.

Dalam hal ini sikap yang menunjukkan keberanian untuk bertanya belum tampak pada siswa kelas VIII-E di SMP Negeri I Babat. Berdasarkan respon siswa yang terlihat diam, menunduk atau hanya

sekedar menjawab “ Tidak ada”, ketika guru memberikan kesempatan bertanya. Padahal mereka sebenarnya juga belum begitu mengerti tentang materi yang disampaikan oleh guru, namun mereka tidak berani untuk bertanya. Sebagian dari mereka juga mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi terhadap suatu hal yang belum mereka mengerti, mereka memiliki banyak pertanyaan yang muncul dalam benak mereka, namun mereka tidak berani mengungkapkannya. Hal ini dilatarbelakangi oleh beberapa hal antara lain yaitu rasa takut siswa terhadap gurunya, takut ditertawakan oleh oleh teman-temannya, takut kalau pertanyaan yang diajukan itu salah atau tidak sesuai dengan materi yang diajarkan, perasaan malu, dan sebagainya. Namun dalam hal ini juga terdapat beberapa siswa yang memang tidak mempunyai minat

untuk bertanya. Hal ini menunjukkan bahwa siswa tersebut kurang asertif, karena mereka tidak dapat mengungkapkan apa yang ada dipikirannya secara langsung dalam bentuk bertanya pada guru. Mereka cenderung memendam pertanyaan-pertanyaan yang sudah ada dibenaknya dan tidak berani untuk mengungkapkannya.

Permasalahan ini sebaiknya perlu segera ditangani oleh guru mata pelajaran yang mengajar di kelas tersebut, karena guru mata pelajaranlah yang berhubungan langsung dengan siswa saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Namun, karena pada kenyataannya guru mata pelajaran tidak melakukan tindakan apapun untuk mengatasi permasalahan ini, maka konselor harus turun tangan untuk membantu mengatasi permasalahan ini. Karena

jika masalah ini tidak segera ditangani oleh konselor siswa dapat mengalami hambatan untuk memahami secara lebih dalam tentang pelajaran-pelajaran yang dirasa kurang jelas bagi siswa, yang pada akhirnya akan merugikan diri mereka sendiri yaitu mereka tidak dapat memahami materi sehingga dapat berpengaruh pada hasil belajar siswa nantinya.

Salah satu layanan dalam Bimbingan dan Konseling yang dapat digunakan untuk membantu meningkatkan keberanian siswa dalam bertanya di kelas yaitu dengan memberikan konseling dengan teknik latihan asertif. Latihan asertif merupakan latihan keterampilan sosial yang diberikan pada individu yang diganggu kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, terlalu lemah, membiarkan

orang lain merongrong dirinya, tidak mampu mengekspresikan amarahnya dengan benar dan cepat tersinggung.

Menurut Setyafi (2009), asertif itu sendiri berarti kemampuan untuk mengekspresikan/mengungkapkan perasaan, pendapat, keinginan dan kebutuhan secara langsung, terbuka serta terus terang dengan tetap menghargai perasaan dan hak-hak orang lain. Sehingga dapat dikatakan jika sikap asertif ini terletak diantara submisif dengan agresif. Oleh karena itu perilaku asertif biasanya terdiri dari beberapa tingkat agresif tetapi juga mengandung unsur ramah, kasih sayang, dan berbagai macam ketidakcemasan pikiran yang memicu tingkah laku kecemasan. Sehingga dapat dipahami pelatihan asertif merupakan suatu teknik pemberian ijin seseorang untuk belajar menyatakan perilaku yang

sesuai dan efektif, dimana sebelumnya dilarang oleh kecemasan atau pengetahuan yang salah atau suatu teknik yang digunakan untuk melatih individu bersikap asertif.

Corey, (1995: 87) menyatakan bahwa asumsi dasar dari pelatihan asertifitas adalah bahwa setiap orang mempunyai hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain dengan tetap menghormati dan menghargai hak-hak orang tersebut.

Dengan memberikan latihan asertif kepada siswa, siswa diharapkan dapat meningkatkan keberanian bertanya di dalam kelas. Dalam hal ini siswa dibantu agar dapat menuangkan ide, pendapat, serta rasa ingin tahu mereka dengan bertanya kepada guru saat berlangsungnya kegiatan belajar

mengajar di kelas tanpa adanya pikiran-pikiran negatif yang selama ini menghambat mereka untuk bertanya pada guru. Siswa dibantu agar berani bertanya dan yakin dengan pertanyaan yang diajukan.

Oleh karenanya penelitian ini dimaksudkan untuk menguji penerapan latihan asertif untuk meningkatkan keberanian bertanya pada siswa kelas VIII-E di SMP Negeri 1 Babat Lamongan.

Ringkasan Teoritik

1. Keberanian Bertanya

Keberanian adalah sikap-sikap yang ada pada siswa sebagai bagian dari individu. Keberanian juga diperlukan siswa untuk bertanya tentang hal-hal yang tidak diketahui kepada guru sekaligus untuk memperoleh nilai partisipasi di kelas khususnya dalam partisipasi bertanya. Sikap

yang menunjukkan keberanian, misalnya berani untuk maju mencoba meminta keterangan dan memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti.

Menurut Moeliono, dkk (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 1995:105) pengertian keberanian adalah keadaan (sifat-sifat) berani: kegagahan mempunyai hati yang mantap dan rasa percaya diri yang besar dalam menghadapi bahaya, kesulitan dsb: tidak tahu (gentar, kecut). Sedangkan lebih lanjut menurut Contesa Diane (dalam Masrur MH.2000) berpendapat bahwa keberanian adalah kemenangan dan kemauan yang akan menghadapi rasa takut dan untuk diubah menjadi berani. Menurut May (1976:3) keberanian juga

dapat diartikan sebagai pondasi yang mendasari dan memberi realitas pada semua kebajikan dan nilai-nilai pribadi.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa keberanian adalah pondasi yang ada pada setiap individu yang ditunjukkan dengan adanya kemauan untuk maju, memiliki rasa percaya diri, dan memiliki kemampuan untuk mengatasi rasa takut. Orang yang memiliki keberanian adalah orang yang mempunyai kemauan yang untuk menghadapi rasa takut dan diubah menjadi berani. Hal ini akan memberi realitas pada semua kebajikan dan nilai-nilai pribadi yang dimiliki serta keberanian yang ditunjukkan dengan kemauan bertindak.

Dalam penelitian ini, keberanian akan dikaitkan dengan

bertanya. Bertanya yang dilakukan siswa di kelas sangat membutuhkan keberanian, karena tanpa keberanian kegiatan bertanya pada guru di kelas sangat mengalami hambatan. Adapun pengertian bertanya menurut Moeliono,dkk (dalam kamus besar bahasa Indonesia,1990:901) adalah meminta keterangan (penjelasan dsb): meminta supaya diberitahu (tentang sesuatu), kalau tidak tahu. Selain itu bertanya adalah untuk memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti atau belum dipahami.

Dapat disimpulkan bahwa bertanya adalah suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk meminta keterangan dan untuk memperoleh jawaban yang lebih

jelas atas sesuatu yang belum dimengerti atau belum dipahami.

Dari kedua kesimpulan tentang pengertian keberanian dan pengertian bertanya dapat diartikan bahwa keberanian bertanya adalah keadaan atau sifat-sifat yang ada pada setiap individu yang ditunjukan dengan adanya kemampuan untuk maju mencoba dengan rasa percaya diri dan mampu untuk mengatasi rasa takut ketika meminta keterangan dan memperoleh jawaban yang jelas atas sesuatu yang belum dipahami.

Menurut King (2007), indikator yang mempengaruhi keberanian untuk bertanya adalah:

- a. Berani untuk menatap wajah orang yang ditanyai.
- b. Memiliki rasa percaya diri untuk memulai bertanya pada

orang lain (mendahului dengan beberapa tindakan, misalnya mengacungkan tangan)

- c. Memiliki keberanian untuk mencoba meminta keterangan dan memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti (mencoba menanyakan secara langsung, misalnya maju ke depan langsung untuk menanyakan kepada guru)
- d. Memiliki kemampuan untuk meminta keterangan dan memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti (memiliki kemampuan dari pengetahuan dan pengalaman secara nyata, misalnya sudah mengetahui

tata cara/ etika ketika akan bertanya)

Menurut Masrur (2000), hal-

hal yang mempengaruhi keberanian adalah :

- a. Memiliki tekad dan kemauan untuk mengambil resiko (dicela, mendapat ejekan, penolakan)
- b. Tidak memiliki perasaan gemetar, jantung berdebar, malu dan cemas.
- c. Tidak membesar-besarkan masalah yang kecil
- d. Memiliki pikiran yang positif
- e. Menghargai diri sendiri
- f. Memiliki rasa keyakinan yang kuat
- g. Memiliki kemauan untuk bertindak dan berbuat
- h. Memiliki sikap percaya diri sendiri

- i. Memiliki kemauan untuk mencoba

2. Latihan Asertif

Alberti dan Emon (dalam Nursalim 2005:126) menyatakan bahwa perilaku asertif mengembangkan perasaan hak dalam hubungan manusia yang memungkinkan individu untuk bertindak bebas tanpa merasa cemas, untuk mengekspresikan perasaan dengan tenang dan jujur untuk menggunakan hak pribadi tanpa mengganggu hak orang lain.

Latihan asertif merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan perilaku yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien. Menurut Corey (2007) perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur, dan pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan, atau

hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan. Langsung artinya pernyataan tersebut dapat dinyatakan tanpa berbelit-belit dan dapat terfokus dengan benar. Jujur berarti pernyataan dan gerak-geriknya sesuai dengan apa yang diarahkannya. Sedangkan pada tempatnya berarti perilaku tersebut juga memperhitungkan hak-hak dan perasaan orang lain serta tidak melulu mementingkan dirinya sendiri.

Merujuk pada berbagai pengertian di atas, maka latihan asertif merupakan salah satu strategi bantuan dari pendekatan terapi perilaku yang digunakan atau direkomendasikan untuk mengurangi dan menghilangkan gangguan kecemasan serta meningkatkan kemampuan interpersonal individu. Latihan asertif merupakan suatu

strategi konseling dalam pendekatan perilaku yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien. Sikap asertif mempengaruhi banyak segi kehidupan. Orang yang asertif cenderung memiliki konflik yang lebih sedikit dengan orang lain, artinya stres dalam hidup mereka berkurang. Mereka mendapatkan apa yang mereka inginkan dan juga menolong orang lain untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Dengan memiliki hubungan yang saling mendukung, orang yang asertif memiliki orang-orang yang dapat ia andalkan. Hal ini menjauhkan mereka dari stres sehingga tubuh dan jiwa mereka juga menjadi lebih sehat.

Corey (2007:217) menyatakan bahwa latihan asertif dapat membantu bagi orang-orang

yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, mereka yang menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan, mereka yang kesulitan mengatakan tidak, mengalami kesulitan untuk mengungkapkan respon-respon positif lainnya dan mereka yang merasa tidak mempunyai hak untuk mengungkapkan pikiran secara bebas.

Lazarus (dalam Nursalim, 2005) tujuan latihan asertif adalah untuk mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respon-respon emosional dan mengeliminasi pemikiran. Tujuan latihan asertif yang dikemukakan oleh Surya (2003) adalah untuk melatih klien dalam mengekspresikan perilaku-perilaku

tertentu yang diharapkan melalui latihan bermain peran rehearsal atau latihan, dan serial *modelling* atau meniru model-model sosial.

Latihan asertif juga bertujuan untuk mengembangkan ekspresi perasaan baik positif maupun negatif dan perasaan-perasaan kontradiktif. Hal ini sesuai dengan pendapat Joice & Weill (dalam Nursalim, 2005) bahwa tujuan latihan asertif adalah sebagai berikut:

- a. mengembangkan ekspresi perasaan baik positif maupun negatif
- b. mengekspresikan perasaan-perasaan kontradiktif,
- c. mengembangkan perilaku atas dasar prakarsa sendiri

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan latihan asertif yaitu untuk membantu

mengoreksi perilaku yang tidak layak dengan mengubah respon-respon emosional dan mengeliminasi pemikiran yang irasional dengan respon-respon baru yang sesuai melalui ekspresi diri.

Tahapan Penerapan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Keberanian Bertanya Siswa

Corey (2003) menerangkan kelompok asertif ditandai dengan struktur yang mempunyai pimpinan, sistem terstrukturnya sebagai berikut:

Tahap I: Pembinaan Hubungan dan Rasionalisasi latihan asertif

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

- a. Konselor memperkenalkan diri pada konseli kemudian masing-masing siswa memperkenalkan diri.
- b. Mengadakan permainan kentang panas. Kentang panas merupakan

suatu permainan sambung kata yang menggunakan media bola kertas. Setiap konseli yang menerima atau menangkap bola kertas menyebutkan satu kata kemudian melemparkan ke anggota lain secara acak. Anggota yang mendapatkan bola kertas selanjutnya menyambung kata kemudian melempar lagi secara acak, begitu seterusnya. Permainan ini hanya untuk mencairkan suasana agar lebih akrab.

- c. Konselor menjelaskan tentang pengertian, tujuan, dan manfaat latihan asertif.
- d. Konselor menawarkan kepada konseli apakah mereka bersedia untuk melakukan latihan asertif, dan mereka bersedia melaksanakannya.

Tahap II: Identifikasi terhadap keadaan yang menimbulkan persoalan.

Konselor meminta kepada masing-masing konseli untuk menceritakan keadaan khusus yang menimbulkan permasalahan pada konseli yang menyebabkan mereka takut atau enggan untuk bertanya pada guru di kelas. Dalam hal ini konselor meminta konseli untuk menyebutkan hal-hal apa saja yang membuat konseli merasa takut untuk bertanya.

Tahap III :Membedakan perilaku tepat dan tidak tepat serta mengeksplorasi target.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

- a. Konselor meminta konseli untuk membedakan perilaku tepat serta tidak tepat yang diketahui oleh konseli.

- b. Setelah membedakan perilaku tepat dan tidak tepat selanjutnya konselor memberikan masukan tentang kedua perilaku tersebut serta menjelaskan perilaku yang seharusnya diubah melalui latihan asertif
- c. Konseli dengan bantuan konselor mengeksplorasi target perilaku yang diharapkan untuk mengganti perilaku yang salah.

Tahap IV :Bermain peran, umpan balik, serta memberikan contoh model perilaku yang lebih baik.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

1. Konseli bermain peran sesuai dengan permasalahan yang dihadapi.
- Dalam pelaksanaannya nanti konseli berperan sebagai seorang siswa yang ingin mengajukan pertanyaan pada gurunya. Hal ini

dilakukan oleh masing-masing konseli yang dilakukan secara bergantian.

2. Umpan balik secara verbal positif dan pemberian model perilaku yang lebih baik serta penguat dengan penghargaan.

Dalam hal ini konselor memberikan umpan balik secara positif dengan memberikan pujian pada konseli yang telah bersedia mempraktekkan latihan untuk berani bertanya kemudian konselor memberikan contoh tentang bagaimana tata cara bertanya yang baik.

Tahap V : Melaksanakan latihan dan praktek

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

- a. Konseli mendemonstrasikan perilaku yang tepat sesuai dengan target perilaku yang diharapkan.

Dalam hal ini konseli mengungkapkan bahwa perilaku yang tepat yaitu ketika mereka berani bertanya tanpa ada rasa takut dan gugup, tegas dalam mengungkapkan pertanyaannya, berani menatap wajah orang yang ditanya, serta tidak memiliki perasaan takut jika ditertawakan oleh teman-temannya. Sedangkan perilaku yang tidak tepat dalam bertanya yaitu jika mereka takut untuk mengacungkan tangan ketika ingin bertanya, gugup, tidak tegas dalam mengungkapkan pertanyaannya, serta takut untuk menatap wajah orang yang ditanya.

Dalam tahap ini konselor meminta konseli untuk mendemonstrasikan bagaimana tata cara serta berperilaku yang tepat saat bertanya.

Dalam hal ini konseli mempraktekkan tata cara bertanya dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Konseli mengacungkan tangan terlebih dahulu sebelum bertanya
 2. Konseli mengajukan pertanyaan yang ingin diajukan
 3. Konseli mengucapkan terima kasih setelah mengajukan pertanyaannya.
- b. Konselor kembali memberikan umpan balik dengan memberikan pujian pada konseli yang telah berlatih bertanya agar konseli dapat terus termotivasi untuk mengembangkan perilakunya.
- c. Konseli diberi kesempatan untuk mempraktekkan perilaku yang diinginkan tanpa bantuan konselor.

Tahap VI : Mengulang latihan

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

Konseli diberi kesempatan untuk mengulang kembali latihan yang telah dilakukan pada pertemuan sebelumnya, tujuannya yaitu agar konseli benar-benar mengerti dan memahami tentang perilaku yang diinginkan.

Tahap VII : Mengulang latihan dan memberikan tugas rumah

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

1. Konseli diberi kesempatan untuk mengulang kembali latihan yang telah dilakukan pada pertemuan sebelumnya, tujuannya yaitu agar konseli benar-benar mengerti dan mampu mempraktekkan keberanian bertanya dalam kehidupan nyata.

2. Selanjutnya konselor memberikan tugas rumah yaitu konseli harus mempraktekkan perilaku yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari baik di sekolah atau di rumah dan mencatat semua yang telah dilakukan.

Tahap VIII :Evaluasi dan memberi penguat

Kegiatan yang dilakukan dalam tahapan ini yaitu:

- a. Konselor memeriksa tugas rumah yang telah diberikan kepada konseli di rumah.
- b. Konselor memeriksa apakah perilaku yang diharapkan telah benar-benar berjalan dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Konselor menanyakan hambatan-hambatan yang mungkin dialami konseli pada waktu latihan.
- d. Konselor memberikan penguat yaitu dengan memberikan pujian

terhadap apa yang sudah dilakukan serta memberikan masukan kepada konseli agar terus melakukan latihan asertif.

- e. Konselor memberikan tambahan bahwa sikap asertif dapat dilatih secara berkala dan perubahan perilaku akan tampak dengan sendirinya.

Metode

Sesuai dengan judul penelitian “ Penerapan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Keberanian Bertanya Pada Siswa Di Kelas VIII-E SMP Negeri I Babat Lamongan”, maka dalam penelitian peneliti menggunakan jenis penelitian *pre eksperiment*. Bentuk rancangan *pre test* dan *post test* dalam satu kelompok. Dalam penelitian ini digunakan satu kelompok subyek saja tanpa kelompok pembanding. Langkah pertama yang dilakukan

adalah pengukuran (*pre-test*), kemudian dilakukan perlakuan dalam jangka waktu tertentu, yang selanjutnya diteruskan dengan pengukuran kembali (*post-test*) untuk melihat ada tidaknya peningkatan skor keberanian bertanya setelah diberi perlakuan.

Instrumen pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket keberanian bertanya. Angket ini digunakan untuk mengungkap tentang tinggi, sedang, rendah tentang keberanian bertanya.

Dalam penelitian ini data yang ingin diperoleh adalah data tentang keberanian bertanya siswa. Data tersebut dapat diperoleh melalui angket yang telah dipinjam dari peneliti Putri Diyanti (2011). Penyebab peneliti menggunakan angket tersebut adalah variabel dan indikator yang akan diteliti sama,

namun angket akan diuji kembali karena subyek dan tempat penelitian yang berbeda.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis Uji Wilcoxon yang merupakan penyempurnaan dari uji tanda.

Hasil Penelitian

Uji coba angket keberanian bertanya dilakukan pada tanggal 10 Juli 2012. Setelah dilakukan uji coba penyebaran angket keberanian bertanya, maka selanjutnya yaitu menghitung validitas dan reliabilitas angket keberanian bertanya.

Rumus yang digunakan dalam uji validitas adalah korelasi product moment yang dikemukakan oleh Karl Person dengan taraf signifikansi 5%. Dari hasil perhitungan validitas butir angket nomor 6 maka dapat diketahui bahwa untuk butir nomor 6

$r_{hitung} = 0,428$ yang kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} dengan subyek $N = 60$ taraf signifikan 5% batas penolakan sebesar 0,254 (tabel nilai product moment). Sehingga r_{hitung} lebih besar dari r_{tabel} ($0,428 > 0,254$), maka data angket implementasi strategi latihan asertif untuk meningkatkan keberanian bertanya siswa pada butir nomor 6 dapat dikatakan valid atau signifikan. Dari hasil perhitungan secara keseluruhan, dapat dijelaskan bahwa dari 36 butir soal terdapat 30 butir yang valid dan 6 butir yang tidak valid atau dinyatakan gugur. Adapun butir-butir yang valid terdiri dari butir 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, dan 35. Sedangkan untuk 6 butir yang dinyatakan tidak valid atau gugur yaitu nomor 1, 2, 3, 4, 5, dan 36.

Butir-butir yang tidak valid tersebut dihilangkan atau tidak dipakai lagi, karena semua indikator keberanian bertanya siswa telah terwakili oleh butir-butir yang valid.

Untuk mencari koefisien kolerasi dalam penelitian digunakan rumus Spearman Brown. Berdasarkan hasil perhitungan reliabilitas diperoleh r_{hitung} sebesar 0,779 kemudian dikonsultasikan dengan r_{tabel} dengan jumlah subyek $N = 60$ dengan taraf signifikan 5 % batas penolakan hipotesis nol (H_0) yaitu 0,254 (tabel nilai r *Product Moment*). Sehingga r_{hitung} lebih besar r_{tabel} ($0,779 > 0,254$), dapat disimpulkan bahwa instrumen angket keberanian bertanya siswa dalam implementasi latihan asertif untuk meningkatkan keberanian bertanya siswa di kelas VIII-E SMP Negeri I

Babat Lamongan yang disusun dalam penelitian ini dinyatakan reliabel.

Berdasarkan hasil uji coba angket keberanian bertanya juga dapat diketahui siswa yang terjaring menjadi subyek dalam penelitian. Dari hasil perhitungan skor angket keberanian bertanya diperoleh 6 siswa yang masuk dalam kategori kurang berani bertanya dan memperoleh skor yang rendah serta dari hasil *pre-test* ini menunjukkan kondisi awal sebelum responden mendapat perlakuan yaitu konseling kelompok dengan latihan asertif dapat dilihat sebelum perlakuan siswa berada pada kategori memiliki keberanian bertanya yang dikategorikan rendah.

Siswa yang memiliki skor keberanian rendah ini diberikan perlakuan berupa konseling dengan latihan asertif. Perlakuan latihan

asertif ini dilakukan 8 kali pertemuan dan berdasarkan hasil proses konseling latihan asertif terdapat peningkatan keberanian bertanya pada siswa-siswa tersebut. Berikut adalah hasil analisis individual siswa yang menjadi subyek penelitian:

1. ELD

Skor pre-test ELD adalah 89 termasuk kategori rendah. Berdasarkan angket pre-test indikasi keberanian bertanya di kelas diantaranya: takut ditertawakan teman ketika bertanya, sering memainkan jari dan benda-benda di sekitarnya untuk menghilangkan rasa nervous saat bertanya, merasa takut untuk memulai bertanya, ragu-ragu untuk memulai bertanya serta takut jika bahasa yang digunakan untuk bertanya itu salah. Perlakuan ditujukan untuk menurunkan indikasi-indikasi tersebut. Setelah

mendapatkan perlakuan strategi latihan asertif dalam konseling kelompok, skor *post-test* ELD sebesar 107 termasuk dalam kategori tinggi.

2. ZSAF

Skor pre-test ZSAF adalah 87 termasuk kategori rendah. Berdasarkan angket pre-test indikasi keberanian bertanya di kelas diantaranya: merasa takut untuk mengacungkan tangan ketika bertanya, gemetar ketika bertanya, sering memainkan jari dan benda-benda disekitarnya ketika bertanya, ragu-ragu untuk memulai bertanya, merasa malu ketika bertanya, belum mampu bersikap tenang ketika bertanya, serta merasa ragu saat memulai mengajukan pertanyaan. Perlakuan ditujukan untuk menurunkan indikasi-indikasi tersebut. Setelah mendapatkan

perlakuan strategi latihan asertif dalam konseling kelompok, skor post-test ZSAF sebesar 115 termasuk dalam kategori tinggi.

3. MFF

Skor pre-test MFF adalah 87 termasuk kategori rendah. Berdasarkan angket pre-test indikasi keberanian bertanya di kelas diantaranya: merasa tidak memiliki kemampuan yang sama dengan orang lain dalam hal bertanya, merasa takut mengacungkan tangan ketika bertanya, menundukkan kepala ketika bertanya, takut menatap lawan bicara ketika bertanya, takut menatap mata lawan bicara ketika bertanya, belum terbiasa bertanya tentang hal yang belum jelas baginya, serta lebih suka duduk saat bertanya. Perlakuan ditujukan untuk menurunkan indikasi-indikasi tersebut.

Setelah mendapatkan perlakuan strategi latihan asertif dalam konseling kelompok, skor post-test MFF sebesar 105 termasuk dalam kategori tinggi.

4. MS

Skor pre-test MS adalah 87 termasuk kategori rendah. Berdasarkan angket pre-test indikasi keberanian bertanya di kelas diantaranya: merasa belum memiliki kemampuan yang sama dengan orang lain dalam hal bertanya, gemetar ketika bertanya, takut bertanya tentang hal-hal yang belum jelas baginya, belum puas dengan kemampuannya untuk memperoleh keterangan yang jelas dengan bertanya, ragu-ragu untuk memulai bertanya, merasa malu ketika bertanya, lebih suka duduk ketika bertanya, serta merasa takut apabila bahasa yang digunakan untuk

bertanya kurang baik. Perlakuan ditujukan untuk menurunkan indikasi-indikasi tersebut. Setelah mendapatkan perlakuan strategi latihan asertif dalam konseling kelompok, skor post-test MS sebesar 110 termasuk dalam kategori tinggi.

5. FAI

Skor pre-test FAI adalah 86 termasuk kategori rendah. Berdasarkan angket pre-test indikasi keberanian bertanya di kelas diantaranya: takut untuk memulai bertanya lebih dahulu sebelum diminta untuk bertanya, sering memainkan jari dan benda-benda disekitarnya saat bertanya, merasa takut untuk bertanya sendiri atas hal-hal yang belum jelas baginya, belum puas dengan kemampuannya untuk memperoleh keterangan yang jelas dengan bertanya, merasa malu ketika bertanya, belum memiliki

kemampuan yang sama dengan orang lain dalam hal bertanya, belum mampu bersikap tenang ketika bertanya, ragu untuk memulai mengajukan pertanyaan, belum terbiasa untuk memperbaiki cara menyampaikan pertanyaan, serta lebih suka duduk daripada berdiri saat bertanya. Perlakuan ditujukan untuk menurunkan indikasi-indikasi tersebut. Setelah mendapatkan perlakuan strategi latihan asertif dalam konseling kelompok, skor *post-test* FAI sebesar 108 termasuk dalam kategori tinggi.

6. MAA

Skor pre-test MAA adalah 85 termasuk kategori rendah. Berdasarkan angket pre-test indikasi keberanian bertanya di kelas diantaranya: merasa takut untuk mengacungkan tangan ketika bertanya, gemetar ketika bertanya,

sering memainkan jari dan benda-benda disekitarnya ketika bertanya, ragu-ragu untuk memulai bertanya, merasa malu ketika bertanya, belum mampu bersikap tenang ketika bertanya, serta merasa ragu saat memulai mengajukan pertanyaan. Perlakuan ditujukan untuk menurunkan indikasi-indikasi tersebut. Setelah mendapatkan perlakuan strategi latihan asertif dalam konseling kelompok, skor post-test MAA sebesar 106 termasuk dalam kategori tinggi.

Peningkatan skor antara *pre test* dan *post test* menunjukkan adanya peningkatan keberanian bertanya pada siswa. Setelah data *pre test* dan *post test* terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data. metode yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan Uji

Wilcoxon. Berdasarkan tabel nilai kritis T untuk uji jenjang Wilcoxon dengan taraf signifikan 5 % dan N = 6 diperoleh $T_{tabel} = 2$ sehingga T_{hitung} lebih kecil T_{tabel} ($2 > 0$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu latihan asertif dapat meningkatkan keberanian bertanya pada siswa di kelas VIII-E SMP Negeri I Babat Lamongan.

Dalam penelitian ini, hal yang dianggap menakutkan adalah bertanya pada guru di kelas. Siswa kurang memiliki keberanian bertanya di kelas saat pelajaran, hal ini disebabkan oleh beberapa sebab dari diri siswa diantaranya adanya perasaan takut ditertawakan teman ketika bertanya, takut jika pertanyaan ditanyakan dianggap tidak berkaitan dengan pelajaran yang sedang diajarkan, takut kalau bahasa yang

digunakan untuk bertanya tidak baik, belum terbiasa untuk mengajukan pertanyaan di kelas, dan tidak tahu bagaimana cara bertanya yang cerdas. Indikator yang mempengaruhi keberanian untuk bertanya adalah :

- a. Berani untuk menatap wajah orang yang ditanyai.
- b. Memiliki rasa percaya diri untuk memulai bertanya pada orang lain (mendahului dengan beberapa tindakan, misalnya mengacungkan tangan)
- c. Memiliki keberanian untuk mencoba meminta keterangan dan memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti (mencoba menanyakan secara langsung, misalnya maju ke depan langsung untuk menanyakan kepada guru)

- d. Memiliki kemampuan untuk meminta keterangan dan memperoleh jawaban yang lebih jelas atas sesuatu yang belum dimengerti (memiliki kemampuan dari pengetahuan dan pengalaman secara nyata, misalnya sudah mengetahui tata cara/ etika ketika akan bertanya).

Dari hasil pembahasan yang telah disajikan diatas, maka dapat dibenarkan bahwa latihan asertif dapat digunakan untuk meningkatkan keberanian bertanya pada siswa kelas VIII-E SMP Negeri I Babat Lamongan. Seperti yang diungkapkan oleh Alberti (dalam Gunarsa 1992 : 216) latihan asertif adalah prosedur latihan yang diberikan kepada klien untuk melatih perilaku penyesuaian sosial melalui ekspresi diri dari perasaan, sikap, harapan, pendapat, dan haknya.

Dalam pelaksanaan latihan asertif, subjek penelitian (siswa) akan di latih sebagaimana menggunakan bahasa verbal yang baik dan menunjukkan bahwa berperilaku asertif, yaitu mengandung bentuk pesan dengan kontak mata, postur, berdiri, suara, ekspresi wajah, gerak isyarat tubuh, jarak fisik, waktu, kelancaran berbicara, mendengarkan. Setelah siswa mampu menunjukkan perilaku asertif secara non verbal dengan menolak menggelengkan kepala atau hanya menggerakkan tangan ketika menolak sesuatu hal, maka siswa dilatih secara verbal yaitu mengandung isi pesan (perasaan, fakta, pendapat, permintaan, keterbatasan).

Adapun langkah – langkah latihan asertif dapat dilaksanakan dengan 8 kali pertemuan. Hal

tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Pembinaan hubungan, rasionalisasi latihan asertif.
2. Identifikasi terhadap keadaan yang menimbulkan persoalan.
3. Membedakan perilaku tepat dan tidak tepat serta mengeksplorasi target.
4. Bermain peran, umpan balik.
5. Melaksanakan latihan dan praktek.
6. Mengulang latihan.
7. Memberikan tugas rumah.
8. Evaluasi dan memberikan penguat.

Dalam pelaksanaannya penelitian ini berjalan dengan lancar, karena pihak sekolah sangat terbuka, pihak guru BK dan mata pelajaran memberikan waktu dan izin dispensasi kepada subyek penelitian untuk mengikuti pelaksanaan

konseling kelompok dengan menggunakan strategi latihan asertif, subyek penelitian juga terlihat sangat antusias dengan kegiatan konseling yang diberikan oleh peneliti.

Kekurangan dari penelitian ini adalah hanya menggunakan metode pengumpulan data angket, untuk mencari data informasi perubahan tingkah laku siswa bisa menggunakan metode observasi, namun kendalanya adalah peneliti tidak mempunyai waktu yang intens untuk mengobservasi perilaku sehari-hari subyek penelitian di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat menjadi implikasi bagi konselor sekolah dalam membuat program bidang pribadi sosial dengan layanan konseling kelompok dengan latihan asertif untuk meningkatkan keberanian bertanya siswa.

Simpulan dan Saran

a. Simpulan

Berdasarkan analisis dengan menggunakan statistik nonparametrik dengan uji wilcoxon diperoleh p (kemungkinan harga di bawah H_0) = 0,016. Pada taraf α (taraf kesalahan) sebesar 5% = 0,05, maka harga 0,016 lebih kecil dari pada 0,05. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “penerapan latihan asertif dapat meningkatkan keberanian bertanya pada siswa di kelas VIII-E SMP Negeri I Babat Lamongan” dapat diterima.

b. Saran

1. Bagi Konselor/ Guru Pembimbing Penelitian ini menyatakan bahwa konseling

kelompok dengan teknik latihan asertif dapat meningkatkan keberanian bertanya pada siswa di kelas VIII-E SMP Negeri I Babat Lamongan, maka konselor atau guru pembimbing hendaknya dapat meningkatkan kemampuan dalam menerapkan teknik latihan asertif. Guru pembimbing diharapkan dapat melaksanakan tahapan konseling kelompok dengan teknik latihan asertif dengan tepat, dan lebih difokuskan pada tahap pengekplorasi konseli dan perencanaan mengatasi masalah konseli karena tahap ini membawa pengaruh yang signifikan pada keberhasilan konseling kelompok teknik latihan

asertif, maka siswa harus dapat diinstruksikan dengan baik pada tahap ini.

2. Bagi Peneliti Lain

a. Bagi peneliti lain diharapkan dapat menggunakan *true experiment design* yaitu menggunakan kelompok kontrol sebagai kelompok pembanding artinya hasil yang diperoleh dapat diketahui keterandalannya jika diberikan pada kelompok lain yang juga diberikan konseling kelompok teknik latihan asertif, sehingga kelompok eksperimen ini dapat dibandingkan apakah hasil penelitian akan sama dengan kelompok pembanding yang dapat memperkuat hasil penelitian.

b. Penelitian ini hanya menggunakan angket sebagai

alat pengumpul data yang belum dapat mengidentifikasi perilaku siswa secara langsung, bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa dapat menambah alat pengumpul data misalnya observasi karena dengan observasi peneliti dapat mengamati perubahan perilaku dari konseli secara langsung.

Daftar Pustaka

- Ahmadi, abu dan Widodo Supriyono. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Arikunsto, Suharsimi. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Puji. 2011. Studi Tentang Kecemasan Siswa (Menumbuhkan Keberanian Siswa Untuk Aktif Dalam Pembelajaran). (Online) <http://poojetz.wordpress.com/2011/01/13/studi-tentang-kecemasan-siswa-menumbuhkan-keberanian-siswa-untuk-aktif-dalam->
- [pembelajaran](http://poojetz.wordpress.com/2011/01/13/studi-tentang-kecemasan-siswa-menumbuhkan-keberanian-siswa-untuk-aktif-dalam-) , diakses pada 17 Januari 2012
- Brown, George dan Wragg, EC. 1997. *Bertanya* (Anwar Jasin, Penerjemah). Jakarta : PT.Raja Grafindo Perkasa.
- Corey, Gerald. 2007. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Dahar, R.W. (1989). *Teori-teori Belajar*. Jakarta: Erlangga
- Darminto, Eko. 2007. *Teori-Teori Konseling Teori dan Praktek Konseling Dari Berbagai Orientasi Teoritik dan Pendekatan*. Surabaya: Unesa University Press.
- Djarwanto, 2003. *Statistik Non Parametrik*. Yogyakarta: BPFE.
- Hidayah,Endah Dwi Nurul. 2002. Penggunaan Latihan Assertif Untuk Mengurangi Ketidakberanian Mengemukakan Pendapat Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 16 Surabaya. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya : BK FIP UNESA.
- Hadi, Sutrisno. 2002. *Statistik 2*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Jati, Asrur MH, Abdullah. 2000. *Membina Keberanian*. Jatim: Putra Pelajar.

- Kartika Sari, Eni. 2009. Penggunaan Latihan Asertif Untuk Menangani Perilaku Agresif Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 2 Bojonegoro. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya : BK FIP UNESA.
- Khotijah. 2008. Penggunaan Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X-2 Di SMA Khadijah Surabaya. *Skripsi* tidak diterbitkan. Surabaya : BK FIP UNESA.
- King, Larry dan Gilbert, Bill. 2007. *Seni Berbicara Kepada Siapa Saja, Kapan Saja, di Mana Saja*. Jakarta: PT Gramedia Pustakan Utama.
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- M Moetodipuro, Sumantri. 1978. *Keberanian Hiasan Pribadi*. Jakarta: Gunung.
- Mukhid, Abdul. 2009. *Bertanya Atau Menjadi Keledai*. Yogyakarta: Pinus Book Publisher.
- Moeliono dkk. 1995. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Balai Pustaka.
- Parera, Josh Daniel. 1993. *Keterampilan Bertanya dan Menjelaskan*. Jakarta: Erlangga.
- Setyafi. 2009. *Assertive Training*. (Online) http://setyafi.multiply.com/journal/item/11/Assertive_Training?&show_interstitial=1&u=%2Fjournal%2Fitem diakses pada 17 januari 2012
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suradi. 1994. *Masalah-masalah dan Diagnostik Kesulitan Belajar*. Surabaya : Unesa University Press
- Surya, Muhammad. 2003. *Teori-teori Konseling*. Bandung : Pustaka Bumi Quraisy.
- Virgin, miss. 2010. *Tehnik Konseling Asertif Training*. (Online) <http://misscounseling.blogspot.com/2011/03/tehnik-konseling-asertif-training.html> diakses pada 17 Januari 2012
- Winkel, W. S. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia.