

**PENERAPAN STRATEGI *ASSERTIVE TRAINING* UNTUK MEREDUKSI PERILAKU KONFORMITAS
PADA TEMAN SEBAYA KELAS XI IPS 4 SMAN 3 LAMONGAN**

***IMPLEMENTATION STRATEGY ASSERTIVE TRAINING FOR REDUCE CONFORMITY BEHAVIOR IN
CLASS PEERS XI IPS 4 SMAN 3 IN LAMONGAN***

ANY PRASTIWI

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya,
email: prastiwi16@yahoo.com

Denok Setiawat, S.Pd., M.Pd., Kons

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya,
email: prodi_bk_unesa@yahoo.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji penerapan strategi *assertive training* untuk mereduksi perilaku konformitas siswa di SMA Negeri 3 Lamongan. Subyek penelitian diambil dari siswa kelas XI IPS 4, karena diharapkan mampu mengurangi perilaku konformitas siswa untuk lebih tegas dan mampu mengungkapkan perilaku yang sesuai dengan isi hatinya tanpa mengikuti orang lain. Jenis penelitian ini adalah penelitian pre-eksperimental design dengan jenis pre-test post-test one group design, sedangkan subyek penelitiannya adalah 6 siswa kelas XI IPS 4 di SMA Negeri 3 Lamongan yang memiliki perilaku konformitas tinggi. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data tentang siswa yang memiliki perilaku konformitas tinggi yakni dengan menggunakan angket. Teknis analisis data yang digunakan adalah Uji Tanda. Hasil analisis Uji Tanda menunjukkan bahwa tanda negatif (-) berjumlah 6. Berarti N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) adalah 6, sehingga X (banyaknya tanda yang lebih sedikit) adalah 0. Dengan melihat table tes binomial dengan ketentuan $N = 6$ dan $X = 0$, maka diperoleh $p = 0,016$. Bila menggunakan ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga $0,016 < 0,05$, dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa Ada perbedaan skor perilaku konformitas kelas XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan antara sebelum dan sesudah diterapkan strategi *Assertive Training*

Kata Kunci: Penerapan Strategi Assertive Training, Perilaku Konformitas.

ABSTRACT

This study aimed to examine the application of assertive strategies to reduce behavioral conformity training students in SMAN 3 Lamongan . The study subjects were taken from the students of class XI IPS 4 , because it was expected to reduce the conformity behavior of students to be more assertive and able to express behavior that corresponds to his heart's content without having to follow someone else . This type of research is the study of pre - eksperimental designe with the type of pre - test post-test one group design , while the subjects of the study were 6 students in class XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan who have high conformity behavior . The method used to collect data on students who have high conformity behavior by using a questionnaire . Technical analysis of the data used is the sign test . The sign test analysis results indicate that the negative sign (-) accounted for 6 . Means that N (number of pairs that showed differences) is 6 , so that X (number sign fewer) is 0 . Given the binomial test table with the provisions of $N = 6$ and $X = 0$, the obtained $p = 0.016$. When using α determination (standard error) of 5 % is 0.05, it can be concluded that the price of $0.016 < 0.05$, so so H_0 is rejected and H_a accepted . It is demonstrated that there are differences in conformity behavior score XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan between before and after the applied strategies Assertive Training

Keywords: Strategy Assertive Training, Behavior Conformity.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, masa setengah baya, dan masa tua. Dimana pada masa ini remaja memiliki kematangan emosi, sosial, fisik, dan psikis. Remaja juga merupakan tahapan perkembangan yang harus dilewati dengan berbagai kesulitan. Dalam tugas perkembangannya remaja akan melewati beberapa fase dengan berbagai tingkat kesulitan permasalahan, sehingga dengan mengetahui tugas-tugas perkembangannya remaja dapat mencegah konflik yang ditimbulkannya dalam keseharian tujuannya agar tidak salah persepsi dalam menangani permasalahan tersebut.

Pada masa perkembangan itu juga kondisi psikis remaja sangat labil karena masa ini merupakan fase pencarian jati diri. Biasanya mereka selalu ingin tahu dan mencoba sesuatu yang baru dilihat atau diketahuinya dari lingkungan sekitarnya seperti lingkungan keluarga, sekolah, tetangga, maupun teman sebaya. Semua pengetahuan yang baru diketahuinya baik yang bersifat positif maupun negatif akan diterima dan ditanggapi oleh remaja sesuai dengan kepribadian masing-masing dan remaja dituntut untuk menentukan ataupun membedakan yang terbaik dan terburuk dalam kehidupannya.

Salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah membuat suatu perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku. Salah satu perubahan yang terjadi adalah perubahan sosial. Perubahan sosial pada masa remaja merupakan perubahan yang sulit dilakukan. Hubungan teman sebaya memainkan peran yang kuat dalam kehidupan remaja, banyak disaat-saat yang paling menyenangkan mungkin dihabiskan bersama teman sebaya melalui *telephone*, dalam aktivitas sekolah, dilingkungan rumah, atau sekedar kumpul-kumpul. Hubungan teman sebaya memiliki perubahan yang penting dalam masa remaja. Pada masa kanak-kanak, tujuan dari hubungan teman sebaya adalah agar disukai oleh teman sekelas dan dilibatkan dalam permainan atau percakapan dengan teman sebaya. Menurut Hurlock (1997: 213), untuk mencapai tujuan tersebut remaja harus membuat penyesuaian diri terhadap teman sebaya. Dalam kehidupan individu khususnya remaja jika dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar maka ia akan diterima oleh lingkungan sekitarnya. Penyesuaian diri memang sangat dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari tetapi remaja harus mampu membedakan antara baik dan buruk.

Saat ini terjadi beberapa fenomena dimana remaja yang tidak mengerti tentang apa yang terjadi, banyak remaja yang terjerumus pada pergaulan yang tidak baik hanya karena tuntutan agar dapat bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan teman. Mereka rela mengorbankan prinsip, meninggalkan belajar dan terkadang mengabaikan nasihat orang tua dan guru. Hal tersebut bisa terjadi karena remaja ingin diakui dan diterima lingkungannya walaupun sebenarnya perilaku dan sikap yang mereka lakukan

jauh dari keinginannya, hal itu yang dinamakan perilaku konformitas.

Menurut Sarwono (1999), konformitas merupakan perubahan perilaku seseorang dengan mengikuti tekanan-tekanan dari kelompok untuk dapat menerima norma-norma dari kelompok. Zebua dan Nurdjayadi (2001), mengemukakan bahwa konformitas pada remaja umumnya terjadi karena mereka tidak ingin dipandang berbeda dengan teman-temannya. Pada remaja, tekanan teman sebaya lebih dominan. Hal ini disebabkan oleh besarnya keinginan untuk menjaga harmonisasi dan penerimaan sosial dalam kelompok. Konformitas terhadap tekanan sebaya pada masa remaja bisa bersifat positif ataupun negatif. Contoh perilaku konformitas yang negatif adalah menggunakan bahasa gaul, mencuri, merusak, memperlakukan orang tua serta guru. Salah satu kasus perilaku konformitas remaja adalah maraknya kasus tawuran antar kelompok dikarenakan mempertahankan wilayah dan persepsi masing-masing kelompok. Contoh konformitas yang positif adalah mengikuti kegiatan belajar kelompok dan diskusi kelompok.

Dengan adanya perilaku konformitas tersebut baik positif maupun negatif dan jika perilaku konformitas tersebut tidak ditangani akan menyebabkan dampak yang buruk bagi remaja itu sendiri dan dapat merugikan orang lain misalnya remaja akan menjadi orang yang kurang mandiri, tidak percaya diri, tidak memiliki kreatif dan inisiatif sendiri dan cenderung bergantung dengan orang lain. Disinilah dibutuhkan suatu ketegasan dari individu itu sendiri yang tidak merugikan dirinya serta orang lain. Tidak semua individu dapat melakukannya karena hal tersebut bukan bakat melainkan suatu perilaku yang dibentuk melalui latihan yakni *Assertive Training* agar dapat mereduksi perilaku konformitas teman sebaya.

Assertive Training dapat diterapkan pada situasi interpersonal pada individu yang mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan, menyatakan, atau menegaskan diri dalam tindakan yang benar. *Assertive Training* merupakan terapi perilaku yang dirancang agar seseorang mampu berdiri sendiri dan memperkuat dirinya sendiri dengan tujuan untuk mengajarkan remaja suatu bentuk latihan yang tepat untuk mengidentifikasi dan bertindak terhadap kebutuhan, hasrat dan pendapat sendiri serta tetap menghargai orang lain.

Latihan *Assertive Training* ini juga memiliki kelebihan antara lain pelaksanaannya yang cukup sederhana, penerapannya bisa dikombinasikan dengan beberapa teknik seperti relaksasi, teknik modeling, kursi kosong. Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya. Pelatihan *Assertive Training* bisa dilaksanakan secara perorangan dan juga dapat dilaksanakan dalam kelompok.

Assertive Training dapat mereduksi perilaku konformitas dengan cara memberikan latihan ketegasan bagi peserta didik yang dilakukan oleh konselor dengan berbagai langkah-langkah yang sudah ada, sehingga dengan adanya latihan ketegasan

tersebut peserta didik mampu menyatakan, mengembangkan serta menegaskan dirinya dalam mereduksi perilaku konformitas.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SMAN 3 Lamongan pada 7 September 2013, konselor sekolah menyebutkan bahwa banyak siswa di SMAN 3 Lamongan yang memiliki perilaku konformitas tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan kasus siswa yang pernah terjadi antara lain yaitu ketika dalam kelas diadakan pembelajaran diskusi kelompok banyak siswa dikelas memiliki pendapat yang sama dengan teman-temannya tanpa mau mengungkapkan pendapatnya sendiri yang sesuai dengan keinginannya, dan kasus lainnya adalah siswa membolos dikarenakan adanya tekanan dari teman. Perilaku konformitas di SMAN 3 Lamongan cenderung terjadi pada siswa IPS yaitu siswa kelas XI IPS 4.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti mengangkat masalah tentang “ Penerapan strategi *Assertive Training* untuk mereduksi perilaku konformitas pada teman sebaya siswa kelas XI IPS 4 di SMAN 3 Lamongan “.

KAJIAN PUSTAKA

Perilaku Konformitas

Menurut Kartono dan Dali Gulo, (2000: 85) perilaku konformitas adalah kecenderungan untuk dipengaruhi oleh tekanan kelompok dan tidak menentukan norma- norma yang telah digariskan oleh kelompok. Menurut chaplin, (2002) Pengertian perilaku konformitas adalah Kecenderungan untuk memperbolehkan suatu tingkah laku seseorang dikuasai sikap dan pendapat yang sudah berlaku. Menurut Baron dan Byrne, (2005: 53) perilaku konformitas merupakan suatu jenis pengaruh sosial dimana individu mengubah sikap dan tingkah laku mereka agar sesuai dengan norma sosial mereka. Zebua dan Nurdjayadi (2001) mengemukakan bahwa konformitas pada remaja umumnya terjadi karena mereka tidak ingin dipandang berbeda dengan teman-temannya. Pada remaja, tekanan teman sebaya lebih dominan. Hal ini disebabkan oleh besarnya keinginan untuk menjaga harmonisasi dan penerimaan sosial dalam kelompok.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, maka dapat ditarik simpulan bahwa perilaku konformitas adalah perubahan perilaku seseorang dengan kelompoknya yang didasari adanya rasa kecenderungan individu untuk bergantung pada kelompok atau mengikuti norma dalam kelompoknya yang meliputi aspek pribadi, sosial dan belajar dengan tujuan agar individu dapat diterima dilingkungan kelompoknya.

Strategi *assertive Training*

Corey (2009:215) menjelaskan 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 ketidak memadaianya dan belajar mengungkapkan perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran mereka secara lebih terbuka disertai keyakinan bahwa mereka berhak untuk menunjukkan reaksi-reaksi yang terbuka itu.

Willis (2004:72) menjelaskan bahwa *Assertive Training* merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitik beratkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. *Assertive Training* adalah suatu teknik untuk membantu klien dalam hal-hal berikut:

- Tidak dapat menyatakan kemarahan atau kejangkelannya;
- Mereka yang sopan berlebihan dan membiarkan orang lain mengambil keuntungan padanya;
- Mereka yang mengalami kesulitan berkata “tidak”;
- Mereka yang sukar menyatakan cinta dan respon positif lainnya;
- Mereka yang merasakan tidak punya hak untuk menyatakan pendapat dan pikirannya.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, maka dapat ditarik simpulan bahwa strategi *Assertive Training* adalah suatu pelatihan tingkah laku yang dapat dikolaborasikan dengan berbagai macam teknik yang dirancang untuk membantu dalam membimbing individu berinteraksi atau menyesuaikan diri dengan orang lain sehingga individu mampu mengembangkan, menyatakan serta mengekspresikan perasaan, pikiran serta tindakan secara bebas tanpa mengganggu orang lain ataupun membuat orang lain merasa terancam.

METODE

Berdasarkan permasalahan penelitian yang berjudul “Penerapan Strategi *Assertive training* untuk mereduksi perilaku konformitas pada teman sebaya kelas XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan”, maka penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif, dengan menggunakan rancangan *Pre-Eksperimental* dengan menggunakan metode *One Group Pre-test dan Post-test Design*, dengan rancangan satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Penelitian ini dikatakan eksperimen semu atau pura-pura karena dalam penelitian ini hanya dilakukan pada satu kelompok saja tanpa adanya kelompok pembanding.

Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengetahui secara langsung dan cepat efek perlakuan dengan angket sebagai alat pengumpul data yang dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*Pre-test*) dengan menggunakan angket perilaku Konformitas, kemudian diberikan perlakuan dalam jangka waktu tertentu dengan memberikan Strategi *Assertive Training*. Setelah itu dilakukan pengukuran kembali (*Post-test*) dengan menggunakan angket perilaku Konformitas dengan materi angket yang sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Hasil *Pre-test*

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 4 SMA Negeri 3 Lamongan yang teridentifikasi memiliki perilaku konformitas tinggi. Untuk

menentukan subyek penelitian, maka dilakukan pengukuran terhadap perilaku konformitas siswa melalui angket terhadap 32 siswa yang berada di kelas XI IPS 4 tersebut.

Pemberian angket *pre-test* bertujuan untuk mengetahui skor perilaku konformitas siswa sebelum diberikan strategi *assertive training* untuk kemudian dijadikan sebagai subyek penelitian. Kemudian hasil pengukuran dikelompokkan menjadi 3 kategori yaitu: tinggi, sedang, rendah. Kategori tersebut diperoleh dari penghitungan *Mean* dan *Standart Deviasi* sebagai berikut :

- 1) Kategori tinggi = $\text{Mean} + 1 \text{ SD} \geq X$
 Kategori tinggi = $(\text{Mean} + 1\text{SD})$ ke atas
 $= 121,69 + 10,09$
 $= 131,78$
- 2) Kategori sedang = $\text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$
 Kategori sedang = $(\text{Mean} - 1\text{SD})$ s/d $(\text{Mean} + 1\text{SD})$
 $= (121,69 - 10,09)$ s/d $(121,69 + 10,09)$
 $= 111,6 - 131,78$
- 3) Kategori rendah = $X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$
 Kategori rendah = $(\text{Mean} - 1\text{SD})$ ke bawah
 $= 121,69 - 10,09$
 $= 111,6$ Kebawah

Dari hasil pedoman pengkategorian tersebut diketahui 6 siswa dalam kategori skor tinggi. Sehingga 6 siswa tersebut dijadikan sebagai subyek penelitian. Hasil *Pre-Test* terhadap subyek penelitian dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.2
Data Hasil Angket *Pre-test* Perilaku Konformitas

No.	Nama	Skor	Kategori
1.	B	133	Tinggi
2.	H	136	Tinggi
3.	K	132	Tinggi
4.	R	133	Tinggi
5.	AA	139	Tinggi
6.	AE	137	Tinggi
	Rata-rata	135	

Analisis Hasil Penelitian

Teknik analisis yang digunakan statistik non parametik dengan uji tanda atau *sign test*. Uji tanda ini digunakan untuk mengetahui perbedaan hasil pengukuran awal dan pengukuran akhir. Kondisi berlainan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah skor perilaku konformitas siswa antara sebelum dan sesudah pemberian strategi *assertive training*. Berikut adalah hasil analisis skor angket yang diberikan pada siswa dengan pengukuran *Pre-test* dan *Post-test* dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

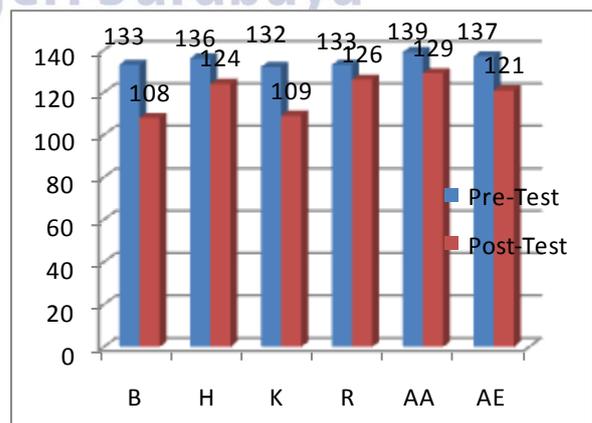
Tabel 4.4
Hasil Analisis *Pre-test* dan *Post-test*

N o	Subyek	<i>Pre-test</i> (X _B)	<i>Post-test</i> (X _A)	Arah Perbedaan	Tanda	Ket
1.	B	133	108	X _A <X _B	-	Menurun
2.	H	136	124	X _A <X _B	-	Menurun
3.	K	132	109	X _A <X _B	-	Menurun
4.	R	133	126	X _A <X _B	-	Menurun
5.	AA	139	129	X _A <X _B	-	Menurun
6.	AE	137	121	X _A <X _B	-	Menurun
	Rata- Rata	135	119,5			

Berdasarkan data di atas, diketahui bahwa yang menunjukkan tanda negatif (-) berjumlah 6 yang bertindak sebagai N (banyaknya pasangan yang menunjukkan perbedaan) dan x (banyaknya tanda yang lebih sedikit) berjumlah 0. Dengan melihat tabel tes binomial dengan ketentuan N = 6 dan x = 0 (z), maka diperoleh p (kemungkinan harga di bawah H₀) = 0,016. Bila dalam ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa harga 0,016 < 0,05, berdasarkan hasil tersebut maka H₀ ditolak dan H_a diterima. Setelah diberi perlakuan dengan pemberian strategi *assertive training* terdapat perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test* perilaku konformitas siswa. Selain itu, berdasarkan perhitungan pada tabel 4.4 diketahui rata-rata *pre-test* 135 dan rata-rata *post-test* 119,5. Sehingga dapat dikatakan bahwa kegiatan pemberian strategi *assertive training* dapat mengurangi perilaku konformitas pada siswa kelas XI IPS 4 SMA Negeri 3 Lamongan.

Berdasarkan analisis di atas, maka dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Pemberian strategi *assertive training* dapat mereduksi perilaku konformitas pada siswa kelas XI IPS 4 SMA Negeri 3 Lamongan” dapat diterima.

Adapun hasil perbedaan *pre-test* dan *post-test* yang digambarkan dalam grafik sebagai berikut:



Gambar Diagram 4.3

Data Hasil Pre-Test dan Post-Test

Maka secara keseluruhan dapat dilihat adanya perbedaan grafik hasil *pre-test* yang lebih tinggi daripada hasil *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa ada penurunan skor perilaku konformitas siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian strategi *assertive training*.

Analisis Individual

- a. Subyek B
Subyek B mengalami penurunan skor perilaku konformitas, hasil *pre-test* mendapatkan skor 133 sedangkan skor *post-test* 108 . B mengalami penurunan skor dari hasil *Pre-test* ke *Post-test* sebesar 25 poin. Sebelum diberi perlakuan siswa selalau menuruti apa yang dikatakan temannya walaupun apa yang dikatakan temannya terkadang tidak sesuai dengan keinginannya. Dan yang siswa lakukan adalah selalu menuruti perkataan temannya karena siswa tidak mau dibilang orang yang sombong dan egois jika siswa mengikuti kata hatinya sendiri. Setelah diberi perlakuan Siswa sudah mampu melakukan hal yang sesuai dengan keinginannya tanpa mengikuti atau menuruti temannya. Dan siswa mampu menolaknya dengan sabar dan tanpa menyinggung perasaan temannya
- b. Subjek H
Subyek H mengalami penurunan skor perilaku konformitas, hasil *pre-test* mendapatkan skor 136 sedangkan skor *post-test* 124 . H mengalami penurunan skor dari hasil *Pre-test* ke *Post-test* sebesar 12 poin. Sebelum diberi perlakuan Siswa mengaku permasalahan yang dialaminya adalah ketika ualangan harian siswa harus memberikan jawaban dan memilih jawaban yang sama dengan teman kelompoknya. Dan yang dilakukan siswa adalah memberikan contekan pada temannya karena takut dikucilkan dan tidak punya teman. Setelah diberi perlakuan Siswa Mampu menahan dirinya dan menolak dengan tegas untuk tidak memberikan contekan kepada temannya dengan alasan yang jelas dan tidak menyinggung perasaan temannya.
- c. Subjek K
Subyek K mengalami penurunan skor perilaku konformitas, hasil *pre-test* mendapatkan skor 132 sedangkan skor *post-test* 109 . B mengalami penurunan skor dari hasil *Pre-test* ke *Post-test* sebesar 23 poin. Sebelum diberi perlakuan Siswa tidak mampu menolak ajakan teman saat harus membolos pada jam pelajaran dikelas. Yang siswa lakukan adalah mengikuti ajakannya karena takut dimusuhi. Setelah diberi perlakuan siswa mampu menolak ajakan teman membolos dengan tegas dan tidak membuat teman merasa tersinggung.
- d. Subjek R
Subyek R mengalami penurunan skor perilaku konformitas, hasil *pre-test* mendapatkan skor 133 sedangkan skor *post-test* 126 . B mengalami penurunan skor dari hasil *Pre-test* ke *Post-test*

sebesar 7 poin. Sebelum perlakuan Siswa selalu mengandalkan teman pendapat dari teman ketika berdiskusi dikelas. Yang siswa lakukan adalah mengikuti pendapat dan takut salah ketika siswa mengungkapkan pendapat nya sendiri. Sesudah perlakuan Siswa lebih percaya diri dan sudah berani mengungkapkan pendapatnya didalam forum diskusi tanpa mengikuti dan meniru pendapat dari orang lain.

- e. Subjek AA
Subyek AA mengalami penurunan skor perilaku konformitas, hasil *pre-test* mendapatkan skor 139 sedangkan skor *post-test* 129. AA mengalami penurunan skor dari hasil *Pre-test* ke *Post-test* sebesar 10 poin. Sebelum perlakuan Siswa tidak bisa menolak ajakan teman kekantin saat sedang belajar dikelas. Yang siswa lakukan adalah pergi kekantin bersama temannya karena takut dibilang tidak setia kawan. Sesudah perlakuan Siswa mampu menolak dengan tegas ajakan temannya dengan alasan yang jelas dan tanpa menyinggung perasaan temannya.
- f. Subjek AE
Subyek AE mengalami penurunan skor perilaku konformitas, hasil *pre-test* mendapatkan skor 137 sedangkan skor *post-test* 121 . B mengalami penurunan skor dari hasil *Pre-test* ke *Post-test* sebesar 16 poin. Sebelum perlakuan Siswa tidak bisa memghidari teman- temannya yang suka meminta barang- barang kepadanya . dan yang siswa lakukan adalah memberikan barang yang diinginkan temannya karena dia tidak mau dibilang sombong dan dikucilkan temannya. Sesudah perlakuan Siswa mampu menolak permintaan barang yang dilakukan teman-temannya dengan tegas dan berani

Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan analisis hasil *pre-test* dan *post-test* yang menggunakan uji tanda (*sign test*), pada tabel 4.4 (lihat hal) menunjukan arah perubahan yang positif dikarenakan ada penurunan skor dari *Pre-test* (X_B) ke *Post-test* (X_A), yang diketahui rata-rata *pre-test* 135 dan rata-rata *post-test* 119,5. Dapat diketahui bahwa $x=0$ dan $N=6$ dengan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel tes binomial hingga diperoleh p (kemungkinan harga di

bawah H_0) = 0,016. Berdasarkan hasil tersebut maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan $0,016 < 0,05$. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yang berbunyi “Ada perbedaan skor perilaku konformitas kelas XI IPS 4 SMAN 3 Lamongan antara sebelum dan sesudah diterapkan strategi *Assertive Training* ” dapat diterima. Sehingga dengan adanya penurunan skor antara skor *pre-test* dan skor *post-test* dapat disimpulkan bahwa pemberian strategi *assertive training* dapat mereduksi perilaku konformitas siswa kelas XI IPS 4 di SMA Negeri 3 Lamongan.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diketahui bahwa $\alpha = 0$ dan $N=6$ dengan α (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 yang kemudian dikonsultasikan dengan tabel tes binomial hingga diperoleh p (kemungkinan harga di bawah H_0) = 0,016, maka $0,016 < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan skor perilaku konformitas sebelum dan sesudah diberikan strategi *assertive training* pada siswa kelas XI IPS 4 di SMA Negeri 3 Lamongan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa strategi *assertive training* dapat membantu mereduksi perilaku konformitas siswa

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah diuraikan, maka ada beberapa saran yang diberikan, sebagai berikut:

1. Bagi konselor sekolah
Dengan adanya hasil dari penelitian ini, diharapkan konselor sekolah dapat menggunakan strategi *assertive training* sebagai alternatif dalam membantu siswa yang memiliki masalah khususnya tentang perilaku konformitas. Untuk itu konselor hendaknya memiliki keterampilan untuk memberikan strategi *assertive training* dengan mengikuti pelatihan atau menambah wawasan untuk memperoleh keterampilan tersebut.
2. Bagi pihak sekolah
Hasil dalam penelitian ini hendaknya dijadikan sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan Bimbingan dan Konseling disekolah.
3. Bagi peneliti lain
Bagi peneliti lain, diharapkan agar mampu lebih mengembangkan penelitian ini menjadi lebih baik lagi, selain itu juga waktu pemberian perlakuan dalam setiap pertemuan di perpanjang agar hasil dari pelatihan yang diberikan dapat lebih baik dan memperoleh hasil lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Azwar, Saifuddin. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Barida, Muya. 2012. *Efektifitas Assertiveness Training untuk meningkatkan keterampilan komunikasi asertif pada siswa SMA AL ISLAM 1 SURAKARTA*. Surabaya: Unesa. Skripsi tidak diterbitkan.
- Baron, Robert A, dan Byrne, Donn. 2005. *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Bruce, Joyce. Marsha weil. 1980. *Model- Model Pengajaran*. Pustaka pelajar
- Chaplin. J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Chaplin. J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Gerald Corey. 2009. *Teori- teori Konseling*. Pekanbaru: Daulat Riau.
- Hurlock, E. B. 1994. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Ke-5 Alih bahasa: Wasana*. Jakarta: Erlangga
- Kartini Kartono dan dadi Gulo. 2000. *Kamus Psikologi*. Bandung: CV Pionir Jaya
- Nursalim.Mochamad.Dkk. 2005.*Strategi Konseling*. Surabaya: Unesa University Press
- Melinda Ayu, Nofentri. 2011. *Penerapan Latihan Asertif untuk meningkatkan kemampuan menolak ajakan berhubungan intim (sexual Intercourse) pada siswi kelas X APK2 SMK Negeri 4 Surabaya*. Surabaya: Unesa. Skripsi tidak diterbitkan
- Mukhaiddaroh, Fithrotul. 2011. *Penerapan Latihan Asertif untuk meningkatkan kemampuan menolak ajakan Membolos pada siswa kelas X SMA PGRI 1 Kota Mojokerto Tahun ajaran 2011-2012*. Surabaya: Unesa. Skripsitidakditerbitkan.
- Reksoatmodjo, Tedjo N. 2007. *Statistika Untuk Psikologidan Pendidikan*. Bandung: RefikaAditama.
- S. Wilis Sofyan. 2010. *Konseling Individualis Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono Prawiroharjo.1991. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Sears, D.O. 1991. *Social Psychology*. Prentice Hall: New Jersey.
- Suciptawati, Ni LuhPutu. 2009. *Metode Statistika Nonparametrik*. Bali: Udayana University Press.
- Sugiyono. 2010. *Statistik Nonparametrik*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Zebua, A.S dan Nurdjayadi, R. D. 2001. *Hubungan antara Konformitas dan Konsep diri dengan perilaku konsumtif pada remaja putri*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan: Phronesis Vol. 3, No. 6.

(<http://irvanhavefun.blogspot.com/2012/03/teknik-assertif-training.html> diakses tanggal 28 november 2013).

