

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik dari segi fisik/fisiologis dan psikis. Santrock (2003:26) mengartikan masa remaja sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional, dan usia remaja dimulai kira-kira usia 10-13 tahun dan berakhir antara usia 18-22 tahun. Masa remaja adalah masa yang penuh gejolak, masa dimana menunjukkan eksistensinya dalam pergaulan. Hall (Santrock, 2003:11) melihat perkembangan sebagai proses biologis yang mengarahkan perkembangan sosial, perkembangan biologis pada remaja memungkinkan terjadinya tingkah laku sosial yang lebih kompleks misalnya berpacaran. Blos (Sarwono, 2006:24) menyebutkan pada masa remaja awal, seorang remaja masih terheran-heran akan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, sudah dapat berfantasi erotis.

Perasaan suka terhadap lawan jenis atau tertarik dengan lawan jenis merupakan proses perkembangan sosial remaja, yang sering diungkapkan dengan istilah berpacaran. Menurut Himawan (Lioni, 2013) pacaran adalah penjangkauan antar pribadi untuk saling menjalin cinta kasih. Melihat fenomena sekarang ini, sebagian besar remaja telah berpacaran. Hasil penelitian Setiawan dan Nurhidayah (2008:60) menyebutkan “banyak remaja memiliki anggapan bahwa masa remaja

adalah masa berpacaran, jadi remaja yang tidak berpacaran justru dianggap sebagai remaja yang kuno, kolot, tidak mengikuti perubahan zaman dan dianggap kuper atau kurang pergaulan”.

Berpacaran dapat memberikan kontribusi positif maupun negatif bagi remaja yang berpacaran. Hasil positif yang didapatkan oleh remaja yang berpacaran adalah ketika mereka dihadapkan oleh suatu konflik, maka jalan untuk menyelesaikan konflik adalah dengan pengendalian diri antara mereka. Pengendalian diri tersebut diantaranya yaitu kesabaran dan berpikir positif. Sedangkan kontribusi negatif yang muncul akibat berpacaran adalah menjadi malas belajar, berani melawan orang tua demi pacar, terjadinya aktivitas-aktivitas seksual yang mengakibatkan munculnya masalah kehamilan yang tidak dikehendaki dan masalah aborsi serta kekerasan dalam berpacaran.

Perilaku negatif pacaran yang sering dilakukan remaja adalah ciuman. Pengaruh lingkungan, media informasi dan film adalah salah satu yang menyebabkan perilaku tersebut menjadi kebiasaan yang dilakukan oleh remaja ketika pacaran. Berdasarkan dari Survey Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Medan tahun 2015 bahwa sebanyak 40% remaja di kota Medan sudah melakukan hubungan seks sebelum menikah. Menurut penelitian sebuah universitas 40 remaja di kota Medan telah melakukan seks pra nikah. Data dari Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 mengungkap sekitar 2% remaja wanita usia 15-24 tahun dan 8% remaja pria di rentang usia yang sama, telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah. Sebanyak 11% diantaranya mengaku mengalami kehamilan tidak diinginkan (dalam Mimin, dkk tahun 2020)

Hasil penelitian Kintoko Rochadi (2019) yang dilakukan di kota medan yaitu dari 180 remaja yang mengikuti penelitian ini terdapat 112 remaja (62,2%) yang sudah berpegangan tangan, 43 remaja (23,9%) yang sudah berpelukan dan 48 remaja yang melakukan masturbasi dengan frekuensi paling sering seminggu 1-3 kali (28%) dibandingkan dengan seminggu 3-5 kali (3,3%) dan dibandingkan lain-lain (14,4%).

Fenomena berpacaran yang ada di kalangan remaja di SMA Negeri 1 Tanah Jawa masih menunjukkan perilaku negatif dalam berpacaran. Hal ini terbukti dari hasil wawancara pada tanggal 10 Januari 2020 yang dilakukan dengan guru BK dan beberapa siswa di SMA Negeri 1 Tanah Jawa. Guru BK mengemukakan bahwa 70% siswa telah berpacaran dan ada beberapa siswa yang mengalami prestasi menurun karena berpacaran. Berdasarkan wawancara dengan siswa menyatakan ada siswa yang menjadi pemurung dan tidak konsentrasi belajar karena memiliki masalah dengan sang pacar serta ada siswa yang melakukan aktivitas berciuman dan berpelukan pada ruang kelas atau pada jam kosong. Hal tersebut diduga karena ketidakmampuan remaja perempuan menolak permintaan pacar dan merasa takut kehilangan pacar jika tidak menuruti keinginannya. Hal tersebut senada dengan pendapat Cassel, Zelnik & Shah (Amaliah, dkk tahun 2015) kebanyakan remaja putri dibanding remaja putra yang menjadikan cinta dan kasih sayang sebagai motif utama untuk melakukan hubungan seks dalam hubungan berpacaran. Paksaan atau ajakan sang pacar pun menjadi salah satu sebabnya, alih-alih karena takut diputusi sang pacar alhasil banyak remaja yang melakukan hubungan seks pranikah.

Menurut Hurlock (1980), remaja perempuan tidak lagi memandang laki-laki seperti anak laki-laki melainkan sebagai “pahlawan”. Si lelaki akan menaruh gadis kecintaannya pada tumpuan kakinya dan kata-katanya akan selalu memujanya. Sikap yang sangat romantis tersebut diduga adalah salah satu penyebab ketidakmampuan remaja perempuan menolak permintaan pacar. Remaja masa kini menganggap bahwa ungkapan-ungkapan cinta, apapun bentuknya adalah baik sejauh kedua pasangan remaja saling tertarik. Kebanyakan remaja mengatasnamakan cinta dalam melakukan tindakan seksual tersebut terutama bagi remaja putri.

Ketidakmampuan remaja perempuan menolak permintaan pacar tersebut dapat terjadi diduga karena siswa tidak memiliki sikap asertif. Sikap asertif (Uno, 2006: 77) yaitu kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan kita, membela diri dan mempertahankan pendapat. Menurut Lange dan Jakubowski (Zulkaida, 2005:117), asertif melibatkan usaha untuk mempertahankan hak pribadi dan mengekspresikan pikiran, perasaan dan keyakinan secara langsung dan jujur dan dengan cara yang sesuai yaitu dengan tidak menyakiti atau merugikan diri sendiri maupun orang lain. Hal ini berarti bahwa pengekspresian pesan dilakukan tanpa adanya usaha untuk mendominasi, menghina atau merendahkan orang lain. Oleh karenanya, pada tingkah laku asertif terdapat adanya unsur penghargaan yaitu usaha untuk menghargai diri sendiri yang menggambarkan usaha individu untuk mengekspresikan kebutuhan dan mempertahankan haknya sekaligus adanya penghargaan terhadap kebutuhan dan hak orang.

Alberti dan Emmons (2002:6) menyatakan bahwa perilaku yang asertif mempromosikan kesetaraan dalam hubungan manusia, yang memungkinkan kita untuk bertindak menurut kepentingan kita sendiri, untuk membela diri sendiri tanpa kecemasan yang tidak semestinya, untuk mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, untuk menerapkan hak-hak pribadi kita tanpa menyangkali hak-hak orang lain. Sebaliknya, orang non-asertif adalah mereka yang terlihat terlalu mudah mengalah, mudah tersinggung, cemas, kurang yakin pada diri sendiri, sukar mengungkapkan masalah atau hal-hal yang diinginkannya (Fensterheim & Baer, 1980:16). Umumnya orang-orang non-asertif memiliki sejarah kehidupan yaitu mendapatkan pendidikan yang menanamkan perasaan bahwa kepentingan orang lain lebih utama daripada kepentingan sendiri (Sukadji, 1981).

Jika hal ini tidak diperhatikan atau dianggap hal yang wajar di lingkungan sekolah dan di masyarakat akan banyak sekali dampak negatif yang tentunya merugikan remaja putri, bahkan akan berujung pada seks pranikah yang menyebabkan kehamilan seperti yang marak saat ini. Menyikapi permasalahan yang ada tersebut, maka perlu diberikan layanan untuk meningkatkan perilaku asertif sehingga meminimalisir perilaku negatif yang ada dalam hubungan berpacaran.

Konseling individual menurut Tohirin (2015) adalah pemberian bantuan yang dilakukan melalui hubungan yang bersifat *face to face relationship* (hubungan empat mata), yang dilaksanakan antara konselor dengan klien. Sedangkan Willis (2004) memberi pendapat bahwa konseling individual adalah pertemuan konselor dengan klien secara individual, dimana terjadi hubungan

konseling yang bernuansa *rapport*, dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi diri klien serta klien dapat mengantisipasi masalahnya.

Dari pernyataan diatas ditarik kesimpulan bahwa layanan konseling individual adalah salah satu layanan bimbingan konseling yang membantu siswa menyelesaikan masalah yang mereka alami yang dilakukan melalui hubungan empat mata antara konselor dengan siswa (klien). Teknik yang digunakan dalam konseling individual ini adalah teknik asertif (*assertive training*), teknik ini merupakan salah satu teknik yang terdapat pada salah satu pendekatan *behavioral*.

Menurut Zastrow (Nursalim, 2005) pelatihan asertivitas adalah pelatihan yang dirancang untuk membimbing manusia untuk menyatakan, merasa, dan bertindak pada asumsi bahwa mereka memiliki hak untuk menjadi dirinya sendiri tanpa harus mengesampingkan hak orang lain. Melalui pelatihan asertivitas ini remaja juga dilatih untuk mengungkapkan pikiran dan perasaan serta mampu memberikan respon-respon penolakan dan permintaan kepada sang pacar.

Menurut Corey (2010) pendekatan *behavioral* berupa *assertive training* ini 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.

Metode yang dipandang tepat untuk meningkatkan perilaku asertif adalah dengan menggunakan pelatihan asertivitas. Digunakannya pelatihan asertivitas karena dibutuhkan interaksi sosial secara langsung, dimana dalam peningkatan perilaku asertif ini membutuhkan keterlibatan peran orang lain sebagai pemberi respon dan sumber *feed back*. Sehingga dengan pelatihan ini, siswa dapat

mengungkapkan perasaan, pikiran, pendapat secara langsung tanpa ada rasa cemas.

Lebih lanjut hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Antoina Lioni dan Titin Indah Pratiwi pada tahun 2013 dengan judul “Penerapan *Assertive Training* Untuk Mengurangi Perilaku Negatif Berpacaran Pada Siswa Kelas X-I Di SMA Negeri 1 Porong”. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan *assertive training* dapat digunakan untuk mengurangi perilaku negatif berpacaran pada siswa. Hal ini dilihat dari hasil analisis data observasi kepada 5 orang siswa dengan menggunakan uji tanda *wilcoxon*, diketahui bahwa  $T_{hitung} \leq T_{tabel}$  ( $0,031 \leq 0,05$ ) dengan taraf signifikan 5% dan  $N = 5$ , maka hipotesis penelitian diterima dan dapat disimpulkan bahwa penerapan *assertive training* dapat digunakan untuk mengurangi perilaku negatif berpacaran pada siswa kelas X-1 SMA Negeri 1 Porong.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Hasbahuddin, dkk (2019) menunjukkan penerapan teknik *assertive training* yang dilaksanakan selama delapan kali pertemuan menunjukkan kecenderungan pergaulan bebas pada siswa cenderung menurun dan ada perbedaan yang signifikan antara siswa yang diberikan *assertive training* dengan siswa yang diberikan layanan BK oleh konselor sekolah lainnya untuk mencegah kecenderungan pergaulan bebas. Kesimpulan setelah pelaksanaan teknik *assertive training*, yaitu kecenderungan pergaulan bebas pada siswa yang diberikan pelatihan *assertive* cenderung menurun dibandingkan dengan siswa yang diberikan layanan BK oleh konselor

sekolah lainnya, artinya semakin diberi *assertive training* maka kecenderungan pergaulan bebas juga menurun.

Oleh karena itu, metode yang digunakan untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran dan mengurangi perilaku negatif dalam berpacaran pada siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Tanah Jawa menggunakan latihan asertif. Dimana di sekolah tersebut belum pernah diberikan layanan konseling individual teknik *assertive training* untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran. Harapannya dengan diadakannya layanan konseling individual teknik *assertive training* akan mampu meningkatkan perilaku asertif dan mengurangi perilaku negatif dalam berpacaran.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik dan penting untuk membuat penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Individual Teknik *Assertive Training* Terhadap Perilaku Asertif Dalam Berpacaran Pada Siswa Kelas XI SMA NEGERI 1 Tanah Jawa”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Pada latar belakang masalah yang dipaparkan di atas, ditemukan masalah-masalah yang dapat dikaji dalam penelitian ini. Masalah-masalah tersebut adalah sebagai berikut :

- 1.2.1 Rendahnya asertivitas siswa dalam berpacaran
- 1.2.2 Banyaknya perilaku negatif yang dilakukan dalam berpacaran
- 1.2.3 Ketidakmampuan siswa perempuan menolak permintaan pacar
- 1.2.4 Ketidakmampuan siswa dalam penegasan diri
- 1.2.5 Siswa menganggap berciuman dalam berpacaran adalah hal yang wajar

1.2.6 Maraknya kejadian hamil di luar nikah dikalangan siswa

### **1.3 Batasan Masalah**

Terdapat berbagai masalah yang terjadi di sekolah tersebut, oleh karena itu penelitian ini dibatasi pada “Pengaruh Konseling Individual Teknik *Assertive Training* Terhadap Perilaku Asertif Dalam Berpacaran Pada Siswa Kelas XI SMA NEGERI 1 Tanah Jawa T.A 2020/2021”.

### **1.4 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah maka peneliti merumuskan masalah yang dapat dijadikan kajian penelitian sebagai berikut: “Bagaimana Gambaran Perilaku Asertif Siswa dalam Berpacaran dan Apakah Ada Pengaruh Konseling Individual Teknik *Assertive Training* Terhadap Perilaku Asertif Dalam Berpacaran Pada Siswa Kelas XI SMA NEGERI 1 Tanah Jawa T.A 2020/2021?”

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan umum penelitian ini adalah “Untuk Melihat Gambaran Perilaku Asertif Siswa dalam Berpacaran dan Pengaruh Konseling Individual Teknik *Assertive Training* Terhadap Perilaku Asertif Dalam Berpacaran Pada Siswa Kelas XI SMA NEGERI 1 Tanah Jawa T.A 2020/2021”

### **1.6 Manfaat Penelitian**

#### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan ilmu dalam bidang pendidikan khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling yaitu untuk mengetahui gambaran perilaku asertif siswa dalam berpacaran dan membantu siswa meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran melalui layanan konseling individual dengan teknik *assertive training*.

### 1.6.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran
- b. Bagi peneliti, dapat memperluas wawasan dan pengetahuan penelitian layanan konseling individual teknik *assertive training* untuk meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran
- c. Bagi guru BK, penelitian ini merupakan salah satu pemanfaatan teknik *assertive training* sebagai salah satu teknik penanganan untuk menangani siswa dengan perilaku non-asertif dalam berpacaran
- d. Bagi sekolah, penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana atau model pembelajaran yang dapat membantu meningkatkan perilaku asertif dalam berpacaran.