

Keefektifan *Structured Learning Approach* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa SMA Korban *Bullying*

Baiq Lina Astini Rahayu¹, Andi Mappiare AT¹, Triyono¹

¹Bimbingan dan Konseling-Universitas Negeri Malang

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 23-10-2018

Disetujui: 20-11-2018

Kata kunci:

structured learning approach;
assertive behavior;
victim of bullying;
pembelajaran terstruktur;
perilaku asertif;
korban bullying

ABSTRAK

Abstract: This research was aimed to know the effectiveness of structured learning approaches to improve assertive behavior in students who are bullying victims in high school. This research uses experimental research design, single group pre-test & post-test design. The training uses five components: Instruction, Modeling, Role Playing, Feedback and Transfer of training/home delivery tasks. For validity test use 2 BK experts. To identify the assertive behaviour improvement of bullying victim students that happened in a group. The non-parametric statistical evaluation used to test the hypothesis of this study is the Wilcoxon-test. Instrument validity test is done by using pearson product moment test, and reliability test using Alpha Cronbach value. Based on the results of descriptive analysis where it is known that the mean post-test score achieves higher rank compared to the mean pre-test score (average post-test score score 4.5 while pre-test is 12,5).

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan *structured learning approach* untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa korban *bullying* di SMA. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *experimental, single group pre-test & post-test design*. Pelatihan ini menggunakan lima komponen, yaitu petunjuk, pemberian model, bermain peran, umpan balik, dan transfer pelatihan/pemberian tugas rumah. Untuk uji validitas menggunakan dua ahli BK. Untuk melihat perubahan peningkatan perilaku asertif siswa korban *bullying* yang terjadi pada kelompok. Uji statistik non-parametrik yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah uji-Wilcoxon. Uji validitas instrumen diuji dengan uji pearson product moment dan uji realibilitas dengan menggunakan nilai Alpha Cronbach. Berdasarkan hasil analisis deskriptif dimana diketahui mean peringkat skor membuktikan bahwa mean peringkat skor post-test memperoleh peringkat teratas jika dibandingkan mean peringkat skor pre-test (rata-rata peringkat skor post-test sebesar 4,5, sedangkan pre-test sebesar 12,5).

Alamat Korespondensi:

Baiq Lina Astini Rahayu
Bimbingan dan Konseling
Pascasarjana Universitas Negeri Malang
Jalan Semarang 5 Malang
E-mail: linarahayu951@gmail.com

Structured Learning Approach merupakan pendekatan terstruktur yang dikembangkan dari teori belajar dan modifikasi tingkah laku dalam psikologi. (Cowie & Dawn, 2008) *Structured Learning Approach* memiliki pola langkah-langkah pelatihan yang terdiri atas lima komponen yang bersifat hirarkis. Adapun kelima komponen tersebut, yaitu (1) *Instruction*, (2) *Modeling*, (3) *Role Playing*, (4) *Feedback*, dan (5) *Transfer of Training* yang masing-masing ditetapkan sebagai prosedur pelatihan keterampilan sosial. Langkah-langkah ini bertujuan memberikan pelatihan keterampilan komprehensif melalui tahapan yang terstruktur. Masing-masing ditetapkan sebagai prosedur perubahan tingkah laku. Adapun komponen-komponen tersebut di antaranya (Miltenberg, 2008) menjelaskan *instruction* yang diberikan kepada siswa untuk melatih keterampilan harus bersifat spesifik dan jelas. *Instruction* membantu para siswa untuk melihat gambaran secara garis besar dari apa yang akan dipelajari.

Pemberian *Instruction* ini berupa penjelasan tentang cara-cara meningkatkan perilaku asertif pada korban *bullying*, hal ini bisa dilihat ketika siswa mampu menolak manipulasi dan ancaman teman, mengekspresikan perasaan dalam situasi *bullying*, meminta dukungan sosial dan bersikap tenang dalam situasi *bullying*. (Bandura, 1999) teknik *modeling* merupakan teknik belajar secara langsung maupun tidak langsung melalui pengamatan tingkah laku orang lain. Model yang bisa digunakan seperti perilaku asertif yang dicontohkan oleh (model, film, video, buku cerita atau media lainnya). *Role Playing* merupakan perilaku asertif yang diperankan diharapkan tampak melalui komponen sebagai berikut: menolak manipulasi dan ancaman teman, mengekspresikan perasaan dalam situasi *bullying*, meminta dukungan sosial dan bersikap tenang dalam situasi *bullying*. (Sukarno & Handarini, 2016). *Feedback* ringkas harus mengikuti langkah-langkah tingkah laku (Roland & Vaaland, 2006)

menyatakan siswa dapat melakukan *feedback* dengan memberikan saran perbaikan dan pemberian umpan balik dari penampilan yang dilakukan dalam setiap tahap untuk memperbaiki setiap pelatihan yang dilakukan. *Transfer of training* menurut (Smith & Ananiadou, 2003) berlatih dalam tugas tertentu memudahkan belajar di waktu kemudian hanya untuk tugas yang serupa, hal ini disebut sebagai latihan *transfer of training*. Tugas yang diberikan berupa (1) tugas antarpribadi yang terkait dengan berbagai tugas untuk mengatasi setiap kesulitan yang dialami selama melakukan pelatihan perilaku asertif, (2) menulis di lembar refleksi mengenai perasaan mereka ketika sedang dan sesudah melakukan pelatihan asertif, (3) mentrasfer dan mempraktikkan secara langsung perilaku yang telah dipelajari dalam kehidupan masyarakat terutama dalam situasi *bullying*.

Dari tahapan-tahapan di atas, prosedur yang dipandang tepat digunakan karena pada dasarnya asertif itu merupakan konsep behavioristik. Dengan demikian, pencapaian efektivitas meningkatkan perilaku asertif ini perlu difasilitasi oleh konselor melalui langkah-langkah pelatihan yang operasional dan konkret. *Structured Learning Approach* dipilih sebagai teknik pelatihan karena terdapat kriteria bahwa hubungan struktural antara tahapan-tahapan teknik yg di gunakan untuk memprediksi akibat-akibat yang dapat diverifikasi melalui observasi, serta dapat digunakan untuk meningkatkan hasil belajar dan dapat digunakan untuk mengembangkan konsep-konsep baru. Langkah-langkah pelatihan terstruktur cukup jelas dan sangat membantu untuk melatih perilaku kepada siswa. Melalui teknik *Structured Learning Approach* diharapkan bisa meningkatkan perilaku asertif pada siswa korban *bullying*.

Perilaku asertif bukanlah suatu keterampilan yang sudah dimiliki sejak lahir, sehingga untuk membentuk seseorang bersikap asertif dengan pelatihan asertif yang bertahap dan sebaiknya dimulai sejak usia dini. Untuk melatih perilaku asertif diperlukan pelatihan-pelatihan untuk meningkatkan atau membentuk perilaku asertif tersebut menggunakan *Structured Learning Approach*. Memiliki perilaku asertif berarti dapat mengembangkan perilaku berani dalam mengungkapkan segala sesuatu yang dipikirkan atau dirasakan kepada orang lain dalam hubungan interpersonal. Bersifat asertif dapat diartikan dengan memberikan respon secara wajar, relevan dan konsisten dengan tuntutan konteks situasi sosial tertentu, perilaku asertif dapat menumbuhkan rasa percaya diri remaja dalam membina hubungan sosial dengan orang lain yang memiliki rentang usia lebih dewasa maupun seusia dengan remaja. Perilaku asertif dapat memberikan dampak positif bagi remaja dalam meredakan perasaan cemas yang seringkali muncul ketika remaja merasa bahwa hak-haknya telah dirampas orang lain apa lagi saat menjadi korban *bullying* di sekolahnya. (Tannous, 2015) menjelaskan karakteristik siswa yang menjadi korban *bullying* yaitu siswa yang belum mampu berperilaku asertif akan lebih mudah menjadi korban *bullying*.

Menurut (Damayanti, Anni, & Mugiarto, 2016) mengatakan siswa yang tidak berperilaku asertif sering mengalami berbagai kesulitan dalam hubungan antar pribadi di lingkungan rumah, sekolah, dan masyarakat. Pelatihan perilaku asertif ini sangat berguna bagi siswa, seperti (1) memiliki kesulitan untuk mengekspresikan kemarahannya; (2) memiliki kesulitan untuk mengatakan tidak atau menolak permintaan teman; (3) terlalu sopan dan lemah sehingga memungkinkan siswa lain untuk melakukan *bullying*; (4) sulit untuk mengekspresikan rasa sayang dan tanggapan positif; (5) siswa yang merasa tidak memiliki hak-hak untuk mengungkapkan pikiran, perasaan dan keyakinan atau yang memiliki fobia sosial (tidak mau bergaul). Berperilaku asertif sangat diperlukan siswa korban *bullying* agar tidak mengalami tindakan *bullying* yang berulang-ulang oleh siswa lain. Menurut (Zimbardo, 2017) melihat kondisi seperti itu, pendidikan bertanggung jawab terhadap tugasnya, perlu diupayakan sebuah upaya untuk membangkitkan semangat siswa yang menjadi korban *bullying* merasa tertekan sehingga siswa mampu menolak manipulasi dan ancaman teman, berani dalam mengekspresikan dirinya dalam situasi *bullying*, meminta dukungan sosial dan bersikap tenang dalam situasi *bullying*.

Penelitian ini dilakukan dengan mempertimbangkan penelitian-penelitian terdahulu seperti penelitian. (Latifah, 2015) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa SLA efektif untuk membuat penyesuaian diri siswa Prakerin di Lingkungan Universitas Kanjuruhan menjadi meningkat. Penelitian (Azis, 2015) dalam penelitiannya menggunakan *Structured Learning Approach* untuk melatih keterampilan perilaku asertif pada siswa SMA. Selain itu, Wahyuni (2012) melakukan penelitian juga menggunakan *Structured Learning Approach* menunjukkan bahwa *Structured Learning Approach* cenderung berpengaruh positif pada peningkatan keterampilan dasar komunikasi calon konselor. (Wahyu, Ardyanti, Hitipeuw, & Ramli, 2017) tentang pengaruh modifikasi *Structured Learning Approach* untuk meningkatkan keterampilan sosial di sekolah dasar untuk siswa berisiko. Hasilnya menunjukkan bahwa modifikasi *Structured Learning Approach* dapat meningkatkan keterampilan berbagai sosial. Berdasarkan uraian penjelasan mengenai rendahnya perilaku asertif pada siswa yang menjadi korban *bullying*, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan *structured learning approach* untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa korban *bullying* di SMA.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini berupa penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *experimental, single group pre-test & post-test design*. Desain satu kelompok pre-test & post-test design adalah “one shot case study” yang diperbaiki sedikit. Subjek penelitian ini adalah kelas X siswa SMA Negeri 7 Malang yang diidentifikasi memiliki perilaku asertif rendah dan pernah menjadi korban *bullying*. Instrumen yang disusun dalam penelitian ini yaitu Perilaku Asertif siswa korban *Bullying* yang menggunakan metode angket.

Teknik analisis data dengan statistic menggunakan uji statistik non-parametrik. Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah *uji-Wilcoxon*. Uji validitas instrumen yang digunakan adalah uji *pearson product moment* dan uji reliabilitas dengan melihat nilai *Alpha Cronbach* yang dianalisis dengan SPSS for Windows versi 21.0. Uji empiris dilaksanakan pada hari Senin 17 September 2018 dengan 40 responden, yaitu siswa kelas X SMA Negeri 7 Malang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data deskriptif terhadap *pre-test* menyimpulkan bahwa tingkat perilaku asertif subjek penelitian sebelum adanya pemberian intervensi memiliki nilai rata-rata (*mean*) sebesar 113. Hasil deskripsi data *pre-test* ke dalam tiga kategori perilaku asertif (rendah, sedang, tinggi) menunjukkan bahwa sebelum pemberian intervensi, seluruh objek memiliki perilaku asertif yang rendah. Data *post-test* diambil setelah adanya pemberian intervensi berupa pelatihan *Structured Learning Approach* menggunakan skala perilaku asertif yang telah di uji menggunakan uji *pearson product moment* sebanyak 42 butir. Dengan nilai rata-rata skor *post-test* sebesar 136. Selanjutnya, deskripsi data *post-test* ke dalam tiga kategori perilaku asertif (rendah, sedang, tinggi) menunjukkan bahwa secara umum perilaku asertif siswa berada pada kategori tinggi. Kesimpulan ini diperoleh dari analisis terhadap delapan subjek penelitian, sejumlah dua orang atau 25% memiliki perilaku asertif dengan tingkat kategori tinggi, sedangkan sisanya enam orang atau 75% memiliki skor tingkat perilaku asertif kategori sedang (Tabel 1).

Tabel 1. Deskripsi Data Perubahan Skor Perilaku Asertif

Inisial Subjek	Skor <i>Pre-Test</i>	Kategori	Skor <i>Post-Test</i>	Kategori
AN	110	Rendah	127	Sedang
ZF	112	Rendah	126	Sedang
EL	115	Rendah	124	Sedang
RQ	117	Rendah	166	Tinggi
AB	114	Rendah	125	Sedang
YD	113	Rendah	168	Tinggi
RS	115	Rendah	125	Sedang
AD	108	Rendah	127	Sedang

Hasil uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon* nilai Z_{hitung} sebesar -2,251 (nilai mutlak) dengan signifikan 0,012. Oleh karena signifikansi Z_{hitung} sebesar 0,012 ($sig < 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima untuk itu dapat diartikan terdapat perbedaan *mean* peningkatan signifikan pada skor *pre-test* dan *post-test* (Tabel 2).

Tabel 2. Ringkasan Uji Wilcoxon

Z_{hitung}	Signifikansi	Keterangan	Kesimpulan
-2,251 (nilai mutlak)	0,012	H_0 ditolak dan H_a diterima	Adanya perbedaan yang signifikan pada mean peningkatan skor hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>

Kesimpulan ini diperoleh hasil deskriptif dimana diketahui mean peringkat skor membuktikan bahwa *mean* peringkat skor *post-test* memperoleh peringkat teratas jika dibandingkan *mean* peringkat skor *pre-test* (rata-rata peringkat skor *post-test* sebesar 4,5, sedangkan *pre-test* sebesar 12,5). Selain itu, hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan *mean* peringkat skor *pre-test* dan *post-test* (Tabel 3).

Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Efektivitas Pelatihan *Structured Learning Approach*

Hasil Analisis Data			Kesimpulan
Deskriptif	Hipotesis	Keterangan	
Mean Peringkat	Wilcoxon		
Post-Test = 4,5 Pre- Test = 12,5	$Z_{hitung} = -2,521$ (Sig 0,012 < 0,05).	Terdapat perbedaan yang signifikan	Pelatihan <i>Structured Learning Approach</i> untuk meningkatkan perilaku asertif siswa SMA yang menjadi korban <i>bullying</i>

SIMPULAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen untuk mengetahui peningkatan perilaku asertif siswa korban *bullying* melalui pelatihan *Structured Learning Approach*. *Structured Learning Approach* mempunyai lima komponen, yaitu (1) *Instruction*, (2) *Modeling*, (3) *Role Playing*, (4) *Feedback*, dan (5) *Transfer of Training*. Korban *bullying* kurang mampu menunjukkan perasaan untuk melawan ketika mengalami tindakan *bullying* karena takut pelaku semakin meningkatkan tindakan *bullying*.

Hasil analisis data deskriptif terhadap *pre-test* menyimpulkan bahwa tingkat perilaku asertif subjek penelitian sebelum adanya pemberian intervensi memiliki nilai rata-rata (*mean*) sebesar 113. Hasil deskripsi data *pre-test* ke dalam tiga kategori perilaku asertif (rendah, sedang, tinggi) menunjukkan bahwa sebelum pemberian intervensi seluruh objek memiliki perilaku asertif yang rendah. Data *post-test* diambil setelah adanya pemberian intervensi berupa pelatihan *Structured Learning Approach*. Hasil deskriptif rata-rata peringkat skor *post-test* sebesar 4,5, sedangkan *pre-test* sebesar 12,5.

Penelitian pelatihan *Structured Learning Approach* ini dapat membantu guru BK/konselor untuk menyampaikan materi tentang perilaku asertif pada siswa SMA yang menjadi korban *bullying*. Selain itu, melalui layanan BK disarankan kepada guru BK untuk belajar pelatihan *Structured Learning Approach* secara luas dan mendalam guna meningkatkan kualitas dalam layanan bimbingan dan konseling.

Guru BK dapat meningkatkan keterampilan dalam melaksanakan pelatihan *structured learning approach* di SMA N 7 Malang. Selain itu, dapat membantu permasalahan siswa yang berkaitan dengan rendahnya perilaku asertif dan korban *bullying*, sehingga perilaku asertif menjadi tinggi dan dapat melawan *bullying*. Universitas Negeri Malang dapat dijadikan sebagai sumber untuk mengembangkan kegiatan keilmuan dan pendidikan terutama untuk mahasiswa Pascasarjana jurusan S2 Bimbingan dan Konseling.

DAFTAR RUJUKAN

- Azis, A. R. (2015). Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Korban Bullying. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 3(2), 8–14. Retrieved from <http://jurnal.konselingindonesia.com/index.php/jkp/article/view/25>
- Bandura, A. (1999). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Asian Journal of Social Psychology*, 2(1), 21–41. <https://doi.org/10.1111/1467-839X.00024>
- Cowie, H., & Dawn, J. (2008). *New Perspective On bullying*.
- Damayanti, M., Anni, C. T., & Mugiarto, H. (2016). Indonesian Journal of Guidance and Counseling. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 5(1), 39–44. Retrieved from journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk
- Latifah, L. (2015). Efektivitas Teknik SLA (Structured Learning Approach) untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Prakerin di Lingkungan Universitas Kanjuruhan, 1(1), 77–85.
- Roland, E., & Vaaland, G. S. (2006). *ZERO Teachers' Guide to the Zero Anti-Bullying Programme*. Retrieved from http://laringsmiljosenteret.uis.no/getfile.php/Læringsmiljøsenderet/Pdf/Mobbing/ZERO_TEACHERS_GUIDE.pdf
- Smith, P. K., & Ananiadou, K. (2003). The Nature of School Bullying and the Effectiveness of School-Based Interventions, 5(2).
- Sukarno, T., & Handarini, D. (2016). Pengembangan Panduan Pelatihan Creative Problem Solving untuk Mencegah Bullying di SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 33–39. <https://doi.org/10.17977/um001v1i12016p033>
- Tannous, F. G. (2015). The effectiveness of assertiveness training in improving self-esteem among a sample of students with low emotional-behavioral traits. *Journal of Adult and Non Formal Education*, 3(1), 55–61.
- Wahyu, A., Ardyanti, T., Hitipeuw, I., & Ramli, M. (2017). Structured Learning Approach (SLA) Modification to Improve Sharing Skills of At-Risk Students. *European Journal of Education Studies*, 361–376. <https://doi.org/10.5281/zenodo.819481>
- Zimbardo, P. (2017). Preventing Bullying by Systemic Changes and Reframing. *Core Concepts in Psychology*, 1–6.