



**PERBEDAAN PERILAKU ASERTIF YANG MENGIKUTI
KEGIATAN EKSTRAKURIKULER DAN YANG TIDAK
MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER PADA SISWA/I
SMA NEGERI 16 MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Medan Area**

Oleh :

**WINDA AINI SIREGAR
08.860.0142**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2014**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 29/7/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : PERBEDAAN PRILAKU ASERTIF YANG
MENGIKUTI KEGIATAN
EKSTRAKULIKULER DAN YANG TIDAK
MENGIKUTI KEGIATAN
EKSTRAKULIKULER PADA SISWA/I SMA
NEGERI 16 MEDAN

NAMA MAHASISWA : WINDA AINI SIREGAR

NO.STAMBUK : 08.860.0142

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

(Prof. Dr. H. Abdul Munir, M. Pd)

Pembimbing II

(Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi)

MENGETAHUI

Kepala Bagian

(Elli Arita, S.Psi, MM, M.Pd)

Dekan

(Prof. Dr.H. Abdul Munir, M.Pd)

UNIVERSITAS MEDAN AREA Tanggal Lulus 19 November 2014

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA
DAN DITERIMA UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN
DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal 19 November 2014

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA



DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd, M.Psi
2. Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi
3. Prof.Dr. Abdul Munir M.Pd
4. Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi

Three handwritten signatures in yellow ink are written over horizontal lines. The signatures are stylized and appear to be the names of the members of the examination board listed in the adjacent list.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila kemudian hari ditemukan adanya plagiasi maka saya rela gelar keserjanaan saya dicabut.



Medan, 19 November 2014

Penulis

Winda Aini Siregar

PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh, kusun jari jemari ku di atas keyboard laptop ku sebagai pembuka kalimat persembahan ku. Diikuti dengan Bismillahirrahmanirrahim sebagai awal setiap memulai pekerjaanku.

Sembah sujud serta puji dan syukurku pada-Mu Allah SWT. Tuhan semesta alam yang menciptakanku dengan bekal yang begitu teramat sempurna: Taburan cinta, kasih sayang, rahmat dan hidayat-Mu telah memberikan ku kekuatan, kesehatan, semangat pantang menyerah dan memberkatiku dengan ilmu pengetahuan serta cinta yang pasti ada disetiap ummat-Mu. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya tugas akhir ini dapat terselesaikan. Sholawat dan salam selalu ku limpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW.

Ku persembahkan tugas akhir ini untuk orang tercinta dan tersayang atas kasihnya yang berlimpah. **Teristimewa Ayahanda dan Ibunda tercinta, tersayang, terkasih, dan yang terhormat.** Kupersembahkan sebuah tulisan dari didikan kalian yang ku aplikasikan dengan ketikan hingga menjadi barisan tulisan dengan beribu kesatuan, berjuta makna kehidupan, tidak bermaksud yang lain hanya ucapan TERIMA KASIH yang setulusnya tersirat dihati yang ingin ku sampaikan atas segala usaha dan jerih payah pengorbanan untuk anakmu selama ini. Hanya sebuah kado kecil yang dapat ku berikan dari bangku kuliahku yang

perjalanan untuk mendapatkan masa depan yang ku inginkan atas restu dan dukungan yang kalian berikan. Tak lupa permohonan maaf ananda yang sebesar-sebesarnya, sedalam-dalamnya atas segala tingkah laku yang tak selayaknya diperlihatkan yang membuat hati dan perasaan ayah dan ibu terluka, bahkan teriris perih.

Ku bermohon dalam sujudku pada-Mu ya Allah, ampunilah segala dosa-dosa orang tuaku, bukakanlah pintu rahmat, hidayat, rezeki bagi mereka. Ya Allah, maafkan atas segala kekhilafan mereka, jadikan mereka ummat yang selalu bersyukur dan menjalankan perintah-Mu. Ya Allah, Anugerahkan mereka, kesehatan, kekuatan, kesejahteraan dan tidak mudah lupa agar mereka dapat menjalani kehidupan sesuai dengan apa yang Engkau perintahkan. Aku mohon perlindungan-Mu terhadap mereka agar mereka terhindar dari siksa kubur dan siksa api neraka.

Ya Allah, berilah mereka balasan yang sebaik-baiknya, atas didikan mereka padaku dan pahala yang besar atas kasih sayang yang mereka limpahkan padaku, peliharalah mereka sebagaimana mereka memeliharaiku. Dan jadikan hamba-Mu ini anak yang selalu berbakti pada orang tua, dan dapat mewujudkan mimpi orang tua serta membalas jasa orang tua walaupun jelas terlihat bahwa jasa orang tua begitu besar, takkan terbalas oleh dalam bentuk apapun. Sesungguhnya Engkaulah yang memiliki Kurnia Maha Agung, serta anugerah yang tak berakhir dan Engkaulah yang Maha Pengasih diantara semua pengasih. Aamiin.

MOTTO

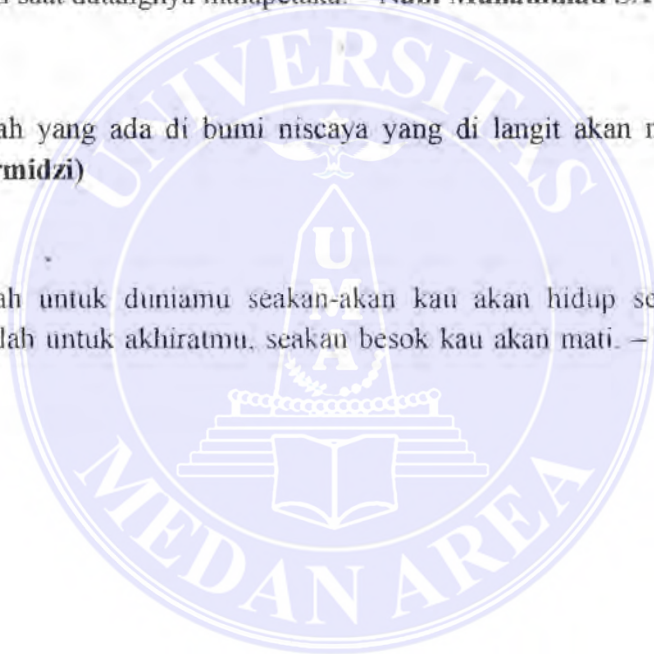
Jadilah Matahari untuk orang lain, walaupun hanya menjadi Matahari yang kecil
(Winda aini siregar)

Sesungguhnya orang yang paling takut kepada Allah diantara hamba-hambaNya
adalah orang yang berilmu. – **Q.S. Fathir ayat 28**

Apabila diserahkan sesuatu (pekerjaan) kepada orang yang bukan ahlinya,
tunggulah saat datangnya malapetaka. – **Nabi Muhammad SAW**

Sayangilah yang ada di bumi niscaya yang di langit akan menyayangi kalian.
(**HR. Tirmidzi**)

Bekerjalah untuk duniamu seakan-akan kau akan hidup selama-lamanya dan
berusahalah untuk akhiratmu, seakan besok kau akan mati. – **Nabi Muhammad
SAW**



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, atas segala berkah, rahmat, dan karunia-Nya yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, kekuatan, kesabaran, dan kesempatan kepada peneliti sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini. Akan tetapi sesungguhnya peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik. Hingga selesainya penulisan skripsi ini telah banyak menerima bantuan waktu, tenaga dan pikiran dari banyak pihak. Sehubungan dengan itu, maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Abdul Munir, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini, dan selaku dosen pembimbing I (satu) penulis skripsi ini yang selalu memberikan arahan, saran, dan keritikan dari awal penyusunan hingga akhir penyelesaian skripsi ini 2.
2. Ibu Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing II (dua) penulisan skripsi ini yang selalu memberikan arahan, saran, dan kritikan dari awal penyusunan hingga akhir penyelesaian skripsi ini 3.
3. Ibu Nini Sriwahyuni, S.Psi, sebagai dosen penguji. Terima kasih atas segala kritik, masukan, bimbingan, dan saran yang telah diberikan kepada peneliti guna membuat penelitian ini menjadi lebih baik. Masukan itu sangat berguna bagi saya untuk selanjutnya.
4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM selaku ketua jurusan psikologi perkembangan dan sebagai sekretaris penguji yang selalu memberikan kemudahan dalam memperlengkapi berkas-berkas dari penyusunan seminar proposal hingga penyusunan berkas sidang.
5. Dosen-dosen dan staf administrasi Fakultas Psikologi yang telah memberikan masukan dan dukungan dan membantu segala hal yang berbentuk administrasi saya selama pengerjaan skripsi ini.

6. Orang tua saya, Wafat Winda siregar dan Ibu saya Winda Fitri yang telah menjadi orang tua yang sangat luar biasa untuk saya yang telah mengorbankan waktu tenaga, dan uang untuk membiayai saya dari awal Sekolah Dasar (SD) hingga ke Perguruan Tinggi selalu mendukung selalu mendoakan memberikan kasih sayang yang luar biasa sehingga selalu ada motivasi untuk mengerjakan dan menyelesaikan skripsi ini.
 7. Untuk kedua ibu, bu nian dan bu nani yg paling kusayang terimakasih telah memberiku motivasi buat ku semangat doanya buat masi ya bu ku tersayang
 8. Untuk kedua sahabatku wilda dan tika yg telah memberiku motivasi semangat dan canda tawa kalian disaat aq sedih susah kalia selalu ada buat ku selalu mau mendengar keluh kesah ku makasi yaa sahabat sahabata ku
 9. Untuk adik adikku tersyanga doli pijal icah. kali lah semangat terbesar buat kakak I love you brouder end sister.
 10. Untuk Saida Mawaddah Nasution, Marlina Simanjuntak, Wilda Rahma Wati, Riska Tiska Sari terima kasih atas bantuannya dan canda tawa selama ini
- Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak atas perhatian dan pemberian semangat selama proses penyelesaian skripsi.

ABSTRAK

WINDA AINI SIREGAR

08.860.0142

Perbedaan Perilaku Asertif Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler dan Yang Tidak Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Siswa / I SMA Negeri 16 Medan

Hasil penelitian diketahui bahwa terdapat perbedaan perilaku asertif pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 16 Medan dan dapat membantu siswa untuk dapat berperilaku asertif, sebab salah satu upaya menumbuhkan perilaku asertif yaitu menumbuhkan rasa percaya diri siswa dan kegiatan ekstrakurikuler adalah salah satu jalan keluarnya.

Berdasarkan hasil perhitungan dari analisis t tes diketahui terdapat perbedaan perilaku asertif ditinjau dari kegiatan ekstrakurikuler ikut dan tidak ikut. Hasil ini diketahui dengan melihat nilai dan koefisien perbedaan Anava dengan koefisien $t = 6,967$ dengan $p = 0,000 < 0,080$. Berdasarkan hasil ini berarti hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada perbedaan perilaku asertif ditinjau dari kegiatan ekstrakurikuler, dinyatakan diterima. Variabel perilaku asertif dalam penelitian ini diungkap dengan menggunakan skala yang berjumlah 50 butir dan diformat menggunakan skala Likert dengan 5 pilihan jawaban, maka mean hipotetikunya adalah $(50 \times 1) + (50 \times 5) / 2 = 150,00$. Berdasarkan analisis data, seperti terlihat dari analisis diketahui bahwa, mean empirik variabel perilaku asertif secara total adalah 158,406, perilaku asertif sebesar 171,800 dan perilaku asertif tidak ikut adalah sebesar 167,320.

Kata Kunci : Perilaku Asertif dan Ekstrakurikuler



DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	10
A. Perilaku Asertif	10
1. Pengertian Siswa	10
2. Pengertian Perilaku Asertif	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif	15

4. Aspek-aspek Perilaku Asertif	20
5. Ciri-ciri Perilaku Asertif	21
6. Karakteristik Perilaku Asertif	24
B. Kegiatan Ekstrakurikuler	26
1. Pengertian Ekstrakurikuler	26
2. Fungsi dan Tujuan Ekstrakurikuler	27
3. Sasaran dan Prinsip Pelaksanaan	28
4. Macam-macam Kegiatan Ekstrakurikuler	29
C. Perbedaan Perilaku Asertif pada Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler dan yang Tidak Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler	36
D. Kerangka Konseptual	41
E. Hipotesis	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Identifikasi Variabel Penelitian	42
B. Defenisi Oeprasional Variabel Penelitian	42
C. Populasi dan Metode Pengumpulan Sampel	43
1. Populasi	43
2. Sampel	44
D. Teknik Pengumpulan Data	44
E. Metode Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
A. Orientasi Kancah	49
B. Persiapan Penelitian	49

C. Pelaksanaan Penelitian	50
D. Analisis Data dan Pembahasan	57
1. Analisis Data	57
2. Hasil Pembahasan	64
E. Pembahasan	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran	70

DAFTAR PUSTAKA

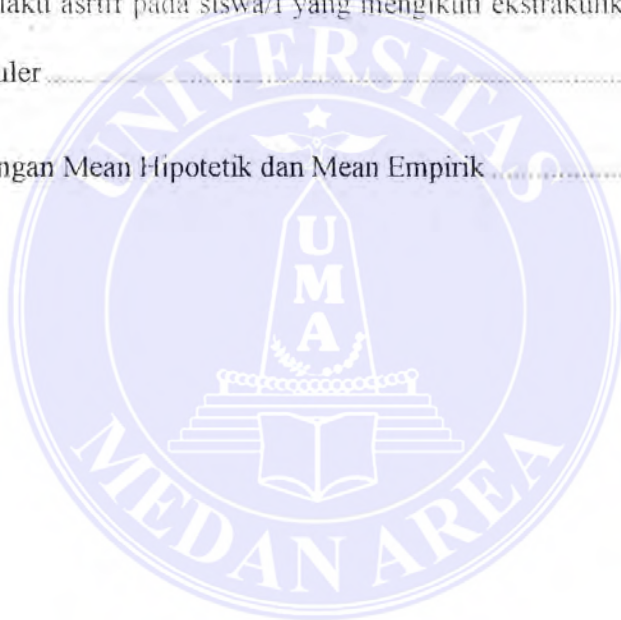
LAMPIRAN – LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Butir Skala perilaku asertif Sebelum Uji Coba	43
Tabel 2. Distribusi Butir Skala perilaku asertif Setelah Uji Coba	45
Tabel 3. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	47
Tabel 4. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Varians	47
Tabel 5. Rangkuman Hasil Analisis Varians 1 Jalur	48
Tabel 6. Peringkat perilaku asertif pada siswa/i yang mengikuti ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti ekstrakurikuler	49
Tabel 7. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	50



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A

Alat Ukur Penelitian

1. Skala prilaku asertif

LAMPIRAN B

Data Uji Coba

1. Data Uji Coba Skala prilaku asertif

LAMPIRAN C

Uji Validitas Aitem Dan Reliabilitas Data Uji Coba

1. Uji Validitas Aitem dan Reliabilitas Skala prilaku asertif

LAMPIRAN D

Analisis Data Penelitian

1. Uji Normalitas
2. Uji Homogenitas

LAMPIRAN E

Surat Keterangan Bukti Penelitian





BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Siswa adalah remaja yang masih memerlukan bimbingan dan arahan agar mereka memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Kepercayaan diri dari setiap siswa harus diarahkan agar kepercayaan diri tersebut mempunyai dampak yang positif sehingga siswa memiliki perilaku asertif. Siswa adalah remaja dan merupakan salah satu bagian yang terpenting dalam masa pertumbuhan anak-anak menjadi dewasa, dalam perkembangan kepribadian seseorang masa remaja mempunyai arti yang khusus, namun begitu masa remaja mempunyai tempat yang tidak jelas (ia tidak termasuk golongan anak, tetapi ia tidak pula termasuk golongan orang dewasa atau golongan tua) remaja ada diantara anak dan orang dewasa. Remaja masih belum mampu menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya. Oleh karena itu mereka sangat memerlukan suatu arahan yang tepat agar mereka mampu membentuk suatu kepribadian yang baik.

Menurut Hendriati Agustian, (2006) pada tahap remaja merupakan perubahan secara kognitif dan mulai mampu berfikir abstrak seperti orang dewasa. Dimana remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya. Oleh karena itu remaja dituntut untuk mampu menampilkan tingkah laku yang dianggap pantas atau sesuai dengan orang-orang seusianya. Alberti dan Emmons (2001) perilaku asertif adalah pernyataan diri yang positif, dengan tetap menghargai orang lain sehingga akan

dapat meningkatkan kepuasan kehidupan pribadi serta kualitas hubungan dengan orang lain.

Perilaku asertif merupakan suatu perilaku yang interpersonal antar pribadi yang melibatkan kejujuran dan selalu mempertimbangkan perasaan orang lain, saling menghargai antar sesama. Kepercayaan diri yang ada dalam diri siswa akan membantu pembentukan siswa tersebut, sebab pembentukan siswa akan sangat tergantung oleh beberapa hal diantaranya adalah oleh pola asuh yang akan diterima remaja dilingkungan keluarga dan lingkungan sekitarnya begitu juga dengan lingkungan sekolah, jenis kelamin, kepercayaan diri, kebudayaan, pendidikan, tipe kepribadian, serta situasi tertentu dari lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu faktor diatas sangat menentukan pembentukan dari karakteristik seorang remaja.

Di lingkungan sekolah, peserta didik merupakan unsur inti kegiatan pendidikan, karena itu jika tidak ada peserta didik, tentunya tidak akan ada kegiatan pendidikan. Lebih-lebih di era persaingan antar lembaga pendidikan yang begitu ketat seperti sekarang, sekolah harus berjuang secara sungguh-sungguh untuk mendapatkan peserta didik. Tidak sedikit lembaga pendidikan yang mati karena kehabisan peserta didik. Harapan agar siswa mampu berperilaku asertif dengan mengikuti kegiatan proses belajar mengajar dan kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya sekolah. Oleh karena itu suatu sekolah terus mengembangkan potensi, minat, bakat, dan hobi yang dimiliki oleh peserta didik.

Sekolah bisa memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan potensi, minat, bakat, dan hobi tersebut, serta untuk meningkatkan kemampuan siswa untuk berperilaku asertif. Pengertian ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran yang diselenggarakan di luar jam pelajaran biasa. Kegiatan ini dilaksanakan sore hari bagi sekolah-sekolah yang masuk pagi, dan dilaksanakan pagi hari bagi sekolah-sekolah yang masuk sore. Ekstrakurikuler dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa. Misalnya saja olahraga, kesenian, dan berbagai macam ketrampilan serta kepramukaan.

Kemampuan berperilaku asertif akan ditunjukkan oleh siswa dari sikap mereka menghadapi permasalahan yang dimilikinya, sikap mereka dalam bertutur bahasa, sikap mereka dalam menghargai orang lain serta pernyataan diri yang positif lainnya, dengan tetap menghargai orang lain sehingga akan dapat meningkatkan kepuasan kehidupan pribadi serta kualitas hubungan dengan orang lain. Perilaku asertif merupakan kemampuan seseorang untuk dapat menyampaikan atau merasa bebas untuk mengemukakan perasaan dan pendapatnya serta berkomunikasi dengan semua orang.

perubahan perilaku asertif tersebut akan mudah terbentuk dan berhasil dengan baik jika siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler untuk mengembangkan seluruh bakat, hobi, keterampilan yang dimilikinya. Sebab dengan kegiatan ekstrakurikuler siswa lebih dapat berperan aktif dalam proses tersebut dan hal itu akan membantu pertumbuhan mental dan psikologis mereka untuk menjadi lebih baik lagi.

Perbedaan perilaku asertif dari diri siswa akan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pola asuh, jenis kelamin, kepercayaan diri siswa, kebudayaan pendidikan, tipe kepribadian serta lain-lain. Hal tersebut akan mempengaruhi. Dan kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan oleh sekolah akan mampu membentuk pola pikir yang baik dan akan membentuk suatu kepribadian yang baik dari siswa sehingga mereka mampu meningkatkan perilaku asertif mereka dan mereka mampu bersikap lebih arif, adil, mandiri serta sikap positif lainnya.

Kegiatan ekstrakurikuler juga akan menumbuhkan mental yang baik dan positif, oleh karena itu akan terjadi perbedaan antara siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Sebab siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan, lebih bijak dalam bersikap dan mengambil keputusan dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler mereka lebih cenderung minder dan kurang percaya diri dalam menghadapi permasalahan yang timbul.

Bentuk perilaku asertif siswa yang dapat dilihat dari cara kejujuran siswa mengungkapkan apa yang menjadi permasalahan dan apa yang mereka pikirkan, dan kemampuan mereka untuk menentukan sikap ataupun mengungkapkan perasaan kemampuan siswa dalam merespon situasi disamping itu bentuk perilaku asertif dapat dilihat juga pada tingkah laku dan sikap siswa dalam menyelesaikan dan menanggapi sebuah permasalahan atau kasus yang dihadapi, serta kemampuan siswa dalam melakukan penyesuaian pergaulan sosial dilingkungan sekolah ataupun lingkungan keluarga dan masyarakat.

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Medan yang bertempat di Jalan Marelan Terjun Medan. Pemilihan lokasi penelitian ini dianggap sangat tepat karena peneliti ingin menyalurkan pembiasaan di rumah dan arahan kepada remaja (siswa/siswi) serta bimbingan agar dapat membantu terbentuknya kepercayaan diri sehingga seluruh remaja (siswa) mampu berperilaku secara asertif.

Kegiatan ekstrakurikuler akan membantu pembentukan perilaku asertif, sebab dengan diikutinya kegiatan ekstrakurikuler maka siswa akan memiliki rasa perilaku asertif, perilaku asertif dapat membantu dan membentuk siswa untuk dapat mengungkapkan atau menyatakan perasaan dan pendapatanya, perilaku asertif juga ditandai dengan kemampuan siswa untuk berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur dan tepat, perilaku asertif juga akan membantu siswa untuk mempunyai pandangan positif terhadap hidup dan selalu tanggap terhadap perubahan, perilaku asertif juga akan membantu siswa untuk bertindak dengan cara hormat dan menerima keterbatasan sehingga kegagalan akan dapat dihindari dan kegiatan ekstrakurikuler akan membantu siswa untuk membentuk perilaku asertif. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan dengan mudah untuk membentuk perilaku asertif dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Berdasarkan hasil data maka diketahui bahwa kegiatan ekstrakurikuler akan memberikan bimbingan dan arahan kepada seluruh siswa agar mereka mempunyai rasa kepercayaan diri yang tinggi yang dapat menumbuhkan prilaku asertif. Tetapi pada kenyataannya kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti oleh remaja (siswa kelas

... di dalam SMA tersebut kurang mampu membekali siswa untuk menumbuhkan perilaku asertif.

Permasalahan dalam upaya menumbuhkan perilaku asertif di SMA Negeri 16 Medan, adalah kurang tertariknya siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan alasan termotivasinya siswa karena malas, tidak mendapatkan izin orang tua, pulang lebih lama. Dan kegiatan ekstrakurikuler lainnya dijadikan sebagai kegiatan organisasi semata, untuk mengisi waktu luang, menambah teman dalam pergaulan, dan remaja (siswa kelas X, XI dan XII) banyak yang enggan untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Bimbingan dan arahan yang diberikan oleh guru dan wali kelas tidak banyak membantu untuk meningkatkan minat remaja (siswa kelas X, XI dan XII) untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan.

Kegiatan ekstrakurikuler akan menumbuhkan sikap positif siswa dalam menghadapi seluruh permasalahan yang dihadapinya dan mereka mampu bersikap positif dan bersikap asertif dalam menyelesaikan seluruh permasalahan yang ada, dan kegiatan ekstrakurikuler akan menambah rasa percaya diri dari siswa. Berdasarkan uraian di atas, untuk mengetahui kegiatan ekstrakurikuler di sekolah, penyusun melakukan penelitian di SMA Negeri 16 medan. Dan penelitian tersebut diberi judul **“Perbedaan Perilaku Asertif Pada Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler dan Yang Tidak mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Pada SMA Negeri 16 Medan”**.

Berdasarkan wawancara dan observasi yang dilakukan di SMA Negeri 16 Medan dapat diketahui bahwa peningkatan kualitas lulusan SMA Negeri 16 Medan tidak hanya dilakukan dengan cara belajar terus menerus di dalam kelas melainkan di SMA Negeri 16 Medan ini sudah menyediakan wadah yang dapat menampung bakat dan minat peserta didik. Yaitu kegiatan ekstrakurikuler, dimana kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan di SMA Negeri 16 Medan adalah pada sore hari

Berdasarkan permasalahan diatas, penelitian tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang : **Perbedaan Perilaku Asertif Pada Siswa Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler dan Yang Tidak mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Pada SMA Negeri 16 Medan”.**

B. Identifikasi Masalah

Perilaku asertif tidaklah muncul begitu saja, banyak faktor yang mempengaruhi perilaku asertif salah satu faktornya adalah pola asuh, jenis kelamin, kepercayaan diri, kebudayaan, pendidikan, keyakinan, tipe kepribadian, lingkungan. Berdasarkan fenomena yang dapat dilihat di lokasi penelitian, yakni siswa/siswi SMA Negeri 16 Medan yaitu banyak siswa yang kurang tertarik untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sehingga kemampuan untuk berperilaku asertif masih rendah hal ini disebabkan siswa masih memiliki emosi yang belum mampu dikendalikan dengan baik

C. Batasan masalah

Penelitian ini dibatasi hanya pada perbedaan perilaku asertif terhadap siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dimana dapat dilihat dari cara siswa bersikap dan bertindak dalam menyelesaikan masalah dan mengkomunikasikan harapan dan tujuan yang diinginkan secara baik dan tepat tanpa menyinggung pihak lainnya.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan, fokus permasalahan yang diteliti dalam rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana perbedaan perilaku asertif pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pada SMA Negeri 16 Medan.

E. Tujuan Penelitian

Mengacu kepada rumusan masalah, tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui perbedaan perilaku asertif pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pada SMA Negeri 16 Medan

F. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian, penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini akan menghasilkan manfaat dan hasil berguna bagi penelitian lain yang akan mengadakan penelitian selanjutnya dan dapat menjadi bahan acuan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan memperluas kemampuan dalam mengembangkan teori psikologi perkembangan pada umumnya terutama dalam kajian terhadap perilaku asertif.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi psikologi perkembangan dan memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan dapat memberikan gambaran mengenai perilaku asertif terhadap siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan bahan masukan bagi siswa (para remaja) tentang peranan penting rasa percaya diri sebagai keyakinan pada kemampuan sendiri yang berawal dari tekad pada diri sendiri sehingga perilaku asertif dapat diekspresikan secara tepat, jujur, terbuka, mampu bersikap netral dan tanpa menyinggung perasaan orang lain.



II. PENDAHULUAN

LANDASAN TEORITIS

A. Perilaku Asertif

i. Pengertian Siswa

Siswa merupakan suatu objek dalam dunia pendidikan dimana dengan adanya siswa tersebut maka proses belajar mengajar akan terlaksana dengan baik. Cita-cita ini merupakan faktor pendukung atau pendorong yang dapat menambah semangat dalam belajar dan sekaligus akan menentukan arah yang jelas dalam proses pencapaian tujuan belajar, sehingga ada kalanya semakin tinggi pula upaya belajarnya. Cita-cita merupakan pusat dari bermacam-macam kebutuhan, artinya kebutuhan-kebutuhan biasanya disentralisir disekitar cita-cita itu, sehingga dorongan tersebut mampu mempolasasikan psikis untuk belajar. Disamping itu cita-cita setiap siswa tidak dilaksanakan oleh orang lain tetapi harus bersumber dari siswa itu sendiri.

Siswa akan selalu berusaha dengan memperbanyak sifat keingintahuan dan ingin menyelidiki dunia yang lebih luas, adanya kreativitas yang tinggi, mempunyai keinginan untuk memperbaiki kegagalan yang pernah dialaminya, selalu berusaha untuk menguasai semua pelajaran dan beranggapan bahwa tidak ada bahan pelajaran yang disenangi atau penting. Kemampuan siswa dimaksudkan adalah segala potensi yang berlainan dengan intelektual atau intelegensi sebagai salah satu syarat yang telah dimiliki siswa.

Menurut Slameto (2001) Siswa adalah anak, yang melakukan proses belajar mengajar di dunia pendidikan dan sekolah.

Berdasarkan pengertian diatas maka diketahui bahwa siswa adalah seorang anak didik yang mengikuti proses belajar mengajar di dunia pendidikan baik yang formal maupun yang informal. Dan dalam proses belajar mengajar diperlukan seorang guru yang akan membimbing dan memberikan motivasi kepada siswa agar tujuan yang diharapkan dapat direalisasikan dengan baik.

Selanjutnya kondisi guru juga merupakan faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar, karena faktor fisik dan psikis akan secara bersama-sama sebagai satu kesatuan yang turut serta mempengaruhi guru. Dalam kondisi fisik yang berkeinginan untuk mengajar bahkan tidak mampu mengajar, tetapi sebaliknya apabila siswa memiliki kondisi fisik yang sehat, maka guru lebih bergairah dalam mengajar.

Kondisi lingkungan mengajar, sebenarnya termasuk pula sangat berpengaruh bagi guru, karena tempat dan ruangan mengajar yang kotor akan mempengaruhi minat belajar. Demikian juga lingkungan sekolah, misalnya berada pada lingkungan yang kumuh, maka gurupun akan merasa tidak nyaman untuk mengajar, jika hal ini terjadi waktu proses belajar mengajar. Selain seluruh guru atau seluruh personal sekolah termasuk siswa akan mengalami gangguan kesehatan. Satu hal yang penting diperhatikan tentang lingkungan belajar dalam rangka mengkaji motivasi guru adalah mengenai keberhasilan, tidak perlu bernilai mahal atau mewah, tetapi memenuhi standar kesehatan dan keindahan/kenyamanan.

Guru memproyeksikan salah satu stimulasi yang sangat besar pengaruhnya dalam memotivasi siswa untuk belajar berlangsung dengan baik. Demikian juga halnya mengenai sumber bahan siswa. Ternyata guru pun berkemampuan untuk merancang bahan belajar, agar memotivasi belajar individu bertambah besar dan lebih baik.

2. Pengertian Perilaku Asertif

Di dalam setiap tahapan kehidupan, individu akan memiliki berbagai peran. Pada masa kanak-kanak individu bisa berperan sebagai anak, seorang adik, seorang kakak, ataupun seorang siswa. Pada masa remaja, masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, seorang individu dapat memiliki peran yang lebih banyak dibandingkan dengan masa kanak-kanaknya. Masa remaja merupakan peralihan dari anak-anak menuju dewasa, pada masa ini seorang remaja bukan anak-anak lagi, namun belum tentu dikatakan dewasa. Remaja mengalami masa peralihan sebagai akibat dari posisi yang sebagian diberikan orang tua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang timbul sesudah pemaksaan seksual (pubertas). Masa peralihan tersebut diperlukan agar remaja mampu memikul tanggung jawab dalam menguasai tugas-tugas perkembangan yang diperlukan pada masa dewasa (Hurlock, 2009).

Sehubungan dengan berbagai peristiwa atau kejadian yang dialami manusia, tidak akan terlepas dari hubungan antar pribadi dengan orang lain, baik dengan orang-orang yang berada dalam lingkungan keluarganya, tetangga, maupun dengan teman, dan masyarakat. Hampir sebagian besar waktu dalam kehidupan seseorang digunakan untuk berhubungan dengan orang lain. Hubungan

tersebut dilakukan dengan lain untuk mencapai tujuan dan pemenuhan kebutuhan. Pada saat berinteraksi dengan orang lain, seseorang mungkin akan merasa bahwa cara pandangnya tidak dipahami orang lain, mendapat reaksi yang kurang menyenangkan, merasa hak-haknya tidak terpenuhi, atau gagal untuk mengatakan dengan jelas apa yang sebenarnya diinginkan. Hal-hal tersebut tentunya akan menimbulkan tekanan pada diri seseorang, mengakibatkan individu tersebut menghindari relasi sosial tertentu sehingga timbul suatu konflik yang pada akhirnya menghasilkan masalah dalam perilaku sosialnya. Tanpa adanya kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik dan efektif serta penyesuaian diri yang memadai akan menimbulkan kesulitan dalam membina hubungan dengan orang lain secara efektif dan efisien.

Gunarsa (2002), mengatakan bahwa masa remaja merupakan suatu periode yang unik dan selalu menarik untuk dipantau, karena merupakan masa transisi atau peralihan masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja pada masa transisi dipersiapkan untuk memasuki kedewasaan dan kematangan baik dari segi emosi, intelegensi dan sosialnya. Remaja cenderung memperlihatkan perilaku mau menang sendiri, tidak mau diatur, ingin mandiri, menjadi sensitif dan mudah tersinggung terhadap ucapan dan perilaku orang lain mengenai dirinya. Remaja cenderung akan diamati memberontak jika keinginan atau pendapatnya tidak diterima atau diabaikan. Seberapa serius perubahan masa puber akan mempengaruhi perilaku remaja selanjutnya, sebagian besar tergantung pada kemampuan dan kemauan remaja tersebut untuk mengungkapkan keprihatinan

dan kecemasan ketika orang lain, sehingga dengan begitu dapat memperoleh pandangan baru dan lebih baik (Hurlöck, 2009).

Poerwadarminta (1983) dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia menyatakan bahwa pengertian perilaku asertif yaitu suatu perbuatan atau cara menjalankan sesuatu. Bila ditinjau dari komponen yang dikemukakan Azwar (2002) yaitu terdiri dari komponen yang terdiri dari: kognitif, efektif dan konaktif maka setiap individu akan bersikap terhadap suatu objek sikap berdasarkan pikirannya (kognitif) yang kemudian akan dinilai apakah sesuai dengan perasaan (efektif) dan selanjutnya akan dilakukan tindakan (konaktif) terhadap objek sikap tersebut. Menurut Smith (dalam Rakos, 2000) menyatakan bahwa perilaku asertif merupakan hak setiap individu untuk menentukan sikap, pemikiran dan emosi yang dilandasi rasa tanggung jawab atas segala hasil serta akibat tersebut bagi individu itu sendiri.

Gunarsa (2002) menyatakan bahwa perilaku asertif adalah perilaku antara pribadi (*interpersonal behavior*) yang melibatkan aspek kejujuran, keterbukaan, pikiran dan perasaan. Perilaku asertif ini ditandai dengan adanya kesesuaian sosial dan kesejahteraan orang lain. Selain itu kemampuan dalam berperilaku asertif menunjukkan adanya kemampuan untuk menyelesaikan diri dalam hubungan antar pribadi.

Lazarus (dalam Rakos 2000) dalam tokoh pertama sekali mendefinisikan perilaku asertif yang mengatakan bahwa perilaku asertif adalah cara individu dalam memberikan respon dalam situasi yang berarti sebagai kemampuan individu untuk mengatakan tidak, kemampuan untuk menyatakan dan meminta

sesuatu, kemampuan untuk mengungkapkan percakapan. Selain itu, perilaku asertif merupakan akibat adanya kebebasan sosial yang meliputi pengetahuan akan hak-hak dan kebutuhan memperjuangkan hak-hak pribadi (serta perasaan) orang lain.

Masker dan Rini (dalam Rakos, 2000) mengatakan bahwa perilaku asertif adalah perilaku interpersonal antara pribadi yang melibatkan kejujuran dan pernyataan rasional dan perasaan secara tepat dalam situasi sosial dimana perasaan dan pikiran orang lain ikut dipertimbangkan. Kesemua definisi ini menitikberatkan pada ungkapan emosi sebagai faktor utama dalam perilaku asertif.

Alberti dan Emmons (2001) mengatakan bahwa perilaku asertif adalah pernyataan diri yang positif, dengan tetap menghargai orang lain sehingga akan dapat meningkatkan kepuasan kehidupan pribadi serta kualitas hubungan dengan orang lain. Perilaku asertif merupakan kemampuan seseorang untuk dapat menyampaikan atau merasa bebas untuk mengemukakan perasaan dan pendapatnya serta berkomunikasi dengan semua orang.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif adalah perilaku antara pribadi yang menyangkut ekspresi yang tepat, jujur, terbuka dan mempunyai sikap yang tegas dan sikap mampu bersikap netral serta dapat mengutarakan akan sesuatu objektif tanpa menyinggung perasaan orang lain.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan perilaku Asertif

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif, antara lain adalah sebagai berikut:

Menurut ratus dan Nektic (2013), yaitu:

a. Pola Asuh

Pola asuh terdiri dari 3 bagian yaitu, pertama, otoriter, disini orang tua mendidik anak secara keras, penuh dengan disiplin yang tidak dapat diterima anak tetapi dipaksakan, penuh dengan larangan yang mambatasi ruang kehidupan anak. Anak yang diasuh dengan pola otoriter akan tumbuh menjadi anak yang merasa dirinya rendah (inferior). Kedua, demokratis : pada pola ini orang tua mangasuh anak mereka dengan penuh kasih sayang tetapi manjakan sehingga anak tumbuh menjadi individu yang penuh percaya diri, mempunyai pengertian yang benar tentang hak mereka, dapat mengkomunikasikan segala keinginan yang wajar dan tidak memaksakan kehendak dengan cara menindas orang lain. Ketiga, permisif: orang tua mendidik anak tanpa adanya batasan atau aturan yang bersifat mengikat dan bahkan terkesan bebas. Anak-anak dengan pola asuh permisif akan tumbuh menjadi remaja yang mudah kecewa dan mudah marah karena ia terbiasa mendapatkan segala sesuatu dengan cepat dan mudah. Kurangnya pengawasan dari orang tua akan membuat perilaku anak menjadi sulit untuk dikendalikan.

b. Jenis Kelamin

Wanita pada umumnya lebih sulit bersikap asertif seperti mengungkapkan perasaan dan pikiran dibandingkan dengan laki-laki

c. Kepercayaan Diri

Keyakinan seseorang turut mempengaruhi kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan. Orang yang memiliki keyakinan diri yang tinggi memiliki kekuatan sosial yang rendah sehingga cenderung mengungkapkan pendapat dan perasaan tanpa merugikan orang lain dan diri sendiri.

d. Kebudayaan

Tuntutan lingkungan menentukan batas-batas perilaku, dimana batas-batas perilaku itu sesuai dengan usia, jenis dan status sosial.

e. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin luas wawasan berpikir sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka.

f. Tipe Kepribadian

Dalam situasi yang sama tidak semua individu memberikan respon yang sama. Hal ini dipengaruhi oleh tipe kepribadian seseorang, dengan tipe kepribadian tertentu seseorang akan bertindak laku berbeda dengan individu dengan tipe kepribadian yang lain.

g. Situasi tertentu lingkungan sekitarnya

Dalam berperilaku seseorang akan melihat kondisi dan situasi dalam arti luas.

Menurut Rathus dan Nevid (2003), terdapat enam faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku asertif yaitu:

a. Jenis Kelamin.

Wanita pada umumnya lebih asertif daripada pria. Perilaku asertif seperti mengungkapkan perasaan dan pikiran dibandingkan dengan laki-laki.

b. Self esteem.

Keyakinan seseorang turut mempengaruhi kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan. Orang yang memiliki keyakinan diri yang tinggi memiliki kekuatan sosial yang rendah sehingga mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan tanpa merugikan orang lain dan diri sendiri.

c. Kebudayaan.

Tuntutan lingkungan menentukan batas-batas perilaku, dimana batas-batas perilaku itu sesuai dengan usia, jenis kelamin, dan status sosial seseorang.

d. Tingkat Pendidikan.

Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin luas wawasan berpikir sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka.

e. Tipe Kepribadian.

Dalam situasi yang sama tidak semua individu memberikan respon yang sama. Hal ini dipengaruhi oleh tipe kepribadian seseorang. Dengan tipe kepribadian tertentu seseorang akan bertingkah laku berbeda dengan individu dengan tipe kepribadian lain.

f. Situasi tertentu Lingkungan sekitarnya.

Dalam berperilaku seseorang akan melihat kondisi dan situasi dalam arti luas, misalnya posisi kerja antara atasan dan bawahan. Situasi dalam kehidupan tersebut akan dikuatkan/mengganggu

Menurut Hurlock (2009) faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif adalah

- a. Pola asuh remaja,
- b. Jenis kelamin,
- c. Kebudayaan,
- d. Lingkungan,
- e. Kepercayaan diri,
- f. Latar belakang pendidikan.

Menurut Gunarsa (2002) faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang remaja berperilaku asertif adalah sebagai berikut:

- a. Jenis kelamin,
- b. Lingkungan sekitar,
- c. Kepercayaan diri remaja,
- d. Pola asuh remaja,
- e. Karakteristik atau kepribadian,
- f. Kultur kebudayaan
- g. Serta pendidikan

Berdasarkan pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seseorang remaja akan berperilaku asertif adalah pola asuh keluarga, jenis kelamin, kebudayaan, lingkungan, kepercayaan diri, latar belakang pendidikan, kepribadian, karakteristik, sehingga hal tersebut

memerlukan suatu pembinaan yang baik agar seorang remaja mampu berperilaku asertif.

4. Aspek-aspek Prilaku Asertif

Bove (dalam Emma, 2009) mengemukakan enam aspek perilaku asertif, yaitu :

- (a) bekerja sama, merupakan suatu perilaku untuk berbagi dan bergotong royong dengan sesama.
- (b) rasa percaya diri, keyakinan akan kemampuan diri untuk melakukan sesuatu dengan baik.
- (c) keterbukaan, keberanian untuk mengungkapkan pendapat dan ide yang dimilikinya
- (d) kejujuran, merupakan sikap yang ditunjukkan dengan mengungkapkan segala hal sesuai dengan keadaannya
- (e) kepekaan perasaan, merupakan kemampuan resposifitas atas keadaan disekelilingnya
- (f) ekspresi diri, keberanian untuk menambikan kemampuan dan potensi yang ada dalam diri seseorang.

Selanjutnya Arianti (2002) menyebutkan aspek-aspek perilaku asertif adalah sebagai berikut:

- a. Perasaan yang dikemukakan secara spontan, langsung, terbuka dan jujur
- b. Mengutamakan keinginan dan gagasan dengan spontan, langsung, terbuka dan jujur

- c. Penuh percaya diri, mampu berkata tidak menolak sesuatu yang kurang dikehendaki tanpa perasaan rasa cemas, gugup ataupun tegang terhadap individu lain;
- d. Dapat diterima diri sendiri (*self acceptance*) dan dapat diterima individu lain serta tanpa meragukan diri sendiri maupun individu lain.

Berdasarkan hasil pengertian tentang aspek - aspek perilaku asertif diatas maka dapat disimpulkan bahwa sikap kerja sama yang baik, kepercayaan diri yang tinggi, keterbukaan dalam mengungkapkan pendapat, kejujuran dalam menyampaikan segala permasalahan, kepekaan akan permasalahan yang dialami, dan kemampuan mereka dalam mengekspresikan diri, perasaan dapat menerima diri sendiri, dan kemampuan untuk menghargai diri sendiri dan orang lain.

5. Ciri-ciri perilaku Asertif

Tobing (2006) mengatakan ciri-ciri perilaku asertif yaitu tegas, tenang, mudah tertawa, ramah, nada suara tenang, berbicara dengan jelas dan hangat, cepat akrab dan selalu memberikan kesempatan kedua kepada kita untuk memperbaiki kesalahan.

Berikut adalah beberapa ciri-ciri yang bisa dilihat dari seseorang individu yang asertif sebagaimana dikemukakan oleh Frensterheim dan Baer (dalam Stefane Sikone, 2000) antara lain adalah:

- a. Bebas mengemukakan pikiran dan pendapat baik melalui kata-kata maupun tindakan. Seseorang yang memiliki perilaku asertif adalah seseorang yang mampu untuk mengemukakan pikiran dan pendapatnya kepada orang lain

- tanpa menyinggung perasaan orang ters. Mereka juga mampu untuk melakukan tindakan yang tidak melukai orang lain.
- b. Dapat berkomunikasi secara langsung dan terbuka. Orang-orang yang asertif mampu melakukannya dengan terbuka, nada suara tenang, tegas dalam menyampaikan pendapat atau keinginan, ramah dan berbicara dengan jelas dan hangat.
 - c. Mampu memulai, melanjutkan dan mengakhiri suatu pembicaraan dengan baik. Berbicara langsung dan singkat tidak berbelit-belit. Maksudnya adalah orang yang asertif tidak akan berbicara panjang lebar sebelum mengatakan apa yang menjadi keinginannya.
 - d. Mampu mengajukan permintaan dan bantuan kepada orang lain ketika membutuhkan. Orang-orang yang asertif adalah orang-orang yang mampu untuk meminta bantuannya kepada orang lain tanpa merasa hal itu akan menjadi beban bagi orang yang tersebut.
 - e. Mampu mengajukan perasaan, baik yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan dengan cara yang tepat. mampu mengatakan tidak kepada orang lain tanpa menyakiti diri sendiri dan orang lain serta menolak hal-hal yang sesuai atau tidak menyenangkan tanpa merasa bersalah.
 - f. Memiliki sikap dan pandangan yang aktif terhadap kehidupan
 - g. Menerima keterbatasan yang ada di dalam dirinya dengan tepat berusaha untuk mencapai apa yang diinginkan sebaik mungkin, sehingga baik berhasil maupun gagal ia akan tetap memiliki harga diri (*self esteem*) dan kepercayaan diri (*self confidence*)

Berdasarkan uraian diatas disimpulkan bahwa ciri-ciri perilaku asertif adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengemukakan pendapat, saran, keinginan yang dimiliki secara langsung, jujur, terbuka kepada orang lain, bersikap tegas dan berani untuk mengatakan tidak tanpa merasa bersalah

Beberapa ciri dari individu yang memiliki asertivitas menurut Lange dan Jakubowski (2008) adalah sebagai berikut:

- a. Memulai interaksi
- b. Menolak permintaan yang tidak layak
- c. Mengekspresikan ketidaksetujuan dan ketidaksenangan
- d. Berbicara dalam kelompok
- e. Mengekspresikan pendapat dan saran
- f. Mampu menerima kecaman dan kritik
- g. Memberi dan menerima umpan balik

Ditambahkan oleh Palmer dan Froener (2002) ciri-ciri individu yang asertif adalah:

- a. Bicara jujur
- b. Memperlakukan orang lain dengan hormat, begitu pula sebaliknya
- c. Menampilkan diri sendiri dan menyayangi orang lain
- d. Memiliki hubungan yang baik dan efektif dengan orang lain
- e. Tenang dalam keseharian dan memperlihatkan selera humor dalam menghadapi situaisituasi yang sulit

Dari pendapat tersebut diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ciri-ciri perilaku asertif adalah memulai interaksi, bicara jujur, mengekspresikan

ketidaksetujuan dan ketidaksenangan; mengekspresikan pendapat dan saran, mampu menerima kecaman dan kritik, memperlakukan orang lain dengan hormat, begitu pula sebaliknya: memberi dan menerima umpan balik, menanggapi diri sendiri dan menyayangi orang lain, tenang dalam keseharian dan memperlihatkan selera humor dalam menghadapi situasi-situasi yang sulit.

6. Karakteristik Perilaku Asertif

Freinsterhim dan Baer (1980) serta Myers (1992) mengatakan bahwa terdapat 4 karakteristik perilaku asertif, yaitu:

- a. Bebas mengungkapkan atau menyatakan perasaan dan pendapatnya
- b. Dapat berkomunikasi dengan orang lain baik yang telah dikenalnya maupun belum, dengan berkomunikasi yang terbuka, langsung, jujur dan tepat
- c. Mempunyai pandangan yang positif tentang hidup dan selalu tanggap terhadap perubahan (baik situasi ataupun pengalaman baru)
- d. Bertindak dengan cara hormat, artinya menerima keterbatasannya sehingga kegagalan tidak membuatnya kehilangan harga diri

Menurut Jung ada dua arah orientasi manusia terhadap dunianya, yaitu, sebagai berikut:

- a. Orientasi pengaruh kedalam

Orientasi ini merupakan energi psikis yang menjelma ke dalam diri dan lingkungan. Dalam kaitannya relasi antar subjek-subjek maka subjek akan selalu melihat ke dirinya terlebih dahulu. Dengan demikian arah orientasi ini menurut Jung merupakan gerak negatif. Hal ini dikatakan

demikian karena subjek menurut bahwa objek harus menyesuaikan diri terhadap subjek. Hal ini bahwa tipe ini lebih tertarik pada dirinya bagaimana segala sesuatu itu berhubungan dengan dirinya. Seluruh perkiraan, perasaan. Oleh karena itu tipe ini lebih menerima pikiran dan perasaannya sendiri dari pada dunia luar.

b. Orientasi mengarah ke luar

Orientasi ini merupakan orientasi energi psikis yang mengarah ke luar. Orientasi seseorang mengarah lingkungan objektifnya dengan demikian orientasi ini merupakan gerak positif antara perhitungan subjek terhadap objek.

Menurut Gunarsa (1992) membagi perilaku asertif menjadi 2 kategori yaitu:

- a. Asertif penolakan, yaitu ditandai oleh ucapan untuk memperluas seperti kata-kata maaf.
- b. Asertif pujian, yaitu ditandai oleh kemampuan untuk mengekspresikan perasaan positif, yaitu terjadinya apabila individu meminta orang lain dalam mencapai tujuan individu itu sendiri tanpa tekanan atau paksaan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa karakteristik dari perilaku asertif adalah: bebas mengungkapkan diri, mampu berkomunikasi dengan baik dalam hal menolak, memuji maupun meminta bantuan orang lain, mempunyai pandangan yang aktif serta respek pada diri sendiri dan juga orang lain.

B. Kegiatan Ekstrakurikuler

Dalam proses pendidikan dikenal dua kegiatan yang cukup elementer, yaitu kegiatan kurikuler dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan Kurikuler merupakan kegiatan pokok pendidikan yang di dalamnya terjadi proses belajar-mengajar antara peserta didik dan pendidik untuk mendalami materi-materi ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan tujuan pendidikan dan kemampuan yang hendak diperoleh peserta didik. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan dalam rangka mengembangkan aspek-aspek tertentu dari apa yang ditemukan pada kurikulum yang sedang dijalankan, termasuk yang berhubungan dengan bagaimana penerapan sesungguhnya dari ilmu pengetahuan yang dipelajari oleh peserta didik sesuai dengan tuntutan kebutuhan hidup mereka maupun lingkungan sekitarnya.

I. Pengertian Ekstrakurikuler

Kata ekstrakurikuler memiliki arti kegiatan tambahan di luar rencana pelajaran, atau pendidikan tambahan di luar kurikulum. Dengan demikian, kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar kelas dan di luar jam pelajaran (kurikulum) untuk menumbuhkembangkan potensi sumber daya manusia yang dimiliki peserta didik, baik yang berkaitan dengan aplikasi ilmu pengetahuan yang didapatkannya maupun dalam pengertian khusus untuk membimbing peserta didik dalam mengembangkan potensi dan bakat yang ada dalam dirinya melalui kegiatan-kegiatan yang wajib maupun pilihan.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran yang diselenggarakan di luar jam pelajaran biasa. Kegiatan ini dilaksanakan pada sore hari bagi sekolah-

sekolah yang diadakan pada pagi dan dilaksanakan pada pagi hari baru sekolah-sekolah yang masuk sore. Kegiatan ekstrakurikuler ini sering dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, misalnya olahraga, kesenian, dan berbagai kegiatan keterampilan dan kepramukaan (Tim Dosen Jurusan AP FIP IKIP Malang, 1989:122).

Dengan demikian, yang dimaksud dengan ekstrakurikuler adalah berbagai kegiatan sekolah yang dilakukan dalam rangka memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk dapat mengembangkan potensi, minat, bakat, dan hobi yang dimilikinya yang dilakukan di luar jam pelajaran formal. Adapun yang dimaksud dengan manajemen kegiatan ekstrakurikuler adalah seluruh proses yang direncanakan dan diusahakan secara terorganisir mengenai kegiatan sekolah yang dilakukan di luar kelas dan di luar jam pelajaran (kurikulum) untuk menumbuhkembangkan potensi sumber daya manusia yang dimiliki peserta didik, baik berkaitan dengan aplikasi ilmu pengetahuan yang didapatkannya maupun dalam pengertian khusus untuk membimbing peserta didik dalam mengembangkan potensi dan bakat yang ada dalam dirinya melalui kegiatan-kegiatan yang wajib maupun pilihan.

2. Fungsi dan Tujuan Ekstrakurikuler

Sebagai kegiatan pembelajaran dan pengajaran di luar kelas, ekstrakurikuler mempunyai fungsi dan tujuan sebagai berikut:

1. Meningkatkan kemampuan peserta didik sebagai anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya, dan alam semesta

1. Menyalurkan dan mengembangkan potensi dan bakat peserta didik agar dapat menjadi manusia yang berkeaktivitas tinggi dan penuh dengan karya
2. Melalui sikap disiplin, kejujuran, kepercayaan, dan tanggung jawab dalam menjalankan tugas
3. Mengembangkan etika dan akhlak yang mengintegrasikan hubungan dengan Tuhan, Rasul, manusia, alam semesta, bahkan diri sendiri
4. Mengembangkan sensitivitas peserta didik dalam melihat persoalan-persoalan sosial-keagamaan sehingga menjadi insan yang produktif terhadap permasalahan sosial keagamaan
5. Memberikan bimbingan dan arahan serta pelatihan kepada peserta didik agar memiliki fisik yang sehat, bugar, kuat, cekatan, dan terampil
6. Memberi peluang peserta didik agar memiliki kemampuan untuk komunikasi (*human relation*) dengan baik, secara verbal dan nonverbal.

3. Sasaran dan Prinsip Pelaksanaan

Sasaran kegiatan ekstrakurikuler adalah seluruh peserta didik di sekolah, madrasah, maupun lembaga-lembaga pendidikan nonformal lainnya, seperti pesantren. Pengelolaannya diutamakan ditangani oleh peserta didik itu sendiri, dengan tidak menutup kemungkinan bagi keterlibatan guru atau pihak-pihak lain jika diperlukan sebagai pembimbing.

Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler ini dilakukan di luar jam pelajaran atau di luar kelas. Kegiatan ini sebaiknya juga dilakukan lintas kelas. Namun untuk hal-hal tertentu yang berkaitan dengan aplikasi dan praktik materi pelajaran

di kelas, maka kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan dan diikuti secara tertib oleh mereka yang satu kelas dan satu tingkat.

Bentuk-bentuk kegiatan ekstrakurikuler juga perlu dikembangkan dengan mempertimbangkan tingkat pemahaman dan kemampuan peserta didik serta tuntutan-tuntutan lokal dimana sekolah maupun madrasah berada. Sehingga, melalui kegiatan yang diikutinya, peserta didik mampu belajar untuk memecahkan masalah-masalah yang berkembang di lingkungannya dengan tetap tidak melupakan masalah-masalah global tertentu saja yang juga harus pula diketahui oleh peserta didik.

4. Macam-macam Kegiatan Ekstrakurikuler

Macam-macam kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah diantaranya sebagai berikut:

1. Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS)

Organisasi siswa di kelas merupakan tanggung jawab wali kelas masing-masing, meskipun tanggung jawab terakhir tetap ada di tangan kepala sekolah. Organisasi siswa di kelas pada umumnya sekedar disebut pengurus kelas dengan seorang ketua kelas dilengkapi dengan beberapa pengurus yang lain sesuai dengan keperluan, seperti wakil ketua, sekretaris, wakil sekretaris, bendahara, dan seksi-seksi. Berikutnya melalui pengurus kelas dapat dilakukan musyawarah untuk membentuk pengurus siswa di sekolah berupa pengurus Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS).

Pengurus kelas dan OSIS dalam lingkup masing-masing harus dibina oleh kepala sekolah agar mampu menyelenggarakan berbagai kegiatan yang

bermanfaat bagi semua siswa. Melalui OSIS dapat disalurkan berbagai kreatifitas, kreativitas, dan kemampuan memimpin dapat dikembangkan. Disamping itu, organisasi tersebut dapat pula dimanfaatkan untuk mengembangkan proses belajar-mengajar agar tujuan utama orang tua dan siswa sendiri tidak disangi oleh kegiatan-kegiatan yang dapat menghambat pencapaian tujuan berupa keberhasilan siswa dalam belajar. Untuk membuat dua kepentingan yang pada dasarnya sejalan tetapi kerap juga saling mendesak itu menjadi harmonis, diperlukan kebijakan wali kelas dan kepala sekolah serta guru-guru dalam memimpin, mengarahkan, dan membimbing siswa (Nawawi1989).

Nilai yang terdapat dalam OSIS adalah nilai berorganisasi, antara lain: pengalaman memimpin, pengalaman bekerja sama, hidup demokratis, berjiwa toleransi, dan pengalaman mengendalikan organisasi. Sedangkan fungsi OSIS adalah fungsi pembinaan siswa, tujuannya agar siswa nantinya dapat menjadi warga negara yang baik dan berguna. Dengan demikian, pembinaan siswa meliputi pembentukan kepribadian dan sikap, pembentukan pengetahuan, dan pembentukan keterampilan.

Menurut Tim Dosen Jurusan AP FIP IKIP Malang (1989) secara umum, tujuan OSIS dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Mempersiapkan siswa menjadi warga negara yang memiliki jiwa pancasila, kepribadian luhur, moral yang tinggi, berkecakapan serta memiliki pengetahuan yang siap untuk diamalkan
- 2) Mempersiapkan persatuan dan kesatuan agar menjadi warga yang mengabdikan kepada Tuhan Yang Maha Esa, tanah air dan bangsanya

- 3) Menggalang persatuan dan kesatuan siswa yang kokoh dan akrab di sekolah dalam satu wadah OSIS
- 4) Menghindari siswa dari pengaruh-pengaruh yang tidak sehat dan mencegah siswa dijadikan sasaran perebutan pengaruh serta kepentingan suatu golongan (dalam usaha peningkatan ketahanan sekolah).

2. Pramuka Sekolah

Dalam suatu sekolah diperlukan suatu situasi yang memungkinkan siswa mendapat kesempatan mengembangkan diri dengan program dan kegiatan yang bersifat nonformal. Salah satu bentuknya dapat diwujudkan dalam bentuk kegiatan pramuka sekolah yang diselenggarakan di luar jam belajar. Dengan demikian, kegiatan pramuka memungkinkan sekolah membantu siswa menggunakan dan mengisi waktu senggangnya secara berdaya dan berhasil guna bagi pertumbuhan dan perkembangan masing-masing. Dengan demikian kegiatan pramuka merupakan salah satu bentuk pendidikan nonformal yang keanggotaannya bersifat sukarela. Untuk itu kepala sekolah dan guru perlu melakukan usaha dalam menyadarkan dan mendorong siswa agar bersedia menjadi anggota pramuka di sekolahnya.

Untuk mewujudkan kegiatan pramuka secara kontinu dan berdaya guna, setiap kepala sekolah perlu melakukan kegiatan pengendalian, antara lain:

- 1) Menunjuk dan mengangkat guru sebagai pembina pramuka yang bertanggungjawab kepada kepala sekolah
- 2) Mengusahakan agar para pembina pramuka mendapat penataran atau Kursus Mahir Dasar (KMD) dan Kursus Mahir Lanjutan (KML)

- 3) Melakukan koordinasi dengan kwartir daerah pramuka atau kwartir cabang untuk membentuk Gugus Depan (Gudep) di sekolah
- 4) Ikut serta sebagai Ketua Majelis Pembimbing Gugus Depan (Kamabigus) dan tidak segan-segan untuk berpakaian pramuka
- 5) Membantu mengadakan alat kelengkapan gudep dan bahkan alat kelengkapan pramuka secara perseorangan melalui kerja sama dengan koperasi sekolah
- 6) Menyediakan diri untuk mendiskusikan program pramuka dan secara berkala mengontrol pelaksanaannya
- 7) Mendorong agar terwujud kerja sama dengan gugus depan dari sekolah lain.

Perhatian dan kesediaan kepala sekolah untuk ikut serta dalam kegiatan pramuka sekolah sangat besar pengaruhnya pada kelangsungan gugus depan yang sudah dibentuk. Kepala sekolah harus berusaha agar pelaksanaan pramuka di sekolahnya tidak sekedar sebagai kegiatan musiman, yang sekali waktu muncul dan untuk jangka waktu yang lama tenggelam. Namun kepala sekolah sedapat mungkin mengusahakan dan memprogramkan pramuka menjadi kegiatan yang bersifat kontinu dan berkesinambungan.

3. Olahraga dan Kesenian Sekolah

Olahraga dan kesenian sebenarnya sudah diselenggarakan dalam bentuk bidang studi yang disediakan jam pelajaran khusus. Namun untuk mewujudkan kedua bidang tersebut di luar jam pelajaran, setiap kepala sekolah sebagai pemimpin perlu menaruh perhatian, meskipun mungkin secara pribadi kurang tertarik pada salah satu atau kedua bidang tersebut.

Perhatian itu dimanfaatkan dalam usaha melakukan pengendalian pelaksanaannya antara lain:

- 1) Menunjuk dan mengangkat guru sebagai penanggungjawab pelaksanaan (koordinator bidang) yang bertanggungjawab kepada kepala sekolah
- 2) Mengusahakan agar para guru yang bersangkutan mendapat kesempatan mengikuti penataran atau kursus-kursus mengenai bidang tersebut
- 3) Membantu mengadakan alat kelengkapan yang diperlukan.

Diharapkan dengan kegiatan yang bersifat nonformal seperti olahraga dan kesenian ini, sekolah dapat mewujudkan hubungan manusia yang intensif. Siswa belajar menghormati keberhasilan orang lain, bersikap sportif, berjuang untuk mencapai suatu prestasi secara jujur, dan lain sebagainya.

4. Majalah Sekolah

Selain kegiatan-kegiatan yang disebutkan di atas, ada juga kegiatan yang bisa memuat karya siswa. Kegiatan ekstrakurikuler ini biasanya sering disebut dengan majalah sekolah. Majalah sekolah dapat memuat berbagai karya siswa berupa prosa atau puisi dan berita-berita mengenai kehidupan sekolah. Disamping itu majalah sekolah juga dapat digunakan untuk memuat aspirasi-aspirasi siswa, termasuk saran-sarannya mengenai kehidupan sekolah. Di pihak lain, guru juga dapat memanfaatkannya untuk kepentingan menyampaikan materi-materi yang telah disampaikannya melalui proses belajar-mengajar. Materi-materi itu mungkin pula berupa pengetahuan praktis untuk meningkatkan keterampilan siswa.

Kepala sekolah dapat pula memanfaatkan majalah sekolah untuk menyampaikan berbagai peraturan dan penjelasan-penjelasan serta nasihat kepada siswa. Sedangkan bagi orang tua siswa, majalah sekolah berfungsi untuk mengetahui dan mengikuti perkembangan dan kemajuan sekolah tempat anak-anak belajar. Dengan demikian tidak mustahil timbul hasrat untuk membantu sekolah, jika menemukan sesuatu yang dipandangnya patut dibantu demi kepentingan siswa.

Jelas bahwa majalah sekolah memungkinkan berlangsungnya komunikasi tertulis untuk menunjang seluruh program sekolah dalam melaksanakan tugas-tugas yang dipercayakan kepada lembaga tersebut. Dalam batas-batas kemampuan yang dimiliki majalah sekolah harus diusahakan agar terbit dalam bentuk yang menarik dan mendorong orang untuk membacanya. Untuk mendorong kontinuitas terbitnya majalah tersebut, bisa saja dipungut biaya dari para siswa namun besarnya tidak memberatkan mereka.

Dari uraian di atas jelas bahwa banyak sekali manfaat yang bisa diambil dari usaha menerbitkan majalah sekolah. Manfaat itu memang tidak dapat ditunjukkan secara fisik (material) karena bersifat abstrak berkaitan dengan aspek psikologis pembacanya. Oleh karenanya, usaha menerbitkan majalah sekolah tidak dapat dikatakan sebagai suatu pemborosan.

Kepala sekolah perlu menaruh perhatian yang besar terhadap penerbitan majalah sekolah agar dapat terbit secara kontinu. Di pihak lain guru yang dipercayakan melakukan koordinasi untuk menerbitkan majalah harus berusaha menjalankan tanggung jawab sebaik-baiknya, termasuk juga menjaga agar

majalah tersebut tidak disalah gunakan. Dengan kata lain, majalah sekolah harus diusahakan untuk tidak menjadi ajang menantang kebijakan pengembangan sekolah (Sawawi, 1989:185).

5. Palang Merah Remaja (PMR)

Palang Merah Remaja (PMR) adalah sebuah wadah atau organisasi pelajar yang mempunyai tugas dan tanggung jawab untuk melakukan pelayanan-pelayanan kesehatan dan medis terhadap para korban atau pasien yang membutuhkan pertolongan, baik di lingkungan internal sekolah maupun masyarakat yang berada di sekitarnya. Peran dan fungsi organisasi ini juga sama dengan Palang Merah Indonesia (PMI), dan dalam banyak hal PMR bekerja sama dengan PMI untuk mengembangkan program-program pelayanan kesehatan dan medis kepada masyarakat. Tujuan dikembangkannya kegiatan PMR ini adalah:

- 1) Membentuk sebuah wadah di sekolah yang siap dan terampil dalam melakukan pelayanan kesehatan dan medis terhadap masyarakat, khususnya untuk teman di sekolah
- 2) Membentuk mental dan karakter peserta didik sehingga memiliki kepekaan dan solidaritas sosial yang tinggi serta siap berkorban demi kepentingan orang lain.
- 3) Menanamkan nilai-nilai kemanusiaan dan keagamaan pada diri peserta didik sehingga senantiasa siap berbuat baik dan memberi manfaat kepada sesamanya.
- 4) Sebagai mitra, abdi dan pelayan masyarakat, PMR bisa melakukan kegiatan-kegiatan antara lain:

- 5) Melayani masyarakat sekolah maupun masyarakat sekitar kapan dan dimanapun dibutuhkan pada tahap pertolongan pertama
- 6) Mengadakan program pelayanan kesehatan bagi masyarakat
- 7) Mengadakan pelatihan pelayanan kesehatan dan medis kepada masyarakat, baik untuk tenaga sukarelawan, anggota PIMR sendiri, maupun untuk para peserta didik secara umum.
- 8) Mengadakan penyuluhan dan bimbingan tentang tata cara hidup yang bersih dan sehat serta tata cara pengobatan beberapa penyakit ringan.

Dari semua kegiatan di atas, sekolah sebagai pengelola kegiatan pendidikan mempunyai tanggung jawab dalam mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik. Dan salah satu cara yang dapat dilakukan sekolah dalam mengembangkan potensi peserta didik adalah melalui kegiatan ekstrakurikuler.

C. Perbedaan Perilaku Asertif Pada Siswa yang Mengikuti Kegiatan Ektrakulikuler dan yang Tidak Mengikuti Kegiatan Ektrakulikuler.

Pembentukan perilaku asertif memerlukan suatu arahan dan motivasi yang tepat dari berbagai pihak yaitu orang tua, guru, teman, sahabat dan lingkungan sekitarnya. Sebab jika tidak dilakukan motivasi yang tepat maka tujuan pembentukan perilaku asertif tidak dapat terealisasi dengan baik.

Perilaku asertif dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pola asuh yang tepat kepada remaja/ siswa, jenis kelamin siswa/remaja, faktor kepercayaan diri dari seorang siswa/remaja, faktor kebudayaan, pendidikan yang

diberikan dan diterima oleh siswa, tipe kepribadian, situasi tertentu lingkungan sekitarnya

Remaja membutuhkan suatu bimbingan dan arahan yang benar dan positif agar siswa (remaja) memiliki kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dan mengkomunikasikan dengan baik apa yang menjadi keinginannya. Dan memiliki cara pandang positif, memiliki kemampuan untuk bertindak dengan hormat, hal tersebut diatas merupakan salah satu tujuan dari orang tua dan guru. Oleh karena itu diperlukan suatu pengarahan dan bimbingan agar remaja mampu berperilaku asertif. Bimbingan dan arahan yang diberikan kepada remaja (siswa) akan menimbulkan kepercayaan diri. Sehingga dengan kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja diharapkan para remaja (siswa) dapat dengan mudah berperilaku asertif.

Perilaku asertif akan terlihat dari kemampuan siswa untuk mengungkapkan atau menyatakan perasaan dan pendapatnya, perilaku asertif juga ditandai dengan kemampuan siswa untuk berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur dan tepat, perilaku asertif juga akan membantu siswa untuk mempunyai pandangan positif terhadap hidup dan selalu tanggap terhadap perubahan, perilaku asertif juga akan membantu siswa untuk bertindak dengan cara hormat dan menerima keterbatasan sehingga kegagalan akan dapat dihindari dan kegiatan ekstrakurikuler akan membantu siswa untuk membentuk perilaku asertif.

Perbedaan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan dapat dilihat dari perilaku asertif siswa tersebut. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan mampu berperilaku

asertif lebih baik dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Seseorang siswa akan mampu dan berani menunjukkan eksistensinya apabila memiliki perilaku asertif yang baik, tidak jarang seseorang yang akhirnya menemukan kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dikarenakan rasa ketidakpastian pada dirinya untuk melakukan mengatasi masalah tanggungjawab yang akan diterimanya (Vallet, 2001)

Hakim (2010) perilaku asertif akan menumbuhkan rasa percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan. Proses terbentuknya kepercayaan diri terdiri dari beberapa tahapan yaitu : terbentuk keperibadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tersebut, pemahaman seseorang terhadap kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan yang kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya, pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan yang dimiliki agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan dirinya.

Berhasil tidaknya perilaku asertif tergantung pada kualitas kepercayaan diri seseorang baik positif maupun negatif. Kepercayaan diri tidak dapat terbentuk begitu saja, untuk itu campur tangan lingkungan dalam memberikan saran dan bimbingan pada remaja. Lingkungan pertama menanggapi perilaku seseorang adalah lingkungan keluarga. Penelitian dilakukan oleh Miss Sartika Tambunan

... telah membuktikan adanya hubungan yang erat kepercayaan diri dengan perilaku asertif.

Pudjijugyanti (1998) telah membuktikan adanya hubungan yang erat antara kualitas hubungan orang tua dan anak dengan pandangan terhadap diri sendiri dan lingkungannya. Dengan kepercayaan yang positif, remaja dapat berperilaku secara bertanggung jawab dan memiliki tingkat aspirasi yang tinggi. Oleh karena itu hubungan orang tua dengan anak sangat penting agar menumbuhkan kepercayaan diri seorang remaja.

Alberti Emmons (2001), mengatakan bahwa perilaku asertif adalah pernyataan diri dari positif dengan tetap menghargai orang lain sehingga akan dapat meningkatkan kepuasan kehidupan pribadi serta kualitas hubungan dengan orang lain. Perilaku asertif merupakan kemampuan seseorang untuk dapat menyampaikan atau merasa bebas untuk mengemukakan perasaan dan pendapatnya serta dapat berkomunikasi dengan semua orang.

Menurut Stephen Covey berhubungan dengan orang lain (berkomunikasi) merupakan keterampilan manusia yang paling penting. Hal ini tidak biasa dilepaskan dari pesan individu sebagai makhluk social yang kesehariannya tidak pernah tidak berhubungan dengan orang lain, baik keluarga, teman, sahabat atau orang yang tidak dikenal. Salah satu point yang penting yang perlu dipelajari dalam keterampilan berkomunikasi adalah asertif.

Lingkungan banyak mempengaruhi perilaku asertif remaja. Tanpa masyarakat atau lingkungan seseorang individu tidak dapat berkembang oleh lingkungan mengenai berperilaku baik atau tidak baik (Gunarsa, 2000)

Perilaku asertif dipengaruhi oleh faktor diantaranya pola asuh, jenis kelamin, kepercayaan diri, kebudayaan, pendidikan, kepribadian dan situasi lingkungan disekitar tempat tinggal seorang remaja. Faktor tersebut akan dapat membantu seseorang untuk berperilaku asertif. Oleh karena itu seorang remaja memerlukan bimbingan dan arahan agar mereka memiliki kepercayaan diri sehingga mereka mampu berperilaku asertif sesuai dengan harapan semua pihak.

Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan lebih mampu bergaul, menguasai emosi dan mampu beradaptasi sehingga mereka mampu berperilaku asertif dan mengungkapkan apa yang ada dengan secara terbuka, jujur dan sopan. Sedangkan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan kurang mampu mengungkapkan dengan secara terbuka, jujur dan sopan. Mereka lebih cenderung kaku dan kurang supel.

D. Kerangka Konseptual

Berdasarkan uraian diatas maka diduga ada ada perbedaan perilaku asertif terhadap siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler

Gambar III - 1
Kerangka Konseptual



E. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan perilaku asertif pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pada SMA Negeri 16 Medan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Berdasarkan landasan teori yang ada serta rumusan hipotesis penelitian terdapat dua variabel yang digunakan yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (variable independent) adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel terikat (variable dependent). Jadi variabel independent adalah variabel yang mempengaruhi. Sedangkan variabel terikat (variable dependent) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (sugiono,2005).

Maka yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel Terikat : Perilaku asertif
2. Variabel Bebas : Yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler
Yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler

B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Defenisi operasional variable dimaksudkan agar pengukuran variabel penelitian dapat terarah sesuai dengan metode pengukuran yang dipersiapkan (Suryabrata,2005). Adapun defenisi operasional dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Perilaku Asertif adalah suatu kemampuan individu untuk mengekspresikan diri dengan tepat, jujur, terbuka, mempunyai sikap yang tegas, perpipir positif dan

mampu bersikap netral serta dapat mengutarakan akan sesuai dengan objektif tanpa menyinggung perasaan orang lain. Bentuk perilaku asertif adalah jujur, terbuka dan langsung/tepat, terbuka, mempunyai sikap yang tegas, positif dan mampu bersikap netral.

2. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran yang diselenggarakan di luar jam pelajaran biasa. Kegiatan ini dilaksanakan pada sore hari bagi sekolah-sekolah yang masuk pagi, dan dilaksanakan pada pagi hari bagi sekolah-sekolah yang masuk sore. Kegiatan ekstrakurikuler ini sering dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, misalnya olahraga, kesenian, dan berbagai kegiatan keterampilan dan kepramukaan.

C. Populasi dan Metode Pengumpulan Sampel

1. Populasi

Dalam suatu penelitian populasi sampel yang digunakan merupakan salah satu faktor penting yang harus diperhatikan. Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2005). Menurut Hadi (2000) populasi adalah sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat sama. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 16 Medan adalah sebagai berikut:

Kelas	Jumlah populasi
Kelas 1	145
Kelas 2	147
Kelas 3	168
Jumlah	460

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2010) mengatakan bahwa sampel adalah sebagian/wakil dari populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X, IX dan XII yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebanyak 25 orang siswa dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebanyak 25 orang dengan jumlah total sampel 50 orang siswa. Pengambilan sampel menggunakan metode teknik penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5%, dan 10%. Dan peneliti menggunakan taraf kesalahan sebesar 10 sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 50 orang siswa terbagi 25 orang yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan 25 yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

D. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik simple random sampling Sugiyono (2010) adalah anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Teknik pengumpulan data yang digunakan metode yang berbentuk skala. Skala merupakan alat ukur psikologi dalam bentuk kumpulan-kumpulan pernyataan yang disusun sedemikian rupa sehingga respon terhadap pernyataan tersebut dapat diberi skor dan kemudian diinterpretasikan (Azwar,2006).

Alasan peneliti menggunakan metode skala adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Hadi (1990), adalah sebagai berikut:

1. Subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri
2. Apa yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya
3. Interpretasi subjek tentang pernyataan-pernyataan yang diajukan kepadanya sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Metode skala yang digunakan terdiri dari 2 jenis yaitu: skala untuk mengukur perbedaan perilaku asertif siswa yang mengikuti dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler.

Butir-butir skala perilaku asertif menggunakan skala likert yaitu yang menggunakan lima alternatif jawaban, adalah sebagai berikut:

- a. Sangat setuju (SS) dengan nilai 5
- b. Setuju (S) dengan point 4
- c. Kurang setuju (KS) dengan point nilai 3
- d. Tidak setuju (TS) dengan point nilai 2
- e. Sangat tidak setuju (STS) dengan point 1

Butir-butir skala perilaku asertif disusun peneliti berdasarkan ciri-ciri mengemukakan tentang perilaku asertif dan kegiatan ekstrakurikuler, dengan indikator – indikator terkait, yaitu sebagai berikut:

- +Variabel	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Perilaku asertif	Mengemukakan Pendapat	1,2,3,16	35,36	4
	Kemampuan berkomunikasi	1	5	1
	Kemampuan memulai	7,8,9	14	4
	Kemampuan mengajukan permintaan	10,15	0	2
	Kemampuan menyampaikan perasaan	11,18,19	20,38	5
	Sikap pandang aktif	30,39	12	3
	Menerima keterbatasan yang dimiliki	13	0	1
	Kemampuan berbicara jujur	21,37	22	3
	Kepercayaan tinggi	24,25,32,33	31,23	6
	Kemampuan bekerjasama dan rasa humor	26,27,28,30	29,34	6

F. Metode Analisa Data

Langkah selanjutnya setelah pengumpulan data dilakukan adalah menganalisis data. Kegiatan menganalisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiono, 2005).

Metode analisis data yang dipakai untuk persiapan hipotesis dalam penelitian ini adalah teknik uji beda. Untuk menganalisa data yang sudah

diperoleh penulis menggunakan metode analisa kontinjensi yaitu dengan mengadakan penggolompokan berdasarkan kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dan yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yaitu:

- Kelompok siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebanyak 25 Orang
- Kelompok siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sebanyak 25 Orang

Setelah diketahui jumlah baris dalam kolom dalam tabel kotinjensi, maka dapat diketahui derajat kebebasan dengan rumus:

$$dk = (r - 1) (c - 1)$$

Dimana:

dk = derajat kebebasan

r = Jumlah baris

c = Jumlah kolom

Untuk mengetahui prekuensi yang diharapkan (f_e) dari setiap sel maka digunakan rumus:

$$f_e = \frac{(\text{total baris}) (\text{total kolom})}{(\text{total keseluruhan})}$$

Menurut Robert (1999, hal. 243) untuk mengetahui nilai Chi Square hasil perhitungan (χ^2) sebagai dasar dalam pengambilan keputusan pengujian maka digunakan rumus sebagai berikut:

$$\bar{x} = \sum \left(\frac{U_i - J}{f_i} \right)$$

Dimana

f_o = frekuensi yang teramati

f_e = frekuensi yang diharapkan.





BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka peneliti selanjutnya menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil perhitungan dari analisis t tes diketahui terdapat perbedaan perilaku asertif ditinjau dari kegiatan ekstrakurikuler siswa/l yang ikut dan tidak ikut. Hasil ini dapat diketahui dengan melihat nilai dan koefisien perbedaan anava dengan koefisien $t = 6,967$ dengan $p = 0,000 < 0,080$. Berdasarkan hasil ini berarti hipotesis yang diajukan yang berbunyi ada perbedaan perilaku asertif ditinjau dari kegiatan ekstrakurikuler, hipotesis dinyatakan diterima.
2. Selanjutnya dengan melihat nilai rata-rata diketahui bahwa siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler memiliki perilaku asertif lebih tinggi dengan rata-rata 9,2826. dibandingkan dengan siswa yang tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dengan rata-rata 14,18544.
3. Kemudian berdasarkan perbandingan kedua nilai rata-rata (mean hipotetik dan mean empirik), maka dapat dinyatakan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler memiliki perilaku asertif tinggi sebab mean hipotetik (150,00) lebih kecil dari mean empirik (171,800), siswa yang tidak mengikuti kegiatan

ekstrakurikuler memiliki perilaku asertif rendah sebab mean hipotetik (150,00) lebih kecil dari mean empirik (167,320).

B. Saran

1. Mahasiswa yang terlibat dalam organisasi ekstrakurikuler bisa menambah pengalaman berorganisasi dan ilmu pengetahuan khususnya dalam perkuliahan.
2. Mahasiswa diharapkan mampu memanfaatkan organisasi ekstrakurikuler sebagai bahan belajar mencari pengalaman berorganisasi dan ilmu yang bisa diterapkan pada perkuliahan.
3. Tujuan dari ini peserta didik diharapkan mengatur kegiatan-kegiatan peserta didik agar kegiatan-kegiatan tersebut menunjang proses belajar mengajar di sekolah. Hal ini dilakukan agar proses belajar mengajar di sekolah dapat berjalan lancar, tertib dan teratur sehingga dapat memberikan kontribusi bagi pencapaian tujuan sekolah dan tujuan pendidikan secara keseluruhan.
4. Mahasiswa diharapkan lebih aktif dalam organisasi ekstrakurikuler karena telah tersedia berbagai macam ekstrakurikuler beserta tingkatannya yang disesuaikan dengan minat dan bakat mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Alberti dan Emmons, 2001, *Perilaku Asertif* <http://www.indonesia.com>. Diakses tanggal 15 Juli 2012
- Atkinson R. L. 2003, *Pengantar Psikologi*, Edisi Revisi, Jilid II Jakarta, Penerbit Erlangga
- Azwar S. 2002. *Valid dan Realibler Seri Pengukuran Psikologi*, Yogyakarta Sigma Alpha
- Agustiani Hendriati (2006) *Psikologi Perkembangan, Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja*, Bandung, Refika Aditma
- Ali Muhammad & M Asrori (2009) *Psikologi Remaja, Perkembnagan Peserta Didik*, Bandung Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi (2006) *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Pratik*, Ediusi Revisi VI, Jakarta, PT. Rineka Cipta.
- Bidulp, 2002, *Faktor Perilaku Asertif*, <http://www.indonesia.com>, diakses tanggal 15 Juli 2012
- Gunarsa . 2002, *Perilaku Asertif* <http://www.indonesia.com>, diakses tanggal 15 Juli 2012
- Hadjam, 2008 *Faktor-faktor Perilaku Asertif*, Edisi Revisi, Cetakan Kedelapan, Yogyakarta, Fakultas Psikologis.
- Hurlock E. B. 2001, *Psikologis Perkembangan*, Edisi Kelima, Jakarta, Penerbit Erlangga.
- Louis M, 2002, *Komunikasi Antara Peribadi Guru Siswa dan Hubungan dengan Prestasi Belajar*, Skripsi (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologis
- Mahmud H.R. 2003 *Hubungan Antara Gaya Pengasuhan Orang Tua Psikologi Anak*, Bandung, Penerbit UMI.

- Pudjijoyanti, 2008, *Konsep Diri Dalam Pendidikan*, Edisi Revisi, Cetakan Kelima, Jakarta, Penerbit Gunung Mulia.
- Sugiyono, 2010, *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung, Penerbit Alfabeta
- Suryabrata Sumadi, 2004. *Psikologi Pendidikan*, Edisi Revisi, Jakarta, Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, Wirawan Sarlito, 2006. *Psikologi Remaja*. Edisi Revisi, Jakarta, Raja Grafindo Persada
- Knoers Monks & Siti Rahayu Hadibroto, 2004. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*, Yogyakarta, UGM
- Wijaya. 2000, *Antara Percaya Diri dan Percaya Dewa*, <http://www.google.com/percaya.diri.co.id>. diakses tanggal 15 Juli 2012.
- Zulkifli, L. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Edisi Revisi, Bandung, PT. Remaja Rosdakarya.

