

**MENGATASI PERILAKU TERISOLIR SISWA MENGGUNAKAN KONSELING
BEHAVIOUR TEKNIK ASSERTIVE TRAINING PADA SISWA KELAS XI SMA
NEGERI 1 BANGOREJO BANYUWANGI**

Jawahirul Khawakib

dosen bimbingan dan konseling Universitas PGRI Banyuwangi

jawahirulkhawakib@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received : 08-06-2019

Revised : 18-08-2019

Accepted : 28-11-2019

KEYWORDS

*perilaku terisolir siswa ;
konseling behaviour ;
assertive training ;*

ABSTRACT

Salah satu penyebab siswa terisolir diantaranya adalah kurangnya minat bersosial dan kurangnya kemampuan siswa menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Salah satu masalah yang dimiliki oleh siswa terisolir adalah kurangnya keasertifan pada siswa sehingga mengakibatkan semakin terasingkannya siswa dari pergaulan teman sekelasnya. Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah bagaimana mengatasi perilaku terisolir siswa menggunakan konseling behavior dengan teknik assertive training. Penelitian ini bertujuan menjawab pertanyaan penelitian pada rumusan masalah. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Subyek penelitian dalam penelitian ini berjumlah dua orang siswa dari kelas XI. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pedoman observasi daftar cek dan skala penilaian siswa terisolir serta pedoman wawancara. Instrument tersebut telah diuji cobakan untuk digunakan dalam penelitian. metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik triangulasi. Hasil penelitian perilaku terisolir siswa sebelum diberikan konseling behavior dengan teknik asertif menunjukkan bahwa minat bersosial siswa terisolir tergolong sedang, kemampuan menyesuaikan diri, kepercayaan diri, respon saat kegiatan, kemampuan bertenggang rasa, kemampuan sportif serta perlakuan teman juga tergolong sedang. Sedangkan kategori tinggi hanya dicapai pada aspek penampilan. Setelah siswa terisolir diberikan konseling behavior dengan teknik asertif, terjadi peningkatan pada beberapa aspek, diantaranya adalah minat bersosial meningkat 15%, kemampuan bersosial meningkat 7%, kepercayaan diri meningkat 4%, kemampuan bertenggang rasa meningkat 5%, dan perlakuan teman meningkat sebanyak 2%. Dapat dilihat dari meningkatnya minat bersosial siswa yang ditandai dengan bertambahnya teman yang dimiliki, siswa terisolir juga tidak lagi menjauhi ataupun ditolak ketika siswa ingin bergabung dalam kelompok. Keasertifan sangat penting dikuasai bagi siswa terisolir. Melalui penyampaian asertif yang tepat, siswa terisolir dapat mengurangi tekanan yang diberikan oleh pihak lain.

This is an open access article under the CC-BY-SA license.



PENDAHULUAN

Sekolah merupakan wadah yang memberikan banyak ilmu dan pengetahuan kepada siswanya baik yang bersifat akademik maupun non-akademik. Di lingkungan sekolah ini, siswa mulai mengikutsertakan dirinya di kehidupan lain selain keluarganya. Perkembangan sosial pada anak-anak ditandai dengan adanya perluasan hubungan, di samping dengan keluarga dia juga mulai membentuk ikatan baru dengan teman sebaya (peer group) atau teman sekelas, sehingga ruang gerak hubungan sosialnya bertambah luas (Yusuf : 2005). Namun tidak semua anak dapat bergaul dengan teman sebayanya seperti yang diharapkan, beberapa anak mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya sehingga anak menjadi terisolasi. Anak terisolasi adalah anak yang tidak memiliki teman sebayanya dalam suatu kelompok.

Menurut Gunarsa (2003:98), anak terisolasi adalah anak yang tidak mempunyai teman dalam pergaulannya karena ia tidak mempunyai minat untuk mengikuti kegiatan-kegiatan kelompok sebagai proses bersosial. Anak seperti ini lebih tertarik untuk melakukan kegiatan seorang diri dan tidak pandai dalam segi pergaulannya antar sesama teman. Berikut adalah beberapa ciri-ciri anak terisolasi menurut Hurlock (2005:158) yaitu: Penampilan diri yang kurang menarik, kurang sportif, penampilan yang tidak sesuai dengan standar teman, perilaku yang menonjolkan diri, mengganggu orang lain, suka memerintah, tidak bekerjasama dan kurang bijaksana, mementingkan diri sendiri dan mudah marah, status sosioekonomis berada di bawah sosioekonomis kelompok, tempat yang terpencil dari kelompok. Cohen (1992:223) menyatakan pula bahwa anak terisolasi adalah suatu sikap individu yang tidak dapat menyerap dan menerima norma-norma ke dalam kepribadiannya dan ia juga tidak mampu untuk berperilaku yang pantas atau menyesuaikan diri menurut tuntutan lingkungan yang ada. Sedangkan Walgito (2007:50) pengertian siswa terisolasi adalah siswa yang terasingkan atau ditolak oleh teman-temannya.

Fenomena anak terisolir juga terjadi pada siswa di SMA Negeri 1 Bangorejo. Berdasarkan hasil sosiometri yang disebarakan terdapat beberapa siswa yang mengalami penolakan dari teman-temannya karena beberapa alasan. Perilaku terisolir siswa ditunjukkan dengan beberapa sikap diantaranya saat pelajaran berlangsung ia juga suka sibuk sendiri, kadang terlihat menundukkan kepalanya di meja. Terisolasinya peserta didik atau penolakan yang dilakukan oleh teman sebayanya tidak bisa dianggap suatu hal yang remeh. Apabila permasalahan peserta didik yang terisolir ini tidak segera diatasi akan mengakibatkan pada sikap, pikiran, perasaan dan perbuatan yang tidak baik bagi mereka. Adapun akibat-akibat yang akan dialami oleh siswa terisolir ini adalah sebagai berikut: Menurut Walgito (2007:51) bahwa keterisolasian peserta didik dapat menyebabkan gangguan kemajuan dalam bidang akademiknya. Sedangkan menurut Mappiare (1982:173) akibat dari pada anak yang terisolasi adalah mereka akan dapat mudah frustrasi yang menimbulkan rasa kecewa dan juga dapat membuat mereka bertingkah laku luar biasa seperti menyendiri dan melamun, baik itu agresif seperti menentang orang lain dan suka mengkritik.

Menurut Hurlock (1997:30) berpendapat bahwa anak terisolasi dapat mengalami gangguan psikologis antara lain: akan merasa kesepian karena kebutuhan sosial mereka tidak terpenuhi, akan merasa tidak bahagia dan

tidak aman, kurang memiliki pengalaman belajar yang dibutuhkan untuk menjalani proses sosialisasi, akan merasa sedih karena tidak mendapat kegembiraan seperti yang dimiliki oleh teman sebayanya, akan mencoba memaksakan diri untuk memasuki kelompok dan ini akan meningkatkan penolakan kelompok terhadap mereka, akan hidup dalam ketidakpastian tentang reaksi sosial terhadap mereka yang menyebabkan mereka merasa cemas, takut dan sangat peka terhadap kejadian di lingkungan, sering melakukan penyesuaian diri secara berlebihan dengan harapan akan dapat meningkatkan penerimaan sosial mereka.

Beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang terisolir dari teman sebayanya dapat menyebabkan seorang anak menjadi terganggu psikologisnya yang akan membuat mereka merasa tidak nyaman, tidak aman dan tidak enak dalam menjalani kehidupan sehingga mereka akan senantiasa merasa tersiksa dan menderita. Keterisoliran yang dialami siswa tentunya akan menghambat tugas perkembangan mereka karena tidak mampu memenuhi kebutuhan sosialnya dan tidak mampu mengungkapkan pikiran dan perasaan mereka pada orang lain. Agar siswa mampu mengungkapkan perasaannya, dan diterima oleh pergaulan di kelas, maka siswa perlu mengembangkan sikap asertif. Menurut Willis (2004:72) latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitikkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dengan kenyataannya.

Berdasarkan fenomena yang ada maka peneliti dalam membantu mengembangkan perilaku asertif pada siswa adalah memberikan layanan konseling individu dengan pendekatan behavior teknik assertive training. Keterisoliran yang ditunjukkan pada kedua siswa adalah hasil belajar dan interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Melalui pendekatan ini diharapkan konseli mampu menciptakan perilaku baru yang lebih adaptif. Isolasi diri yang selama ini dialami siswa harus dapat dihapus dan digantikan dengan perilaku yang baru, dapat membaur dengan teman sekelasnya dan dapat mengungkapkan segala perasaan yang dimiliki. Dalam menggunakan teknik asertif ini, peneliti berusaha memberikan keberanian pada konseli dalam menghadapi kesulitan terhadap orang lain. Pelaksanaan teknik asertif ini adalah dengan role playing, siswa nantinya akan dilatih untuk menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan yang berasal dari lingkungannya.

Berdasarkan uraian mengenai masalah siswa yang terisolir dan harus segera ditangani, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul “Mengatasi Perilaku Terisolir Siswa Menggunakan Konseling Behaviour Teknik Assertive Training Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bangorejo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Moleong, 2009:3). Sedangkan Nasution (dalam Sugiyono, 2005:180) menjelaskan pada hakekatnya penelitian kualitatif adalah mengamati orang dalam lingkungan hidupnya, berinteraksi dengan mereka, berusaha memahami bahasa dan tafsiran mereka tentang dunia sekitarnya. Dalam penelitian kualitatif metode yang biasanya digunakan adalah wawancara, pengamatan, dan pemanfaatan dokumen. Latar yang

digunakan dalam penelitian kualitatif adalah latar alamiah dengan tujuan agar hasilnya dapat digunakan untuk menafsirkan fenomena (Moleong, 2009:5)

Fokus penelitian adalah apa yang akan diteliti terhadap subyek yang dipilih. Maka yang menjadi fokus penelitian adalah (1) perilaku terisolir siswa yang berupa suka menyendiri, kurang memiliki minat dalam kegiatan kelompok, kurang bertenggang rasa, kurang rasa percaya diri (2) konseling behavior teknik assertive training untuk mengatasi perilaku siswa terisolir. Dalam penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian kualitatif yang meliputi beberapa tahap antara lain : (1) pra-lapangan (2) kegiatan lapangan, (3) analisis intensif. Penentuan teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, misalnya orang tersebut yang dianggap paling tahu tentang apa yang kita harapkan sehingga akan memudahkan peneliti dalam menjelajahi situasi sosial yang diteliti (Sugiyono, 2005:54).

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Sedangkan metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan secara induktif, yaitu dimulai dari lapangan atau fakta empiris dengan cara terjun ke lapangan, mempelajari fenomena yang ada di lapangan. Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan secara bersamaan dengan proses pengumpulan data.

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang peneliti lakukan pada siswa terisolir yang berjumlah 2 orang dan narasumber pendukung, berikut peneliti paparkan tentang perilaku terisolir siswa sebelum diberi konseling behavior dengan teknik assertive training dan perubahan perilaku terisolir siswa setelah diberi konseling behavior teknik assertive training, serta proses konseling behavior dengan teknik assertive training untuk siswa terisolir pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Bangorejo. Jika disajikan dalam diagram, maka berikut ini adalah hasil perilaku terisolir siswa sebelum diberikan treatment.

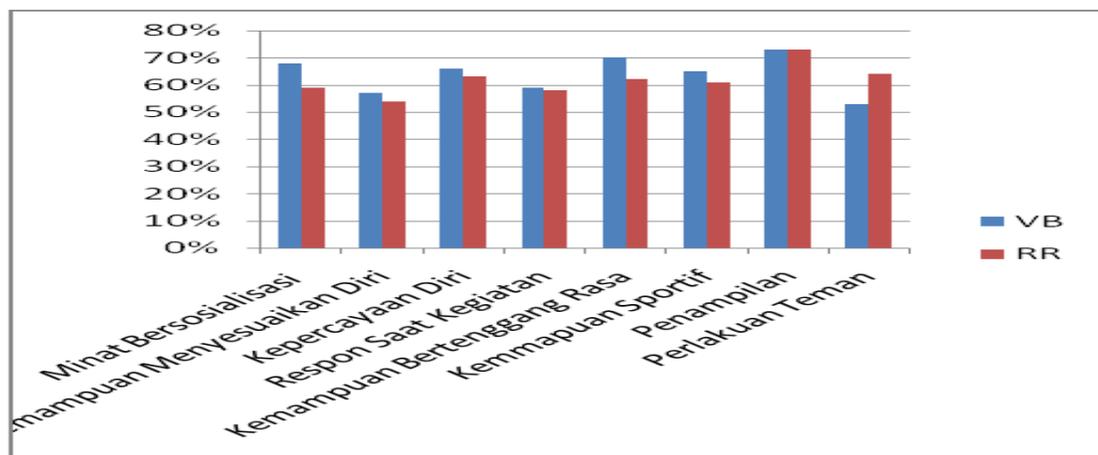
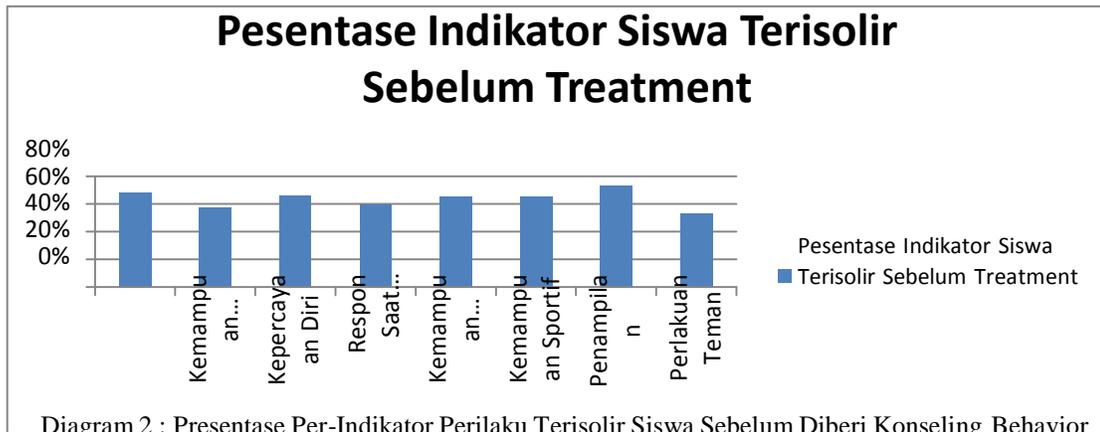


Diagram 1 : Perilaku Terisolir Siswa Sebelum Diberi Konseling Behavior dengan Teknik Asertif pada Masing-Masing Konseli

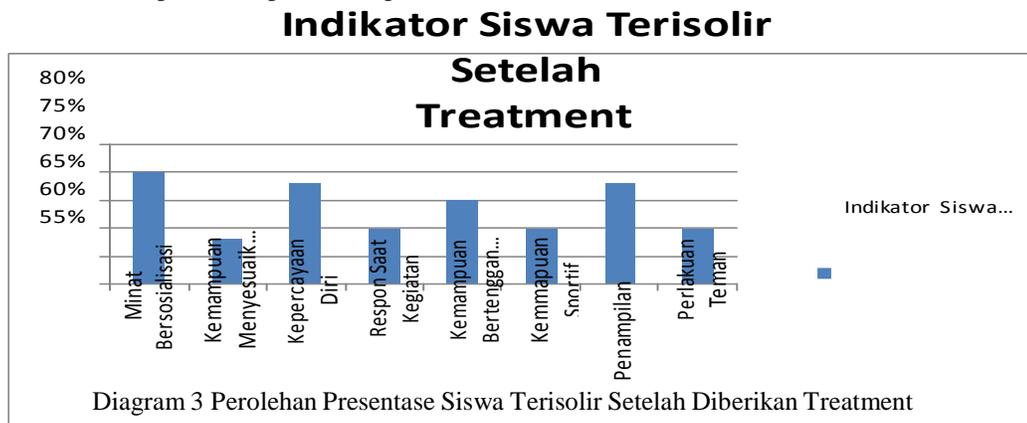


dengan Teknik Asertif

Berdasarkan diagram diatas dapat digambarkan bahwa pada indikator minat bersosial siswa terisolir sebelum mendapatkan treatment tergolong sedang dengan presentase sebanyak 68%. Hal yang sama juga dapat dilihat dari kemampuan menyesuaikan diri siswa terisolir yang juga tergolong sedang dengan presentase 57%. Kepercayaan diri siswa juga termasuk pada kategori sedang dengan presentase 66%. Respon saat kegiatan pada siswa terisolir juga tergolong sedang dengan jumlah presentase 59%. Kemampuan bertanggung jawab dan kemampuan sportif siswa terisolir juga berada dikategori sedang dengan presentase 59%. Kategori tinggi dengan presentase 73% berada di indikator penampilan. Sedangkan untuk perlakuan teman pada indikator siswa terisolir mendapat presentase sebanyak 63% dengan kategori sedang.

Berikut ini peneliti paparkan hasil penelitian penelitian perilaku terisolir siswa setelah diberikan treatment selama 5 kali pertemuan menggunakan konseling behavior dengan teknik asertif. Dalam membantu peneliti untuk mengetahui perubahan perilaku siswa terisolir setelah mendapat treatment, peneliti menggunakan pedoman observasi berupa daftar cek yang dilakukan selama 5 kali dan pedoman observasi berupa skala penilaian yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikannya treatment.

Berikut adalah perolehan presentase per indikator siswa terisolir setelah diberlakukan treatment :



Berdasarkan diagram 3, presentase per indikator pada siswa terisolir setelah diberlakukan treatment diketahui mengalami peningkatan. Pada indikator minat bersosial siswa memperoleh presentase sebanyak 75% dengan kategori tinggi. Kemampuan menyesuaikan diri siswa terisolir tergolong sedang dengan perolehan presentase sebanyak 63%. Kepercayaan diri siswa terisolir berada dikategori sedang dengan perolehan 73%. Respon saat kegiatan meningkat menjadi 65% dengan kategori

sedang. Kemampuan bertenggang rasa juga meningkat menjadi sedang dengan presentase 70%. Kemampuan sportif siswa terisolir memperoleh presentase 65% kategori sedang. Pada indikator penampilan siswa terisolir masih sama perolehan presentase dengan jumlah 73% kategori tinggi. Indikator perlakuan teman meningkat menjadi 65% dengan kategori sedang. Berdasarkan kedua diagram yang disajikan diatas, maka dapat diperoleh perbandingan antara presentase sebelum dan sesudah treatment seperti berikut ini:

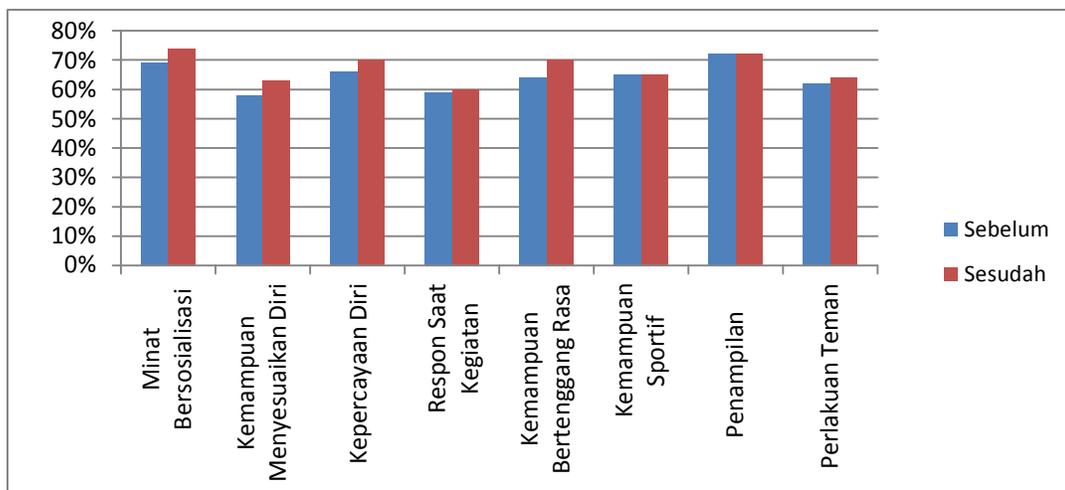


Diagram 4 : Perbandingan Presentase Skala Penilaian Perilaku Siswa Terisolir Sebelum dan Sesudah diberi Konseling Behavior dengan Teknik Asertif.

Berdasarkan diagram diatas, beberapa perbedaan tampak pada beberapa indikator, yaitu misalnya pada indikator minat bersosial yang mengalami peningkatan sebanyak 15%, kemampuan menyesuaikan diri yang mengalami peningkatan sebanyak 7%, kepercayaan diri meningkat sebanyak 4%, respon saat kegiatan meningkat sebanyak 6%, kemampuan bertenggang rasa meningkat sebanyak 5%, dan pada perlakuan teman meningkat sebanyak 2%.

Pembahasan

Pembahasan ini memuat tentang perilaku terisolir siswa sebelum diberikan konseling behavior dengan teknik asertif, perilaku terisolir siswa sesudah diberikan konseling behavior dengan teknik asertif, dan keefektifan konseling behavior dengan teknik asertif dalam mengatasi perilaku terisolir siswa. Pembahasan pertama yakni tentang Perilaku Terisolir Siswa Sebelum diberi Konseling Behavior dengan Assertive Training.

Perilaku terisolir siswa sebelum mendapatkan treatment ditunjukkan dengan tersingkirnya siswa dari pergaulan. Ketika siswa ingin bergabung dalam suatu kelompok bermain, siswa selalu ditolak oleh anggota

kelompok tersebut. Senada dengan penuturan Walgito (2007:50) yang menyatakan siswa terisolasi adalah siswa yang terasingkan atau ditolak oleh teman-temannya. Keberadaan siswa terisolir ini dapat pula diketahui dari sosiometri untuk mengetahui berapa banyak jumlah penolakan yang siswa peroleh dalam suatu kelas. Semakin siswa mendapatkan penolakan, semakin terisolir siswa tersebut. Berbagai perlakuan sering diterima oleh siswa terisolir ini, misalnya diejek, dijahili, dijaui, atau ditolak oleh kelompok bermain di kelasnya. Reaksi yang ditunjukkan siswa terisolir juga bermacam-macam, ada yang melawan dan cenderung berbalik agresif pada teman di kelasnya, namun ada pula yang tidak mampu melawan sehingga ia hanya diam saja menerima perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman sekelasnya.

Perilaku yang demikian inilah yang harus diganti. Jika siswa terlalu bersikap menerima terhadap pihak-pihak yang menekannya ia akan selalu menjadi pihak yang tertindas dan tidak mampu melawan. Semakin ia tidak mampu melawan, ia akan semakin menarik dirinya dari pergaulan dan menjadi siswa yang kurang memiliki minat bersosial. Ketidak asertifan siswa sebagai bentuk perilaku yang diakibatkan terisolirnya mereka dari pergaulan perlu digali apa kesulitannya sehingga dapat menentukan perilaku yang diinginkan sehingga memunculkan ketrampilan asertif pada siswa terisolir.

Asumsinya adalah jika siswa terisolir memunculkan perilaku ketidak asertifan seperti diam, tidak mampu menyampaikan apa yang mereka rasakan, bagaimana pihak-pihak yang selalu menekan mereka mengetahui apa yang dirasakan jika tidak ada yang disampaikan. Selama siswa terisolir ini masih tetap mempertahankan ketidak asertifannya, selama itu pula siswa akan selalu terisolir. Maka siswa terisolir perlu berasertif agar apa yang ingin mereka sampaikan dapat diterima oleh pihak-pihak yang selalu menekan siswa sehingga siswa terisolir dapat diterima, dihargai didengar oleh siswa yang kerap menekannya.

Pembahasan yang kedua tentang Perilaku Terisolir Siswa Sesudah diberi Konseling Behavior dengan Assertive Training. Sesudah diberikan treatment berupa konseling behavior dengan teknik asertif, perilaku terisolir yang awalnya sering dimunculkan siswa mengalami penurunan. Siswa terisolir mulai menunjukkan keberaniannya untuk mengekspresikan apa yang mereka rasakan. Saat siswa terisolir merasa tidak suka karena selalu diejek namun tidak dapat mengungkapkan ketidak sukannya karena takut, ataupun kesulitan menyampaikan pembelaan atas dirinya yang selalu ditekan oleh beberapa siswa, mereka mulai belajar bagaimana menyampaikan keasertifan dengan tepat sehingga isi pesan dapat ditangkap dan dipahami oleh pihak-pihak yang selama ini memberikan respon negatif pada siswa terisolir.

Menurut Corey (2005:213) bahwa teknik assertive training digunakan untuk membantu orang-orang yang : 1) Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung, 2) Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya, 3) Memiliki kesulitan untuk mengatakan "Tidak", 4) Mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya. 5) Merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri. Melalui pemberian konseling behavior, siswa dilatih untuk mengganti perilaku-perilaku yang selama ini dipelajari (termasuk perilaku salah suai) dengan

perilaku lain yang lebih adaptif. Dalam hal ini adalah mengganti ketidak asertifan pada siswa terisolir dan menggantinya dengan berlatih asertif.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti selama konseli diberikan treatment, konseli telah memperlihatkan banyak kemajuan. Konseli telah berhasil mengurangi perilaku terisolirnya dengan tingginya perolehan pada minat bersosial siswa, kemampuan menyesuaikan diri, kepercayaan diri dan perlakuan teman. Masing-masing indikator ini meningkat dalam beberapa persen. Jika kedua konseli mampu menunjukkan minat bersosial yang tinggi, artinya konseli mampu terlibat lebih banyak dalam suatu kelompok. Keterlibatan dalam kelompok yang tinggi berarti menunjukkan penerimaan teman pada konseli telah meningkat. Jika siswa mampu diterima dengan baik oleh lingkungan sosialnya, siswa juga akan makin percaya diri dan tidak lagi enggan untuk membentuk hubungan baru dengan siswa lain.

Pembahasan yang ketiga yakni *Konseling Behavior dengan Assertive Training untuk Mengatasi Perilaku Terisolir*. *Konseling behavior* sesuai namanya adalah konseling yang berpusat pada perilaku. Perilaku yang diperlihatkan oleh manusia adalah wujud belajarnya dari lingkungan. Senada dengan yang dikemukakan oleh Corey (2003: 198) bahwa “manusia pada dasarnya di dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Segenap tingkah laku manusia itu dipelajari”. Adapun dalam hal ini karena perilaku adalah wujud belajar dari lingkungan, maka keberadaan keduanya saling mempengaruhi, seperti yang diungkapkan oleh Winkel (2004: 420) bahwa “manusia dapat mempengaruhi perilaku orang lain dan dirinya pun dipengaruhi oleh perilaku orang lain”.

Berdasarkan pemberian konseling behavior pada konseli selama 5 kali, perilaku terisolir pada konseli mengalami perubahan, karena pada hakekatnya tujuan konseling behavior ini untuk mengubah perilaku yang maladaptive dan digantikan dengan perilaku baru yang lebih adaptif. Dalam konseling ini perilaku baru yang diajarkan adalah perilaku berasertif melalui pelatihan secara rutin yang dipelajari oleh konseli. Peneliti dalam konseling behavior berperan aktif dan direktif disaat pemberian treatment demi tercapainya tujuan konseling. Sama dalam hal ini peneliti berperan lebih direktif pada konseli dalam menentukan tiap prosedur treatment, namun keaktifan konseli dalam tiap sesinya tetap terpantau guna melihat kemajuan konseli di setiap tahap konseling ataupun prosedur implementasi teknik yang diperlukan untuk tercapainya tujuan konseling.

Pada pertemuan pertama peneliti melakukan assessment guna menggali permasalahan kedua konseli menggunakan analisis ABC, setelah dirumuskan ABC pada masing-masing konseli, konseli diperkenankan untuk membuat goal setting yang ingin ia capai dalam konseling behavior. Setelah goal setting berhasil ditentukan, maka langkah berikutnya adalah implementasi teknik, dalam konseling behavior ini, teknik yang dipakai adalah *assertive training* untuk memunculkan keasertifan pada siswa terisolir. Untuk prosedur implementasi teknik ini peneliti gunakan 2 pertemuan secara bertahap.

Pada pertemuan pertama konseli memberikan latihan asertif berdasarkan prosedur, yang pertama adalah menentukan kesulitan berasertif kedua konseli, kemudian mendefinisikan perilaku yang diinginkan dan harapan-harapan konseli dalam berasertif yang dalam hal ini perilaku yang diinginkan tentunya adalah munculnya perilaku asertif pada kedua konseli. Setelah itu peneliti dan konseli menentukan perilaku akhir yang dibutuhkan dan tidak

dibutuhkan demi terbentuknya keasertifan pada konseli, misalnya adalah konseli tidak diperkenankan menyampaikan keasertifannya dengan kemarahan, namun ketegasan dan kejujuran diperlukan demi tersampainya pesan yang ingin disampaikan dalam berasertif. Peneliti juga membantu mengungkapkan kekhawatiran konseli dalam berasertif, seperti misalnya lawan bicara tetap menindas konseli, ataupun lawan bicara justru berbalik menyerang konseli. Disini peneliti memberikan pengertian bahwa tidak hal yang perlu ditakutkan konseli ketika menyampaikan keasertifan dengan cara yang tepat. Setelah semua prosedur dilalui dan dipahami oleh konseli, maka peneliti memberikan latihan berupa menanggapi beberapa situasi yang dimungkinkan dialami konseli dan kondisi dipersilahkan menanggapi dengan kalimat asertif sesuai contoh yang diberikan peneliti sebelumnya. Ketika respon yang diberikan konseli sudah baik, peneliti menyudahi sesi konseling dan dilanjutkan kembali ke pertemuan berikutnya. Di akhir konseling peneliti tidak lupa mengingatkan konseli untuk merespon lawan bicara yang selalu menekan dengan menggunakan kalimat asertif.

Pada pertemuan berikutnya peneliti tinggal mengulang dari hasil treatment sebelumnya, sambil terus mengulang pelatihan asertif. Diakhir konseling, peneliti memberikan tugas pada konseli untuk mencatat setiap kalimat asertif yang telah berhasil ia utarakan dan bagaimana tanggapan lawan bicara. Hasil dari tugas tersebut akan digunakan peneliti sebagai evaluasi dan terminasi sesi konseling yang sudah diberikan. Pada pertemuan terakhir konseling peneliti kembali memeriksa tugas yang sudah diberikan untuk memantau perkembangan konseli, dan hasilnya konseli telah mengungkapkan keasertifannya dengan baik pada lawan bicaranya. Dari hasil observasi dengan skala penilaian di akhir konseling juga diperoleh hasil bahwa perilaku terisolir pada siswa sudah mulai berkurang dan menunjukkan peningkatan pada masing-masing indikatornya.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di bab-bab sebelumnya, maka penelitian yang berjudul “Mengatasi Perilaku Terisolir Siswa Menggunakan Konseling Behavior dengan Teknik Assertive Training pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Bangorejo dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Perilaku terisolir siswa sebelum diberi konseling behavior dengan teknik assertive training berada pada kategori sedang. Tingginya perilaku terisolir siswa ditunjukkan dengan minat bersosial, kemampuan menyesuaikan diri, kepercayaan diri, respon saat kegiatan, kemampuan bertenggang rasa, kemampuan sportif dan perlakuan teman yang berada pada kategori sedang.

Perilaku terisolir siswa sesudah diberi konseling behavior dengan teknik assertive training berada pada kategori tinggi. Berkurangnya perilaku terisolir siswa ditandai dengan tingginya minat bersosial dan kemampuan bertenggang rasa. Perilaku terisolir siswa dapat diatasi menggunakan konseling behavior dengan teknik assertive training. Siswa yang semula minat bersosialnya sedang meningkat menjadi tinggi, dan memiliki kemampuan bertenggang rasa yang sedang meningkat menjadi tinggi.

Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak di XI SMA Negeri 1 Bangorejo yaitu sebagai berikut : 1) Bagi Siswa Terisolir, siswa terisolir hendaknya dapat menggunakan kemampuan berasertif secara tepat setiap kali ia ingin menyampaikan pesan pada lawan bicaranya sehingga siswa

tidak lagi terisolir. Selain itu siswaterisolir dapat terus meningkatkan minat bersosial, kemampuan menyesuaikan diri, kepercayaan diri dan kemampuan tenggang rasa dalam hubungannya dengan siswa di kelasnya. 2) Bagi Wali Kelas, wali kelas berperan penting dalam memantau perkembangan siswa didiknya mengingat belum ada tenaga konselor di sekolah. Oleh karena itu wali kelas diharapkan lebih berperan dalam mendidik siswa yang mengalami masalah terisolir baik akademiknya maupun sosialnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Corey, Gerald. 2005. *Konseling dan Psikoteraphy*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Gunarsa, Singgih D. 2004. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT. Gunung Mulya.
- Gunarsa, Singgih D. dan Yulia Singgih D.
- Gunarsa, . 2003. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)* Jakarta: Erlangga.
- Hurlock. 1997. *Perkembangan Anak Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Komalasari, Gantika, Eka Wahyuni, dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT.Indeks.
- Latipun. 2005. *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Moleong. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mukmin, Amirul. 2005. *Program Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Mengembangkan Keterampilan Siswa Terisolir (Studi Pengembangan Program Bimbingan Pribadi Sosial terhadap Siswa Terisolir di SMP Pasundan 3 Bandung)*. Skripsi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nenden, Widyasari. 2008. *Efektivitas Permainan Sosial Untuk Meningkatkan Penyesuaian Sosial Siswa Terisolir di SMP 11 Bandung Tahun Pelajaran 2009/2010*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Willis S, Sofyan. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung : Alfabeta.
- Winkel, W.S dan M.M. Sri Hastuti. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : Kencana.
- Yusuf L. N. Syamsu. 2005. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.