

EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI ASERTIVITAS UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU ASERTIF PADA SANTRI KORBAN BULLYING DI PONDOK PESANTREN X

Citra Prabaningrum, Aski Marissa
Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma
Email: citraprabaningrum@gmail.com, askimarissa@gmail.com

Abstrak

Nilai-nilai keagamaan yang diajarkan di pesantren ternyata tidak mempengaruhi dan menekan perilaku *bullying* di kalangan santri. Pada umumnya siswa yang mengalami tindakan *bullying* adalah siswa yang memiliki tingkat asertivitas yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas psikoedukasi asertivitas pada santri korban *bullying* di Pondok Pesantren X. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuasi eksperimen. Penelitian ini menggunakan analisis data uji Wilcoxon dari skala perilaku asertif dan analisis deskriptif. Metode eksperimen yang digunakan adalah one group pretest-posttest design. Subjek dalam penelitian ini adalah santri yang mengalami *bullying* dan memiliki tingkat perilaku asertif sedang dan rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan dari 15 santri yang memiliki perilaku asertif sedang dan rendah, setelah dilakukan intervensi mengalami perubahan nilai dimana hasilnya sebanyak 6 santri mengalami peningkatan dari rendah ke sedang, 5 santri mengalami peningkatan dari sedang ke tinggi dan 4 santri tidak mengalami peningkatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa psikoedukasi asertivitas efektif dalam meningkatkan perilaku asertif pada santri korban *bullying*.

kata kunci: perilaku asertif, santri, Korban *Bullying*, Psikoedukasi Asertivitas

Abstract

The religious values taught in Islamic boarding schools apparently do not influence and suppress bullying behavior among students. In general, students who experience bullying are students who have a low level of assertiveness. This research aims to test the effectiveness of assertiveness psychoeducation for students who are victims of bullying at Islamic Boarding School X. The technique used in this research is quasi-experimental. This research uses Wilcoxon test data analysis from the assertive behavior scale and descriptive analysis. The experimental method used is one group pretest-posttest design. The subjects in this study were students who experienced bullying and had medium and low levels of assertive behavior. The results of this study showed that of the 15 students who had moderate and low assertive behavior, after the intervention there was a change in value, the results being that 6 students experienced an increase from low to medium, 5 students experienced an increase from medium to high and 4 students did not experience an increase. This shows that assertiveness psychoeducation is effective in increasing assertive behavior in students who are victims of bullying.

keywords: Assertive behavior, Santri, Bullying Victim, Assertiveness Psychoeducation

PENDAHULUAN

Melalui pondok pesantren, para santri diasuh untuk menjadi dirinya sendiri yaitu yang memiliki potensi yang luar biasa, pribadi yang pendiriannya matang, dengan kemampuan sosial yang menyejukkan, kesusilaan yang tinggi serta keimanan dan ketakwaan yang dalam, sehingga dalam pondok pesantren para santri juga dilatih untuk mengembangkan keterampilan kemandiriannya agar mereka siap hidup mandiri dan berkompeten dalam Masyarakat (Alwi, 2021). Nilai-nilai keagamaan yang diajarkan di pesantren bertujuan membentuk kepribadian santri yang sesuai dengan standar moral yang berlaku di masyarakat. Ternyata hal itu tidak mempengaruhi dan menekan perilaku *bullying* di kalangan santri. Ini disebabkan adanya kegagalan dalam pembentukan kode moral benar atau salah, dan kegagalan dalam merubah konsep moral khusus ke umum. Moralitas pasca

konvensional seharusnya dicapai selama masa remaja. Tapi dengan masih adanya remaja pada tingkat pra-konvensional atau konvensional, maka diantara remaja masih banyak yang melakukan perilaku *bullying* (Arumsari, 2017).

Pada umumnya siswa yang mengalami tindakan *bullying* adalah siswa yang memiliki tingkat asertivitas yang rendah (Fatmawati & Pratiwi, 2020). Individu yang memiliki sikap asertif yang rendah memiliki banyak ketakutan yang irasional yang meliputi sikap menampilkan perilaku cemas dan tidak mempunyai kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadinya. Begitupun korban *bullying*, mereka kurang mampu menunjukkan perasaan untuk melawan *bullying* yang diterimanya, karena korban *bullying* takut pelaku *bullying* semakin meningkatkan tindakannya (Lusihana, 2020). Oleh karena itu sikap asertif yang rendah lebih rentan mendapatkan *bullying* dari para pelaku dibanding dengan siswa yang memiliki asertivitas tinggi.

Pondok Pesantren X sebagai salah satu lembaga pendidikan Islam memiliki tanggung jawab tidak hanya dalam membentuk kepribadian religius tetapi juga keterampilan sosial santri. Dalam kehidupan pesantren yang sarat akan nilai-nilai kebersamaan dan kepatuhan, sering kali perilaku asertif kurang dikembangkan. Beberapa santri mungkin cenderung bersikap pasif atau agresif dalam menghadapi situasi sosial, yang berpotensi menghambat perkembangan kepribadian dan hubungan interpersonal mereka (Santrock, 2021).

Berdasarkan asesmen awal berupa wawancara yang dilakukan di Pondok Pesantren X, para santri kelas X dan kelas XI Aliyah cenderung tidak berani untuk membantah apa yang dilakukan oleh santri kelas XII Aliyah, mereka hanya bisa menerima perlakuan para santri senior (Zamroni & Sumarwiyah, 2021). Misalnya, ketika kakak kelas menyuruh adik kelasnya melakukan sesuatu yang dia minta seperti meminta untuk membersihkan ruang makan maupun kamar pondok meskipun mereka menggunakan secara bersama tetapi santri junior akan diberi tanggung jawab penuh atas hal-hal tersebut (Winnayanti & Djanah, 2021). Menurut beberapa santri, kebanyakan santri tidak bisa menolak permintaan kakak kelasnya atau sekedar mengungkapkan apa yang dirasakan, walau sebenarnya mereka tidak ingin melakukannya (Khalisah & Lubis, 2016). Ini dilakukan karena mereka berusaha menghormati kakak kelas supaya tidak dibenci oleh mereka (Zulhamdi et al., 2019). Santri junior juga tidak berani untuk mengadu kepada pengurus pondok ataupun ustadz-ustadzah, karena mereka akan mendapatkan perlakuan yang lebih parah apabila ketahuan mengadu oleh seniornya (Putri et al., 2017). Berdasarkan hasil wawancara, perilaku asertif dalam mengungkapkan apa yang dirasakan, diinginkan dan dipikirkan pada santri kelas X dan XI Aliyah dirasa kurang, maka psikoedukasi asertivitas diperlukan agar perilaku asertif pada santri meningkat (Tanoto, 2025).

Penelitian (Ayu & Nila, 2019) melaporkan bahwa ada 41% siswa yang tidak asertif dalam penelitiannya pada siswa SMP di Kota Serang. Zulhamdi dkk. (2019) hanya menemukan 17% remaja yang diteliti memiliki asertivitas tinggi, yang lain ditemukan memiliki asertivitas rendah dan sedang (13% dan 70%). Winnayanti dan Djanah (2021) menemukan 45,3% dari siswa SMA yang diteliti di Mojokerto memiliki skor asertif di bawah rata-rata. Belum lagi jika kita membaca banyak sekali penelitian-penelitian yang dilakukan untuk meningkatkan perilaku asertif yang menunjukkan bahwa memang perilaku asertif perlu diberi perhatian. Dengan adanya asertivitas maka remaja akan memiliki perilaku yang berani menyampaikan pikiran atau perasaan yang sedang dirasakan kepada orang lain, mengungkapkan perasaan secara baik dan tegas, tidak mudah menyalahkan orang lain apabila terjadi konflik, berani membela dan mempertahankan hak-haknya jika diperlakukan tidak adil, tidak mudah untuk terpengaruh dengan orang lain, dan mampu menyelesaikan konflik tanpa kekerasan (Khalisah & Lubis, 2016).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa psikoedukasi asertivitas dapat meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan berkomunikasi, dan kesejahteraan psikologis (Speed, dkk.,

2018; Smith, dkk., 2019). Namun, studi terkait efektivitas psikoedukasi asertivitas dalam konteks pondok pesantren masih terbatas. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji lebih jauh sejauh mana pendekatan ini dapat diterapkan di Pondok Pesantren X untuk membantu santri mengembangkan perilaku asertif yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat teoritis yaitu untuk pengembangan ilmu khususnya pelatihan asertivitas dalam meningkatkan perilaku asertif, serta memberikan bahan rujukan kepada penelitian selanjutnya yang berkaitan tentang perilaku asertivitas dan pelatihan asertivitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan metode kuasi eksperimen. Kuasi eksperimen (eksperimen semu) adalah eksperimen yang dalam mengontrol situasi penelitian tidak terlalu ketat atau menggunakan rancangan tertentu dan/atau penunjukkan subjek penelitian secara tidak acak untuk mendapatkan salah satu dari berbagai tingkat faktor penelitian (Abraham & Supriyati, 2022). Metode penelitian eksperimen dilakukan untuk mengetahui efektivitas asertif training dalam meningkatkan perilaku asertif pada santri di Pondok Pesantren Miftahul Ulum.

Adapun bentuk penelitian menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*. Rancangan *one group pretest-posttest* merupakan desain eksperimen yang menggunakan satu kelompok sampel yang kemudian dibandingkan skor *pre test* dan *post test* (Putri et al., 2017). Adanya skor *pretest* memungkinkan peneliti untuk membandingkan perubahan yang terjadi pada skor *posttest*. Berikut ini merupakan uraian desain eksperimen kuasi *one-group pretest-posttest* yang digunakan dalam penelitian ini.

Kelompok Eksperimen	<i>Pre-test</i>	Perlakuan	<i>Post-test</i>
	O1	✓	O2

Keterangan:

O1 : Tingkat regulasi diri dalam belajar kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan berupa psikoedukasi

O2 : Tingkat regulasi diri dalam belajar kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan berupa psikoedukasi

O1 – O2: Perubahan tingkat regulasi diri dalam belajar kelompok eksperimen sebelum diberikan pelatihan dan sesudah diberikan pelatihan.

Lokasi penelitian ini dilakukan di pondok pesantren X yang berlokasi di Jakarta Selatan. Pemilihan lokasi tersebut sesuai dengan masalah yang ingin diteliti. Dan berdasarkan kriteria populasi yang ingin dicari oleh penulis yaitu adanya keluhan tentang masalah perilaku asertivitas pada santri. Total jumlah sampel pada penelitian ini adalah 15 orang santri Madrasah Aliyah kelas X dan XI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Santri harus mampu bersikap tegas dalam menyatakan pendapat atau pikirannya terhadap orang lain tanpa kehilangan rasa percaya diri (Sa'adah, 2024). Namun pada kenyataannya masih banyak remaja yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Hal ini sejalan dengan studi kasus yang dilakukan oleh (Zamroni & Sumarwiyah, 2021) di dua madrasah di Semarang dengan observasi terhadap perilaku siswa SD di Jepang, salah satu faktor yang berperan besar terhadap perilaku asertif

individu adalah konsep diri individu yang bersangkutan. Korban *bullying* yang memiliki konsep diri positif akan menerima keadaan dirinya sehingga memiliki rasa percaya diri, harga diri, serta dapat melakukan interaksi sosial secara tepat. Korban *bullying* dengan konsep diri positif akan berusaha untuk berperilaku asertif karena perilaku asertif merupakan bentuk keterampilan sosial yang tepat untuk berbagai situasi sosial. Sementara itu, korban *bullying* dengan konsep diri negatif akan merasa dirinyaaa tidak berharga dan tidak diterima oleh lingkungan sehingga cenderung tidak berani mengambil resiko untuk mengungkapkan secara jujur apa yang dirasakan pada situasi *bullying*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harwidha (Dita, 2023) mengenai efektivitas psikoedukasi asertif untuk meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X menunjukkan hasil bahwa, Setelah dilakukan analisis perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*, diketahui bahwa program yang diberikan dapat meningkatkan perilaku asertif pada siswa kelas X. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zengel (2009) bahwa terdapat perbedaan positif signifikan pada tingkat asertivitas remaja setelah diberi pelatihan asertivitas. Teman sebaya sangat mempengaruhi remaja, jika anggota kelompok memberikan model dalam berperilaku asertif maka mereka akan belajar berperilaku asertif dari teman sebayanya dengan mudah. Memberikan atmosfer yang positif di dalam kelompok dengan melakukan *role play*, memberikan model serta tugas, memberi dorongan dan penguatan akan memberikan kontribusi terhadap peningkatan asertif kelompok.

Jika dilihat dari hasil wawancara sebelum santri mengikuti intervensi, santri Pondok Pesantren X cenderung tidak berani untuk menyampaikan apa yang dirasakan dan mengemukakan pendapatnya. Para santri berada pada usia remaja dimana salah satu tugas perkembangan pada remaja dipusatkan kepada penanggulangan sikap dan pola perilaku remaja terkait dengan teman sebaya (Hurlock, 2011). Remaja pada umumnya akan menyesuaikan diri dengan standar kelompok sebayanya. Bagi remaja, pengakuan teman sebaya sangatlah penting dan memiliki pengaruh besar. Hal ini dikarenakan teman sebaya mampu memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan, dapat bekerja sama, saling menolong, bertukar pikiran, belajar, dan bermain bersama. Pertemanan antar remaja juga seringkali memengaruhi satu sama lain, terutama dalam perilaku berisiko atau bermasalah (Brown & Klute dalam Papalia, Old & Feldman, 2013).

Psikoedukasi asertivitas merupakan salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam meningkatkan perilaku asertif. Psikoedukasi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan praktis kepada individu agar dapat berkomunikasi secara tegas dan efektif tanpa melanggar hak orang lain. Pendekatan ini juga membantu individu memahami hak-hak pribadi, mengenali pola perilaku tidak asertif, serta mempraktikkan strategi komunikasi yang lebih sehat (Lange & Jakubowski, 1976). Psikoedukasi asertivitas dapat meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan berkomunikasi, dan kesejahteraan psikologis (Speed, dkk., 2018; Smith, dkk., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang bertujuan untuk menguji efektivitas psikoedukasi asertivitas untuk meningkatkan perilaku asertif pada santri korban *bullying* di Pondok Pesantren X, diketahui nilai signifikansi sebesar .001 dengan nilai $z = -3.412$, ($p < 0.05$), ini menunjukkan ada perbedaan signifikan perilaku asertif santri korban *bullying*. Skor perilaku asertif subjek sebelum mendapatkan intervensi sebesar 28.93 dengan kategori rendah, kemudian setelah mendapatkan intervensi skor perilaku asertif subjek mengalami peningkatan menjadi sebesar 43.33 dengan kategori sedang. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dari Auliannisa, dkk (2024), yakni bahwa psikoedukasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan penerapan keterampilan sosial perilaku asertif, sehingga membantu remaja dalam menghadapi berbagai situasi sosial dan mengambil langkah yang lebih positif dalam kehidupan mereka.

Berdasarkan hasil deskriptif juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan dalam perilaku asertif santri. Sebelum mendapatkan intervensi psikoedukasi asertivitas, para santri merasa bahwa sulit untuk mengungkapkan apa yang dirasakan. Para santri lebih cenderung memendam masalahnya sendiri. Dalam lingkungan pertemanan santri-santri korban *bullying* cenderung menarik diri agar terhindar dari *bullying* kembali. Setelah para santri korban *bullying* mendapatkan intervensi berupa psikoedukasi asertivitas, santri menjadi lebih berani untuk mengutarakan apa yang mereka rasakan. Santri mampu untuk berkata tidak jika hal tersebut tidak sesuai dengan keinginannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi asertivitas efektif dalam meningkatkan perilaku asertif pada santri korban *bullying* di pondok pesantren X. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan skor perilaku asertif sebelum mendapatkan intervensi psikoedukasi asertivitas dan sesudah mendapatkan intervensi psikoedukasi asertivitas. Intervensi psikoedukasi asertivitas dilakukan dalam 3 sesi diberikan kepada 15 santri dengan 8 santri memiliki tingkat perilaku asertif rendah dan 7 santri memiliki tingkat perilaku asertif sedang. Kemudian setelah diberikan intervensi terjadi peningkatan perilaku asertif pada santri korban *bullying* di pondok pesantren X, 6 santri mengalami peningkatan dari rendah ke sedang, 5 santri mengalami peningkatan dari sedang ke tinggi dan 4 santri tidak mengalami peningkatan. Keefektifan intervensi psikoedukasi asertivitas pada perilaku asertif subjek juga terlihat dari sikap dan perilaku subjek yang lebih positif daripada sebelumnya, yakni subjek mampu menerapkan perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari diantaranya dengan berani mengekspresikan perasaannya secara jujur dan nyaman, mampu mempertahankan hak-hak pribadi dengan tidak melanggar hak orang lain serta mampu bertindak sesuai keinginan dan minat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: Literatur review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3).
- Alwi, S. (2021). *Perilaku Bullying Di Kalangan Santri Dayah Terpadu Kota Lhokseumawe*. CV. Puskra Mitra Jaya.
- Arumsari, C. (2017). Strategi konseling latihan asertif untuk mereduksi perilaku bullying. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 1(01), 31–39.
- Ayu, I. P., & Nila, M. (2019). Pengaruh Sikap Asertif dan Konsep Diri Terhadap Perilaku Seksual Pranikah Siswa SMP Negeri di Kota Serang. *Faletahan Health Journal*, 6(2), 56–63.
- DITA, A. P. (2023). Efektivitas Layanan Bimbingan Klasikal Teknik Assertive Training Dalam Meningkatkan Perilaku Asertif Pada Siswa Kelas X Ips Sma Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022/2023.
- Fatmawati, D. S., & Pratiwi, T. I. (2020). Penerapan konseling kelompok latihan asertif pada siswa korban bullying di smpn 34 surabaya. *Jurnal BK Unesa*, 476–483.
- Khalisah, S., & Lubis, R. (2016). Perbedaan perilaku asertif ditinjau dari pola asuh orang tua pada remaja yang memiliki clique. *Jurnal Diversita*, 2(1).
- Lusihana, L. (2020). Meningkatkan Perilaku Asertif Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Sosiodrama (Bermain Peran) Di SMAN 1 Maluku. *Jurnal Inovasi Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 1–8.
- Putri, R. F. T., Pratisti, W. D., & Partini, M. (2017). Pelatihan Asertivitas Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Korban Perundungan (Bullying) Di SMP. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Sa'adah, D. N. (2024). Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Pendekatan Rational Emotif Therapy Dalam Menurunkan Perilaku Bullying Siswa Di Smk (Studi Pre-Eksperimen Di Smk Wicaksana Al-Hikmah 02 Brebes). Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Tanoto, S. R. (2025). Penguatan Keterampilan Komunikasi Siswa Sma Di Surabaya Melalui Pelatihan Komunikasi Asertif. *Jurnal Edukasi Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 35–42.
- Winnayanti, W., & Djanah, M. D. (2021). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Asertif Siswa SMA. *Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia*, 4(1), 57–68.
- Zamroni, E., & Sumarwiyah, S. (2021). Pelatihan Perilaku Asertif Terhadap Bullying Melalui Sosiodrama Pada Santri Pondok Pesantren Nashrul Ummah Mejobo. *Muria Jurnal Layanan Masyarakat*, 3(2), 74–84.
- Zulhamdi, Z., Nurhasanah, N., & Bustamam, N. (2019). Hubungan motif afiliasi dengan perilaku asertif siswa. *Jurnal Suloh*, 4(1).