**PENGEMBANGAN PERILAKU ASERTIF DI SMA N 1 PURWOREJO**

Nur Aziz

SMAN 1 Purworejo

[Nuraziz25@gmail.com](mailto:Nuraziz25@gmail.com)

**ABSTRAK**

Upaya untuk menciptakan suasana belajar di sekolah yang aman, kondusif, dan inklusif masih banyak mengalami kendala. Kekerasan fisik, psikis bahkan kekerasan seksual masih kerap terjadi di lingkungan sekolah maupun pesantren. Penulis mengadakan penelitian dengan tujuan mengamati pola perilaku siswa yang mendukung terciptanya suasana lingkungan yang bebas kekerasan di SMA Negeri 1 Purworejo. Berdasarkan pengamatan di SMA Negeri 1 Purworejo selama ini bebas dari kekerasan,siswa-siswa berperilaku asertif. Lingkungan fisik maupun sosial sangat mendukung sehingga hasil belajar siswa dan prestasi siswa maksimal. Terbukti SMA N 1 mendapatkan predikat 100 terbaik versi UTBK yang diterbitkan oleh LMPTN dan siswa yang masuk PTN melalui jalur SNMPTN terus naik secara signifikan.

*Kata kunci: pola perilaku, asertif, prestasi*

A.PENDAHULUAN

Perilaku kekerasan masih terus mengusik dunia pendidikan yang mestinya menjadi tumpuan untuk menyiapkan generasi yang unggul dan berperadaban yang tinggi. Perilaku agresif yang cenderung tidak terkendali yang sangat distruktif kerap terjadi di lingkungan sekolah.

Pola kekerasan ini terjadi antara siswa dengan siswa,pendidik dengan siswa,siswa dengan pendidik bahkan wali siswa dengan pendidik. Kekerasan yang terjadi dan berulang ini sangat mempengaruhi kualitas pendidikan dan menjadi kendala bagi tercapainya tujuan pendidikan.

Upaya untuk mengurangi bahkan menghilangkan kekerasan di lembaga pendidikan sebenarnya sudah banyak dilakukan. Dalam pembelajaran sehari- hari para pendidk pasti sudah menanamkan perilaku antikekerasan. Melalui guru agama penguatan keimanan dan ketakwaan siswa-siswa selalu dilaksanakan baik dalam intrakurikuler maupun ekstrakurikuler. Gencarnya program sekolah ramah anak,gerakan sekolah menyenangkan, dan gerakan sekolah lainya telah banyak diimplementasikan. Namun, peristiwa kekerasan masih tetap terjadi. SMA Negeri1 Purworejo memiliki iklim pembelajaran yang kondusif dan budaya prestasi yang tinggi baik siswa-siswa, pendidik, dan tenaga kependidikan secara individual maupun kelompok bahkan secara kelembagaan. Oleh karena itu, penulis memandang perlu untuk meneliti bagaimana perilaku siswa-siswa serta warga sekolah sehingga iklim pembelajaran di SMA N 1 Purworejo sangat kondusif,terbebas dari kekerasan dengan berbagai turunanya.

**B. ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Apa yang dimaksud dengan perilaku asertif?**

Menurut para ahli perilaku seorang dengan orang lain atau pola interaksi interpersonal dapat digolongkan menjadi perilaku submisif, agresif dan asertif. Perilaku submisif adalah perilaku yang lemah, pasif, tidak mampu berkata tidak,mengorbankan diri sendiri,membiarkan orang lain mendominansi,tidak percaya diri,selalu bersikap manis,tidak menjadi masalah bagi orang lain.

Perilaku submisif ini didasari pemikiran bahwa: (1) orang lain lebih segala-galanya., (2) merasa tidak disuka, (3) merasa tidak dihargai, (4) cari aman,dan (5) ingin segalanya sempurna. Perilaku submisif jika dibiarkan akan menimbulkan hal-hal negative seperti: merasa terancam,depresi,menarik diri,tidak percaya diri,dan memicu orang lain bersifat agresif.

**Perilaku Agresif**

Perilaku agresif adalah perilaku yang mementingkan diri sendiri (*self centerd*). Perilaku ini hanya mengutamakan kebutuhan,hak,pendapat dan perasaan sendiri tidak menenggang orang lain. Orang yang agresif akan menganggap dirinya yang paling benar,menggunakan kekuasaan, arogan, menunjukkan kemarahan, mengancam, menggertak, dan menakut nakuti orang lain. Perilaku agresif akan semakin menjadi jika bertemu dengan orang yang berperilaku submisif.

Jika perilaku agresif ini berkembang di sekolah tentu akan sangat merugikan. Suasana belajar menjadi tidak nyaman,yang dapat berkembang menjadi pertentangan,pertikaian,perkelahian dan kekerasan lainya. Perilaku agresif ini didasari keyakinan akan (1) Merasa lebih pandai,lebih kuat,lebih berkuasa, (2) Tidak percaya kepada orang lain, (3) Hidup ini sebagai kompetisis yang keras, (4) Agresif adalah satu-satunya cara untuk mencapai tujuan, (5) Tidak mau orang lain mengatur dirinya.

**Perilaku Asertif**

Perilaku asertif adalah perilaku yang diungkapkan dari minat,kebutuhan, pendapat, pikiran, dan perasaan yang diwujudkan dengan bijak, adil, dan efektif. Perilaku ini dapat menyeimbangkan antara hak-hak dan kebutuhan sendiri dengan tetap menghargai dan mengutamakan hak-hak dan kewajiban orang lain. Perilaku asertif membuat orang menjadi terkendali (*self control*)dalam setiap ucapan dan tindakan dalam berinteraksi dengan orang lain. Perilaku asertif mendorong orang untuk percaya diri serta merasa berharga dan memiliki konsep diri yang tepat. Dalam kehidupan sehari-hari perilaku asertif akan menempatkan dirinya secara bebas, adil, serta menghargai pihak lain secara proporsional, sehingga perilaku ini dapat menangkal perilaku submisif dan agresif. Perilaku asertif ini timbul dari suatu keyakinan akan adanya (1) Kesetaraan, (2) Kebebasan untuk memilih, (3) Pengembangan diri, (4) Tanggung jawab, (5) Bertindak sesuai keyakinan sendiri, (6) Penghargaan terhadap pandangan orang lain.

**Melatih siswa berperilaku asertif**

Beberapa asumsi yang mendasari perlunya melatih siswa berperilaku asertif. Pertama,,setiap siswa memilii kebutuhan yang harus dipenuhi. Kedua, setiap siswa memiliki hak yang sama. Ketiga, setiap siswa dapat memberikan sumbangan terhadap masalah yang terjadi di lingkunganya. Keempat, perilaku asertif dapat menangkal rasa takut,malu,pasif dan marah yang berlebihan.

Beberapa jenis perilaku asertif yang perlu dilatihkan kepada siswa di sekolah:

1. Berani mengemukakan pendapat,permintaan,kesukaan dan lainya yang menjdikan seorang siswa dihargai sebagai manusia yang sederajat dengan siswa lainya.
2. Mengekspresikan emosi-emosi positif seperti: bahagia,mengharagai,menyukai,merasa tertarik,memberikan pujian,mengucapkan salam,menyampaikan terima kasih,menawarkan bantuan.
3. Membangun percakapan yang komunikatif dan berbagi perasaan secara seimbang.
4. Mengontrol emosi dengan tepat,tidak mudah tersinggung atau marah.
5. Bersikap sopan berbaik sangka kepada siapapun.

Beberapa model kegiatan untuk mengembangkan perilaku asertif di SMA N 1 Purworejo:

1. Gerakan senyum,sapa,salam,sopan dan santun.

Gerakan ini dilaksnakan dengan melibatkan seluruh warga sekolah, bahwa siapapun yang berada di lingkungan sekolah harus menujukkan sikap tersebut ketika berpapasan maupun berinteraksi satu dengan yang lain. Gerakan ini diperkuat dengan menyambut kedatangan warga sekolah pada pagi hari dengan berjajar dan memberikan jabat tangan serta ucapan salam. Pengaruh positif dari kegiatan ini adalah setiap siswa memiliki kedekatan emosi yang kuat sehingga perasaan untuk saling menghargai terbangun dengan baik yang berimbas pada sikap saling percaya,komunikasi yang cair serta terjalin sikap persaudaraan yang kuat. Kegiatan ini dilaksanakan secara bergantian baik siswa kelas 10,11 maupun 12 sehingga gap antara masing masing tingkatan tidak melebar bahkan jalinan persahabatan mereka seperti kakak beradik,saling asah,asih dan asuh.

1. Pengembangan pembelajaran berbasis proyek atau berbasis masalah baik di kelas maupun di luar kelas. Kegiatan ini dilaksanakan saat pembelajaran utamanya pada kegiatan inti dimana siswa siswa bekerja dalam kelompok,berdiskusi tentang masalah-masalah tertentu sesuai dengan meateri yang sedang diajarkan serta membuat produk sebagai hasil pembelajaran. Kegiatan ini memberikan ruang bagi siswa untuk menyampaikan gagasan dan pikiranya serta alternatif-alternatif untuk menyelesaikan proyek secara bersama-sama. Kegiaan ini juga mendorong perilaku gotong royong dan tanggung jawab dalam meneyelesaikan tugas. Kegiatan ini juga mendorong kepuasan batin serta kebanggaan apabila hasilnya mendapatkan nilai yang bagus dan diapresiasi oleh guru.
2. Kegitan OSIS dan MPK. Kegiatan OSIS dan MPK yang dikemas dalam berbagai format mendorong perilaku asertif. Dari kegiatan pemilihan ketua OSIS dan MPK yang dilaksanakan secara jujur,adil transparan dan demokratis meberikan pengalaman kepada siswa akan terbentuknya organisasi OSIS dan MPK yang legal,amanah dan dapat dipercaya untuk melaksanakan program programnya sesuai harapan mereka.Ada juga kegitan lainya seperti LDK (latihan dasar kepemimpinan), ROHIS, PASKIBRA, PKS, PMI, Koperasi Siswa. Tidak Kalah pentingnya juga Kegiatan ekstrakurikuler lainya seperti, Karawitan, Paduan Suara, Pewara, Pencinta Alam(Gemapala), Teater, Seni Tari, Jurnalistik, Bola Basket, Sepak Bola, Bola, Bola Voli, Footsal, Aero Modeling, PikR, Ganesha Lensa Club, Robotic, Japan Study Club, English Club, dll. yang semuanya itu mendorong siswa -siswa untuk berprestasi di bidangnya masing masing sebagai bagian dari pemenuhan kebutuhan untuk dihargai dan kebutuhan untuk aktualisasi diri.
3. Adiwiyata

Adiwiyata adalah program yang diselenggarakan oleh Kementerian Lingkungan Hidup yang memiliki filosofi bahwa sekolah adalah tempat yang baik untuk pengembangan pendidikan. Untuk itu harus dikemas sedemikian rupa,utamanya empat hal yaitu dari sisi kebijakan (visi misi) sekolah, kurikulum berbasis lingkungan, kegiatan partisipatif berbasis lingkungan, serta kemitraan dan pengembangan sarana prasarana. Adapun kegiatan yang mendorong perilaku asertif adalah kegiatan partisipatif berbasis lingkungan. Dalam kegiatan ini siswa dapat memilih kegiatan kolaboratif sesuai dengan minat dan bakatnya seperti reboisasi, program kali bersih, penanaman bakau, komposting,bank sampah, penilitian tentang lingkungan, penelitian terkait energi terbarukan,kegiatan *recycle,reduce,reuse,resell* dan lain sebagainya. Dalam kegiatan ini siswa terlibat aktif dari mulai perencanaan,pelaksanaan serta evaluasi sehingga siswa mendapatkan pengalaman tentang perilaku positif dan konstruktif melalui diskusi, seminar, workshop, musyawarah dan lain sebagainya.

1. Pendampingan oleh guru

Setiap kegiatan di sekolah,siswa-siswa didampingi oleh guru sehingga apabila terjadi sesuatu segera dapat dicegah maupun diselesaikan dengan baik.Di samping itu, setiap kegiatan baik di dalam sekolah maupun di luar sekolah harus sepengetahuan orang tua siswa. Guru selalu mendampingi seluruh kegiatan siswa dari perencanaan, pelaksanaan,hingga evaluasi.

Dari contoh kegiatan-kegiatan tersebut para siswa akan larut dalam kesibukan yang positif dan bermakna sehingga tidak berkembang perilaku negatif seperti submisif dan agrseif yang mengganggu proses pembelajaran bahkan perkembangan pribadi mereka. Perilaku asertif akan berkembang dengan maksimal dengan demikian sekolah akan dapat meminimalkan bahkan membebaskan perilaku kekerasan. Suasana belajar akan terbebas dari *bullying,hazing* dan kekerasan lainya yang tidak mendukung pengembangan diri secara optimal membentuk menjadi manusia seutuhnya. Sebagai dampak positif dari sikap asertif para siswa,mereka akan mendapatkan prestasi yang tinggi, sekolah akan mewarisi budaya prestasi, dan memiliki kinerja yang sangat baik (*high performance school*).

**PENUTUP**

**Simpulan**

Kekerasan verbal,fisik bahkan seksual masih kerap terjadi di sekolah hal ini terjadi antara lain karena masik berkembangnya perilaku submisif dan agresif utamanya pada para siswa. Untuk menekan tingkat kekerasan bahkan menghilangkan perilaku kekerasan dapat dikembangnkan perikau asetif kepada siswa-siswa dengan berbagai kegiatan yang mendorong perilaku asertif di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Guru memiliki peran yang sangat strategis dalam membangun perilaku asertif siswa sehingga pendampingan guru dalam seluruh kegiatan siswa sangat diperlukan. Perilaku asertif sangat mendukung keberhasilan dan prestasi siswa, pendidik, dan tenaga kependidikan serta lembaga.

**Rekomendasi**

1. Sekolah diharapkan membangun budaya yang positif dan menekan sekecil mungkin munculnya budaya negatif
2. Perilaku asertif para siswa hendaknya dikembangkan dengan maksimal pada saat kegiatan di sekolah maupun di luar sekolah. Perilaku submisif dan destruktif ditekan sekecil mungkin.
3. Sekolah sebaiknya memberikan alternatif kegiatan yang bervariasi agar minat dan bakat para siswa dapat terwadahi.

DAFTAR PUSTAKA

Fox, Khaterine. 2007. *Twelve Valuable Step to Raise Your Self Esteem.*

Lloyrd, Sam R. 2007. *How Assertive Are You?*

Perera, Karl. 1999. *Self Esteem Test.*

Perera, Karl. 2003. *Low Self Esteem Can Be Cured!Here Is How.*