

**PENGARUH PELATIHAN ASERTIF UNTUK
MENINGKATKAN ASERTIVITAS TERHADAP
PENYALAHGUNAAN NARKOBA
(Single Subject Research Anak didik di Lapas Anak Pria
Tangerang)**

**Herli Hartati
Moch. Dimiyati, M.Pd
Herdi, M.Pd**

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data mengenai pengaruh pelatihan asertif untuk meningkatkan asertivitas terhadap penyalahgunaan narkoba, dengan satu responden yaitu anak didik dengan kasus penyalahgunaan narkoba. Responden diambil dengan pertimbangan dan tujuan tertentu. Penelitian ini menggunakan metode Single Subject Research dengan menggunakan desain A-B. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan perilaku asertif dengan melakukan latihan asertif yang telah diterapkan kepada anak didik dalam waktu empat belas hari. Anak didik tersebut dapat meningkatkan asertivitas baik verbal maupun non verbal dengan langkah-langkah yang terdapat dalam latihan asertif. Teknik ini dapat dilaksanakan dengan baik oleh anak didik, diasumsikan anak didik mampu dan memiliki keberanian dalam meningkatkan asertivitas terutama dalam penyalahgunaan narkoba. Hal tersebut terbukti dalam penelitian Single Subject Research yang telah dilakukan oleh peneliti, bahwa pentingnya memiliki perilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari dan terutama pada usia remaja.

Kata kunci : *latihan asertif, asertivitas terhadap penyalahgunaan narkoba.*

Pendahuluan

Maraknya peredaran narkoba saat ini sudah sangat mengkhawatirkan, terlihat dengan makin banyaknya pengguna narkoba dari semua kalangan. Narkoba sangat mudah didapatkan, baik oleh kalangan dewasa, remaja, bahkan anak-anak. Namun yang paling memprihatinkan penyalahgunaan narkoba saat ini lebih banyak dilakukan oleh kalangan remaja, padahal mereka adalah generasi penerus

bangsa di masa depan.

Beberapa faktor yang menyebabkan penyalahgunaan narkoba lebih banyak dilakukan oleh kalangan remaja antara lain lemahnya kepribadian, perkembangan emosi yang tidak stabil, tidak mampu menyesuaikan diri, menderita kelainan tingkah laku sejak kecil (psikopat), ketidak harmonisan hubungan antar anggota keluarga, orang tua terlalu menekan anak, pengaruh pergaulan yang buruk, ekses negatif

1 Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, herli.hartati@gmail.com

2 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, moch_dimiyati@yahoo.com

3 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, herdiunj5@gmail.com

dari keadaan sekolah, pengaruh negatif lingkungan terhadap perkembangan kepribadian

Menurut data dari Badan Narkotika Nasional. Jika dilihat menurut kelompok usia pertama kali menggunakan narkoba, sebagian besar (95%) pertama kali menggunakan narkoba pada usia < 30 tahun, sebagian (47%) berada di kisaran usia < 20 tahun dan sebagian lagi (48%) berada di usia 20 – 29 tahun. Keadaan ini menunjukkan penggunaan narkoba pertama kali dilakukan pada usia muda. Sekolah/kampus, kost/kontrakan, tempat kerja, di jalan, diskotik//karaoke, rumah, sendiri, rumah teman, di terminal/stasiun dan di hotel/penginapan adalah tempat yang banyak disebut responden pada saat ditawarkan narkoba. Tempat yang sering kali ditawarkan narkoba adalah di rumah teman, tempat kerja dan diskotik/pub dan karaoke (6,9%, 5,8% dan 5,3%) (BNN, 2013: 43).

Tabel 1
Jumlah Tersangka Kasus Narkoba Berdasarkan Kelompok Umur Tahun 2013

NO.	KELOMPOK UMUR	JUMLAH TERSANGKA TAHUN 2013
1.	< 16 Tahun	122
2.	16-19 Tahun	2.377
3.	20 24 Tahun	6.246
4.	25-29 Tahun	16.167
5.	> 30 Tahun	18.855
JUMLAH		43.767

Sumber : Kepolisian Negara Republik Indonesia, Maret 2014

Berdasarkan hasil studi dokumentasi yang peneliti lakukan di Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria Tangerang, bahwa tindak pidana yang terbanyak dilakukan adalah mengenai narkoba sebanyak 100 anak didik dari 224 anak didik, selanjutnya tindak pidana perlindungan anak sebanyak 56 anak didik dari 224 anak didik, dan pembunuhan sebanyak 18 anak didik dari 224 anak didik. Dari 100 anak didik yang melakukan tindak pidana narkoba, 92 anak didik termasuk dalam anak pidana dan 8 anak didik termasuk anak tahanan.

Hasil wawancara awal dengan anak didik yang mengalami tindak pidana di Lembaga Pemasyarakatan Anak Pria Tangerang mengenai tindak pidana narkoba bahwa alasan menggunakan narkoba adalah karena coba-coba, ajakan teman dan pergaulan di lingkungan sekitar tempat tinggal. Anak didik yang

berinisial S menceritakan bahwa alasan menggunakan narkoba karena ajakan oleh teman dan rasa penasarannya juga yang membuat S Ingin menggunakan narkoba. Menurut S setelah menggunakan narkoba perasaan menjadi lebih rileks, tidak ada beban, merasakan kesenangan dan lain-lain.

Menurut pengakuan S setelah diwawancara bahwa ia menyesal telah menggunakan narkoba, narkoba membuat S menjadi seorang anak yang pernah memasuki rumah tahanan, S merasa malu jika suatu hari nanti S keluar dari Lapas tidak ada yang mau menjadi temannya atau malah terjerumus menggunakan narkoba kembali. Itu yang dikhawatirkan S jika suatu hari keluar dari Lapas, dengan kata lain S tidak memiliki kemampuan asertif dalam menggunakan narkoba.

Setelah melihat permasalahan yang di alami oleh S dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab S melakukan penyalahgunaan narkoba dikarenakan ajakan oleh teman. Kondisi S yang mengalami masalah seperti yang disebutkan di atas membutuhkan penanganan yang dapat membantu S keluar dari permasalahannya. Pelatihan Asertif menjadi salah satu cara penanganan yang dapat dilakukan untuk membantu S keluar dari permasalahan tersebut.

Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik untuk meningkatkan asertivitas terhadap penyalahgunaan narkoba dengan teknik pelatihan asertif terhadap anak didik di Lapas Anak Pria Tangerang.

Kajian Teori

Asertif

Asertif menurut Bedell & Lennox menyatakan bahwa asertivitas akan mendukung tingkah laku interpersonal yang secara simultan akan berusaha untuk memenuhi keinginan individu semaksimal mungkin secara bersamaan juga mempertimbangkan keinginan orang lain, karena hal itu tidak hanya memberikan penghargaan pada diri sendiri tapi juga kepada orang lain (J.R. Bedell& S.S. Lennox, 1997: 132).

Tujuan asertif adalah meningkatkan kemampuan interpersonal yaitu mampu berkata tidak, membuat permintaan, mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif serta membuka dan mengakhiri percakapan. Asertif training dapat dijadikan salah sa-

tu pilihan bantuan yang dapat diberikan pada siswa yang kurang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal.

Menurut Chirstoff& Kelly dalam Gunarsa, ada tiga kategori perilaku asertif yaitu asertif penolakan, asertif pujian, dan asertif permintaan (Singgih. D. Gunarsa, 2011: 216). Asertif yang dimaksud dalam penelitian ini termasuk dalam kategori asertif penolakan, yaitu kemampuan anak didik dalam melakukan penolakan penggunaan narkoba. Terdapat dua aspek dalam asertif yaitu: aspek verbal terdiri dari adanya kesepakatan dan adanya ekspresi langsung. Sedangkan aspek non verbal terdiri dari kontak mata, postur tubuh, gerak tubuh, jarak, penetapan waktu, suara.

Menurut Corey pelatihan asertif termasuk dalam pendekatan kognitif behaviorial yang bisa diterapkan terutama pada situasi-situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak atau benar. Pelatihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung; memiliki kesulitan untuk mengatakan “tidak”; merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran-pikiran sendiri (Gerald Corey, 2010: 213).

Corey mengembangkan perilaku asertif lebih berfokus pada pelaksanaan pelatihan secara berkelompok. Kelompok pelatihan asertif ditandai dengan struktur yang mempunyai pemimpin. Secara khas sesi berstruktur sebagai berikut: sesi pertama, yang dimulai dengan pengenalan didaktik tentang kecemasan sosial yang tidak realistis, sesi kedua bisa memperkenalkan sejumlah latihan relaksasi, dan masing-masing anggota menerangkan tingkah laku spesifik dalam situasi-situasi interpersonal yang dirasakannya menjadi masalah, sesi ketiga, para anggota menerangkan tingkah laku menegaskan diri yang telah dicoba dijalankan oleh mereka dalam situasi-situasi kehidupan nyata, sesi selanjutnya terdiri atas penambahan latihan relaksasi, pengulangan perjanjian untuk menjalankan tingkah laku menegaskan diri, yang diikuti oleh evaluasi, sesi terakhir bisa disesuaikan dengan kebutuhan-kebutuhan individual para anggota (Gerald Corey, 2010: 213).

Narkoba

Narkoba adalah singkatan dari narkotika, psikotropika dan bahan adiktif lainnya. Narkoba adalah obat, bahan, atau zat dan bukan tergolong makanan jika diminum, diisap, dihirup, ditelan, atau disuntikkan, berpengaruh terutama pada kerja otak (susunan saraf pusat), dan sering menyebabkan iberubah (meningkat atau menurun); demikian pula fungsi vital organ tubuh lain (jantung, peredaran darah, pernapasan, dan lain-lain). Adapun jenis-jenis narkoba yaitu opium, morphin, ganja, cocain, heroin, shabu-shabu, ekstasi, putaw, alkohol, Sedativa/Hipnotika.

Faktor penyebab penyalahgunaan narkoba ada tiga yaitu: narkoba, individu, dan lingkungan. Dari ketiganya, yang terpenting adalah faktor individu. Seseorang harus bertanggung jawab atas perilakunya dan tidak boleh mempersalahkan orang lain atau keadaan.

Dampak kecanduan narkoba dapat terlihat pada fisik, psikis maupun sosial seseorang. Dampak Fisik adalah gangguan pada system syaraf, dampak psikologi adalah lamban kerja, ceroboh kerja, sering tegang dan gelisah, hilang kepercayaan diri, apatis, pengkhayal, penuh curiga, dampak bagi Keluarga adalah suasana nyaman dan tentram terganggu, dampak bagi sekolah adalah narkoba merusak disiplin dan motivasi yang sangat penting bagi proses belajar

Metode Penelitian

Penelitian dilakukan di Lapas Anak Pria Tangerang, Banten. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai Desember 2014. Metode penelitian yang digunakan adalah metode Single Subject Research, menurut Juang pada penelitian dengan subject tunggal, pengukuran variabel terikat atau target behavior dilakukan berulang-ulang dalam periode waktu tertentu misalnya perjam, perhari, atau perminggu perbandingan tidak dilakukan antar individu maupun kelompok tetapi dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi yang berbeda (Juang Sunanto, 2005: 55). Desain penelitian metode subjek tunggal yang digunakan adalah Desain A-B. Desain A-B merupakan Desain dasar dari penelitian subjek tunggal. Prosedur desain ini disusun atas dasar apa yang disebut dengan logika baseline menunjukkan suatu pengulangan pengukuran

perilaku atau target perilaku pada sekurang-kurangnya dua kondisi yaitu baseline (A) dan kondisi intervensi (B). Penelitian ini dilakukan secara observasi dengan dibantu oleh wali anak didik dan wali kelas anak didik yang ada di Lapas Anak Pria Tangerang.

Subjek penelitian adalah sesuatu yang dijadikan bahan atau sasaran dalam suatu penelitian. Juang menyatakan “penelitian single subject research digunakan untuk subjek tunggal, dalam pelaksanaannya dapat dilakukan pada seorang subjek atau sekelompok subjek (Juang Sunanto, 2005: 2).

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data menurut Sugiyono yang digunakan adalah bservasi dan wawancara (Juang Sunanto, 2005: 226).

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Lapas Anak Pria Tangerang didapatkan data frekuensi asertif sebelum dan sesudah intervensi.

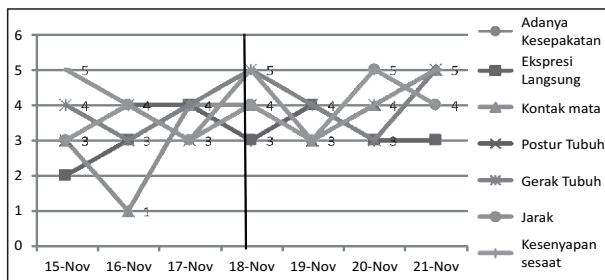
Tabel 2
Data frekuensi perilaku asertif sebelum intervensi

Tanggal	Perilaku Asertif															
	Verbal				Non Verbal											
	Adanya kesepakatan		Ekspresi langsung		Kontak mata		Postur Tubuh		Gerak Tubuh		Jarak		Penetapan Waktu		Suara	
Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	
15 Nov 2014	4	5	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	5
16 Nov 2014	3	3	4	4	3	1	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4
17 Nov 2014	4	4	1	2	3	3	3	3	5	4	4	3	3	3	4	3
18 Nov 2014	3	3	3	3	5	4	4	4	4	5	3	4	4	4	3	5
19 Nov 2014	5	4	4	4	4	3	4	3	5	4	4	3	3	3	5	3
20 Nov 2014	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	4	5	4	5	4	4
21 Nov 2014	5	4	5	3	4	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5

Ket : Pn = Peneliti

Ob = Observer

Dari tabel diatas diperoleh informasi jika frekuensi perilaku asertif yang paling rendah adalah ekspresi langsung, dan kontak mata. Data baseline ini diambil selama seminggu di Lapas Anak Pria Tangerang.



Grafik 1 Observasi Frekuensi Perilaku Asertif S sebelum diberika intervensi

Berdasarkan grafik 1. data baseline frekuensi perilaku asertif subjek penelitian. Observer pertama dilakukan oleh peneliti, frekuensi paling rendah terdapat pada aspek ekspresi langsung sebanyak 2 kali yang terjadi pada tanggal 17 November 2014, sedangkan pada aspek kontak mata diperoleh frekuensi 1 kali pada tanggal 16 November 2014.

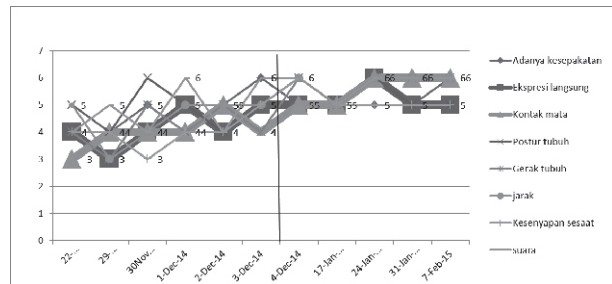
Tabel 3
Data frekuensi perilaku asertif setelah intervensi

Tanggal	Perilaku Asertif																
	Verbal				Non Verbal												
	Adanya kesepakatan		Ekspresi langsung		Kontak mata		Postur tubuh		Gerak tubuh		Jarak		Penetapan waktu		Suara		
Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn	Ob	Pn		
22 Nov 2014	3	4	3	4	4	3	4	5	3	4	3	5	3	4	3	4	
29 Nov 2014	3	4	4	3	4	4	4	5	4	3	3	4	3	4	4	3	5
30 Nov 2014	4	5	5	4	4	4	4	5	6	4	5	3	4	3	3	5	4
1 Des 2014	3	4	4	5	5	4	4	4	5	5	4	4	5	4	4	5	6
2 Des 2014	4	5	5	4	4	4	5	5	4	6	5	4	5	5	4	4	4
3 Des 2014	5	6	5	5	3	4	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5	6
4 Des 2014	6	5	6	5	5	5	5	6	6	5	6	5	6	5	6	6	6
17 Jan 2015	6	5	6	5	5	5	5	6	5	5	5	5	5	5	5	6	5
24 Jan 2015	5	5	5	6	5	5	5	6	5	6	5	6	5	6	5	6	6
31 Jan 2015	5	5	5	5	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	6	6
7 Feb 2015	6	6	5	5	6	6	6	6	5	6	6	6	6	6	5	6	6

Ket : Pn = Peneliti

Ob = Observer

Berdasarkan tabel 3 yang diperoleh dari pengolahan hasil observasi yang dilakukan oleh dua observer dalam data frekuensi perilaku asertif setelah diberikan intervensi dapat dilihat bahwa S mengalami peningkatan perilaku asertif.



Grafik 2 Observasi Frekuensi Perilaku Asertif S setelah diberikan intervensi

Dapat terlihat pada grafik 2 bahwa hari kehari sedikit demi sedikit S mengalami peningkatan yaitu pada aspek ekspresi langsung yang ditandai dengan warna merah tebal mengalami peningkatan baik observasi yang dilakukan oleh peneliti maupun observer dan pada aspek kontak mata juga terlihat peningkatan yang ditandai dengan warna hijau tebal.

Implikasi dan Saran

Berdasarkan hasil kegiatan *Single Subject Research* yang dilakukan oleh peneliti dengan penera-

pan latihan asertive pada anak didik di Lapas Anak Pria Tangerang yang berinisial S dilakukan penerapan selama 14 hari, ditemukan kesimpulan sebagai berikut : Single Subject Research terhadap anak didik di Lapas Anak Pria Tangerang yang catatan observasi frekuensi perilaku asertif rendah menunjukkan bahwa penerapan teknik asertive training, dapat dilaksanakan dengan cukup baik melalui pilihan-pilihan kegiatanyang dilakukan, sehingga masalah perilaku asertif dapat diatasi dan meningkat secara sedikit demi sedikit, ada perubahan yang positif terhadap perilaku asertif anak didik setelah diterapkan program penerapan pelatihan asertif pada anak didik yang mengalami masalah asertivitas terhadap penyalahgunaan narkoba, penerapan pelatihan asertif dapat dijalankan oleh anak didik dengan kesadaran dan keterlibatan penuh, tanpa adanya unsur paksaan, karena dengan penggunaan teknik ini anak didik dapat menentukan sendiri target perilaku yang akan di ubah.

Ada beberapa hal yang dapat disarankan peneliti demi keperluan pengembangan dari hasil penelitian terhadap penanganan perilaku asertif pada anak didik dengan penerapan dengan menggunakan pelatihan asertif yaitu : Bagi guru, diterapkannya pelatihan asertif di dalam kelas untuk mengetahui tingkat asertivitas anak didik baik dalam asertif penolakan, asertif pujian, dan asertif permintaan, untuk melakukan perilaku asertif anak didik perlu adanya kerjasama dengan wali kelas, wali anak didik serta psikolog yang terdapat di Lapas, peran orang tua di rumah lebih mengawasi pergaulan anaknya, mengetahui teman-teman anaknya, memberikan kasih sayang yang tulus, bagi S untuk menghindari pemakaian narkoba sebaiknya S menyibukan diri dalam berbagai kegiatan misalnya bekerja, membantu orang tua dan

lain-lain, bagi peneliti selanjutnya, antara lain membuat instrumen yang dapat mengetahui lebih banyak lagi perilaku asertif, apakah anak didik tersebut dapat menerapkan dengan menggunakan penerapan pelatihan asertif dengan baik, membuat pengklasifikasian masalah-masalah yang ada di Lapas yang penangannya dapat menggunakan penerapan dengan menggunakan penerapan pelatihan asertif, penelitian selanjutnya yang dapat dilakukan yaitu adalah hubungan pendekatan yang baik dengan anak didik yang ada di Lapas. Kemudian menghilangkan perilaku asertif dengan menggunakan teknik tertentu, melakukan eksperimen untuk mengetahui jenis-jenis permasalahan yang dalam penanganannya memerlukan pengubahan perilaku dengan menggunakan penerapan pelatihan asertif, membuat desain penelitian single subject research selain desain A-B. Sehingga kesimpulan terhadap perubahan perilaku dapat dipastikan karena adanya intervensi yang digunakan.

Referensi

- Jurnal Data Pencegahan dan Pemberantasan Penyalahgunaan dan Peredaran Gelap Narkoba (P4GN) Tahun 2013 Edisi Tahun 2014. di unduh tanggal 4 oktober 2014.
- R. Bedell & S.S. Lennox, Handbook for Communication and Problem Solving Skills
- Singgih. D. Gunarsa, Konseling dan Psikoterapi, (Jakarta: BHK Gunung Mulia, 2011).
- Training : A cognitive behavioral approach, (New York: John Wiley & Sons. Inc, 1997).
- Gerald Corey, Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi, (Bandung: Refika Aditama, 2010).
- Juang Sunanto. Pengantar Penelitian dengan Subyek Tunggal. CRICED University of Tsukuba 2005.