



## **Pengembangan Perilaku Asertif untuk Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba Melalui Layanan Bimbingan Kelompok**

**Rahmi Sofah, Harlina, Rani Mega Putri**  
Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya  
E-mail koresponden: [rani@konselor.org](mailto:rani@konselor.org)

**Abstract:** Acts of drug abuse now in a critical, even already spread among students. One of the attitudes that should be developed by students to avoid drug abuse is assertiveness. To develop assertiveness, Counseling teachers/ counselors can train them in group guidance services. This paper uses experiment methods with one group pretest and posttest design. Samples are students who have low scores on assertive behavior. Instrument assertiveness use a questionnaire with Likert scale. This research uses t test statistic analysis. Too many nouns The result of research shows that there is the influence of group counseling service toward assertive behavior for prevention of drug abuse got t test (7, 043) > t table(1, 83) with =0,05.

**Keywords:** Group Guidance, Assertive, Drug abuse

**Abstrak:** Tindakan penyalahgunaan narkoba sangat memprihatinkan, bahkan sudah menyebar dikalangan pelajar. Salah satu sikap yang harus dikembangkan oleh siswa untuk menghindari penyalahgunaan narkoba adalah sikap asertif. Untuk mengembangkan ketegasan, konseling guru / konselor dapat melatih mereka dalam layanan bimbingan kelompok. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan one group pretest and posttest design, sampel adalah siswa yang memiliki skor rendah pada perilaku asertif. Instrumen asertif menggunakan kuesioner dengan skala likert. Penelitian ini menggunakan analisis statistik uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh layanan konseling kelompok terhadap perilaku asertif untuk pencegahan penyalahgunaan obat dengan t hitung (7.043) > t tabel (1,83) dengan = 0,05.

**Kata kunci:** Bimbingan kelompok, Asertif, Penyalahgunaan Narkoba

Open Access

Artikel diterima: 2 November 2017; direvisi: 3 Januari 2018; disetujui: 30 Januari 2018



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).  
Tersedia online di : <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus>

## 1. PENDAHULUAN

Tindak penyalahgunaan narkoba saat ini sangat memprihatinkan di kalangan pelajar. “Menurut data penelitian yang dilakukan BNN pada tahun 2015, pemakai dan penyalahgunaan narkoba di Indonesia mencapai 2,18%. Sedangkan di Sumatera Selatan mencapai 1,5% atau menduduki peringkat ke 21 nasional” (Detiksumsel: 2016). Apabila hal ini tidak ditanggulangi dengan baik, dikhawatirkan dapat merusak generasi penerus bangsa.

Salah satu lembaga yang diharapkan dapat memberi pendampingan dalam pencegahan penyalahgunaan narkoba adalah sekolah. Sebagai lembaga formal, sekolah diharapkan mampu memberikan bekal yang cukup bagi siswa agar tercegah dari penyalahgunaan narkoba. Semua guru wajib memberikan pemahaman tentang bahaya narkoba. Guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi salah satu penyelenggara layanan yang dapat membekali siswa agar tercegah dari tindak penyalahgunaan narkoba.

Melalui pelayanan BK diharapkan peserta didik mampu mengatasi permasalahan yang dialaminya, hal ini mengingat BSNP (2006) menjelaskan bahwa pelayanan konseling memfasilitasi pengembangan peserta didik, secara individual, kelompok dan atau klasikal, sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat,

minat, perkembangan, kondisi, serta peluang-peluang yang dimiliki. Pelayanan ini juga membantu mengatasi kelemahan dan hambatan serta masalah yang dihadapi peserta didik.

Salah satu perilaku yang harus dikembangkan siswa agar terhindar dari penyalahgunaan narkoba adalah asertif. Konsep asertif secara sederhana adalah menyatakan “tidak” dan “melakukan yang kita inginkan”, dan mendapatkan apa yang kita mau pada pekerjaan, situasi sosial, dan rumah. Untuk mengembangkan sikap asertif, guru BK/ konselor dapat melatihkannya dalam layanan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan teknik yang tepat digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif siswa, terutama untuk pencegahan penyalahgunaan narkoba karena layanan bimbingan kelompok membantu individu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya untuk mencapai aktualisasi diri.

Perilaku asertif adalah perilaku menegaskan diri yang positif yang mengusulkan kepuasan hidup pribadi dan meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain (Alberti & Emmons, 2008). Pearson mendefinisikan perilaku asertif sebagai kemampuan untuk mengkomunikasikan pikiran, perasaan, serta keinginan secara jujur, langsung namun juga memperbolehkan orang lain

untuk mengkomunikasikan pikiran, perasaan serta keinginan mereka. Sementara itu, Smith (dalam Rakos, 1991) menyatakan bahwa konsep dari asertif secara sederhana menyatakan “tidak” dan “melakukan yang kita inginkan”, atau untuk mempertahankan hak dan mendapatkan apa yang kita mau pada pekerjaan, situasi sosial, dan rumah.

Beberapa ciri yang dimiliki oleh individu yang asertif sebagaimana dikemukakan Fensterheim dan Baer (1980) antara lain: 1) Berani mengemukakan pikiran dan pendapat, baik melalui kata-kata maupun tindakan; 2) Dapat berkomunikasi secara langsung, terbuka dan jujur; 3) Mampu menyatakan perasaan, baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan dengan cara yang tepat; 4) Memiliki sikap dan pandangan yang aktif terhadap kehidupan; 5) Menerima keterbatasan yang ada di dalam dirinya dengan tetap berusaha untuk mencapai apa yang diinginkannya sebaik mungkin, sehingga baik berhasil maupun gagal ia akan tetap memiliki harga diri dan kepercayaan diri.

Penyalahgunaan narkoba adalah pemakaian narkoba yang dilakukan dengan sengaja yang tujuannya bukan untuk pengobatan, melainkan untuk

mendapatkan kepuasan yang bertentangan dengan aturan yang berlaku. Menurut Kusmiran (2012) narkoba adalah zat psikoaktif narkotika, psikotropika dan bahan-bahan berbahaya lainnya yang jika masuk ke dalam tubuh baik secara oral (dimakan, diminum, atau ditelan), diisap, dihirup, atau disuntikkan dapat mengubah suasana hati, perasaan dan perilaku seseorang.

Martono dan Satya (2006) menjelaskan bahwa narkoba atau napza adalah obat/ bahan/ zat, yang bukan tergolong makanan, yang jika diminum, diisap, dihirup, ditelan atau disuntikkan akan berpengaruh pada kerja otak dan sering menyebabkan ketergantungan. Lebih lanjut dijelaskan bahwa narkoba adalah istilah penegak hukum dan masyarakat.

Istilah lain dari narkoba adalah napza. Martono dan Satya (2006) menjelaskan bahwa napza (narkotika, psikotropika dan zat adiktif lain) adalah istilah dalam dunia kedokteran. Penekanannya disini bukan dalam segi hukum, tapi pada pengaruh ketergantungannya. Selain narkotika dan psikotropika, yang termasuk napza adalah obat, bahan atau zat yang tidak diatur dalam undang-undang, tapi menimbulkan

ketergantungan dan sering disalahgunakan, seperti nikotin, alkohol, inhalansia dan solven.

Pemakai narkoba dapat mengalami kerusakan organ tubuh dan menjadi sakit sebagai akibat langsung adanya narkoba di dalam darah, misalnya kerusakan paru-paru, ginjal, hati, otak, jantung, usus, dan sebagainya. Selain itu, narkoba juga dapat memberikan dampak negatif terhadap mental dan moral. Pemakai narkoba akan berubah menjadi pribadi yang pemalu, rendah diri dan sering merasa sebagai pecundang, tidak berguna dan menjadi sampah masyarakat, gangguan jiwa berat, depresi, tindak kekerasan, dan pengrusakan serta percobaan bunuh diri. Depresi timbul sebagai akibat dari rasa bersalah dan putus asa karena gagal berhenti dari penyalahgunaan narkoba, ditambah kurangnya dukungan dan tuduhan bersalah oleh lingkungan keluarga dan masyarakat.

Pengaruh fisik yang diakibatkan oleh penyalahgunaan narkoba menurut Kusmiran (2012) adalah: 1) Gangguan pada sistem saraf pusat, seperti: kejang, halusinasi, gangguan kesadaran, dan kerusakan saraf perifer; 2) Gangguan pada jantung dan pembuluh darah, seperti: infeksi akut pada jantung dan gangguan peredaran darah; 3) Gangguan pada paru-paru, seperti: penekanan fungsi saluran

pernapasan, kesulitan bernapas, pengerasan jaringan paru-paru, serta pengumpulan benda asing yang terisap; 4) Gangguan pada hemopoetik, seperti: gangguan pada pembentukan sel darah; 5) Gangguan pada saluran pencernaan, seperti: diare, radang lambung, hepatitis, perlemakan hati, pengerasan, dan atropi hati; 6) Gangguan pada sistem endokrin, seperti: penurunan fungsi hormon reproduksi (estrogen, progesteron, testosteron), penurunan kadar gula darah yang menyebabkan gangguan sakit kepala dan badan gemetar; 7) Gangguan pada saluran perkemihan, seperti: infeksi, gangguan fungsi seksual, gangguan fungsi reproduksi, dan kecacatan; 8) Gangguan pada otot dan tulang, seperti: peradangan otot akut, penurunan fungsi otot akibat alkohol, ataupun patah tulang; 9) Risiko terinfeksi penyakit menular seksual dan HIV/ AIDS.

Remaja yang cenderung menjadi penyalahguna narkoba adalah remaja yang memiliki konsep diri serta penyesuaian diri yang buruk, berasal dari keluarga yang berantakan, serta tidak mendapatkan perhatian dari teman sejawatnya.

Bimbingan kelompok merupakan strategi layanan bimbingan konseling yang tergolong ke dalam komponen program layanan dasar. Layanan dasar merupakan layanan bantuan kepada

seluruh siswa melalui kegiatan-kegiatan kelas atau di luar kelas, yang disajikan secara sistematis, dalam rangka membantu siswa mengembangkan potensinya secara optimal (Yusuf & Nurihsan, 2010). Sedangkan Gibson & Mitchell, (2010) mengemukakan bimbingan kelompok “mengacu pada aktivitas-aktivitas kelompok yang berfokus kepada penyediaan informasi atau pengalaman lewat aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisir”.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang bertujuan untuk membantu perkembangan optimal peserta didik. Keberhasilan layanan sangat dipengaruhi oleh tujuan yang akan dicapai dalam bimbingan kelompok yang akan diselenggarakan.

## 2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode penelitian pre eksperimen dengan desain penelitian *One Group Pre Test and Post Test Design*.

Penelitian dilaksanakan di SMP Srijaya Negara Palembang. Populasi penelitian adalah peserta didik yang secara administratif terdaftar dan aktif dalam pembelajaran di SMP Srijaya Negara Palembang kelas VII yang berjumlah 60 Orang. Teknik pengambilan

sampel menggunakan purposive sampling, sehingga sampel penelitian adalah peserta didik yang memiliki skor rendah pada perilaku asertif yang berjumlah 10 orang.

Intrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan angket, untuk mengukur perilaku asertif siswa yang berjumlah 39 butir dari 50 butir angket yang di ujicobakan dengan menggunakan skala likert. Teknik analisis data menggunakan statistik inferensial yaitu menggunakan rumus uji t dengan taraf signifikansi 0,05.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data tersebut dengan menggunakan statistic Uji t ditemukan bahwa terdapat rat:a-rata nilai pre test 122,1 dan post test 151,1. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Deskripsi Data**

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post_test	1.5110E2	10	10.15929	3.21265
Pre_tes	1.2210E2	10	5.85852	1.85263

Dari analisis data tersebut dengan menggunakan rumus uji-t, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh Layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif untuk pencegahan penyalahgunaan narkoba untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2. Pengaruh Layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif untuk pencegahan penyalahgunaan narkoba**

Subject	Mean	N	Std. Deviation	Df	t
Post_test	1.5110E2	10	10.15929	9	7.043*
Pre_tes	1.2210E2	10	5.85852		

Hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan teknik uji-t menunjukkan bahwa thitung 7.043 > ttabel 1.83 dengan  $\alpha = 0.05$ . Hal ini menunjukkan terdapat pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku asertif untuk pencegahan penyalahgunaan narkoba. Hasil tersebut diperkuat oleh analisa deskriptif. Perbandingan hasil yang dirasakan oleh setiap subjek sebelum dan sesudah dilakukannya bimbingan kelompok memperlihatkan perbedaan dimana rata-rata nilai perilaku asertif siswa sebelum dilakukan bimbingan kelompok sebesar 122,1 menjadi meningkat nilai rata-rata asertif siswa setelah diberikan perlakuan yaitu sebesar 151,1.

Bimbingan kelompok merupakan salah satu cara untuk dapat meningkatkan perilaku asertif siswa. Dengan bimbingan kelompok guru bimbingan dan konseling akan dapat memberikan bimbingan secara terstruktur. Apabila kegiatan ini dilakukan dengan baik dan sesuai dengan prosedur,

maka siswa akan dapat memahami topik yang dibahas dengan baik, salah satunya topik tentang pencegahan penyalahgunaan narkoba.

Prayitno (2004) menjelaskan bahwa secara khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun non verbal juga ditingkatkan.

Elida (2010) menjelaskan manfaat yang bisa didapatkan oleh anggota kelompok melalui layanan bimbingan kelompok salah satunya yaitu mampu menentukan satu pilihan yang tepat dan dilakukan dengan cara yang arif dan bijaksana.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan perilaku asertif siswa dalam upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba.

#### 4. SIMPULAN

Mengacu pada hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh bimbingan kelompok dalam meningkatkan perilaku asertif siswa. Bimbingan kelompok dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk meningkatkan perilaku asertif siswa dalam upaya pencegahan penyalahgunaan narkoba.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Alberti, R.E. & Emmons, M.L. (2008). *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality in Your Life and Relationships* (9th ed.). Atascadero, CA: Impact Publishers.
- BSNP. (2006). *Panduan Pengembangan Diri*. Jakarta: Pusat Kurikulum.
- Detiksumsel. (2016). Antisipasi Narkoba Di Kalangan Pelajar. Dapat di akses di <http://www.detiksumsel.com/antisipasi-narkoba-di-kalangan-pelajar>
- Elida. (2010). *Konseling Kelompok*. Padang: PPK UNP.
- Fensterheim dan Baer, J. (1980). *Jangan Bilang Ya Jika Anda mengatakan Tidak*. Jakarta: Gunung jati.
- Gibson, R.L. & Mitchell, M. H. (2010). *Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Martono, Lydia Harlina & Satya Joewana. (2006). *Pencegahan dan Penanggulangan Penyalahgunaan Narkoba Berbasis Sekolah*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Kusmiran, Eny. (2012). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prayitno. (2004). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. (L6 & L 7). Padang: Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNP.
- Rakos, R. F. (1991). *Assertive Behavior*. New York: Routledge Chapman and Hall Inc.
- Yusuf, S & Nurihsan, J. (2010). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rosda Karya.