

BERMAIN PERAN SEBAGAI INTERVENSI UNTUK ANAK DENGAN HAMBATAN ASERTIVITAS

Widyaning Hapsari¹⁾, Titi Anjarini²⁾, Mergana Septika Silvi³⁾

¹ Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo
email: widyaninghapsari@gmail.com

² Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Purworejo
email: titi_anjarini@yahoo.com

³² Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Purworejo
email: silviseptika@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku asertif pada anak perlu diperhatikan, sehingga anak dapat menemukan pengetahuan atau keterampilan bersosialisasi yang lebih optimal. Anak yang tidak mampu mengungkapkan gagasan, kesulitan mengungkapkan emosi, dan bersikap pasif akan menjadi individu yang sulit untuk menyesuaikan diri di lingkungan sehingga potensinya tidak dapat berkembang maksimal. Terdapat beberapa upaya yang dapat ditempuh untuk menumbuhkan sikap asertif pada anak antara lain bermain peran. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan intervensi berupa terapi bermain peran terhadap anak dengan hambatan asertivitas dan untuk mengetahui apakah metode bermain peran mampu meningkatkan kemampuan asertif pada anak yang mengalami hambatan asertivitas. Penelitian ini menggunakan rancangan praeksperimental karena tidak ada kelompok kontrol yang digunakan, dan desain yang digunakan adalah desain kasus tunggal (*one short case study*) dengan subjek tunggal. Desain ini dimaksudkan untuk mengetahui efek dari terapi bermain peran yang diberikan terhadap subjek. Dalam desain kasus tunggal pada penelitian ini, peneliti menggunakan desain A-B-A pada fase A menunjukkan fase observasi dan fase B menunjukkan fase perlakuan. Pada desain ini dilakukan dua kali fase observasi yang pertama untuk mengetahui keadaan awal dan yang kedua untuk mengetahui keadaan sesudah terapi. Hasil dari intervensi berupa permainan peran yang diberikan pada subjek antara lain mulai tumbuh inisiatif untuk bertanya saat mengalami kebingungan terhadap tugasnya, subjek menunjukkan rasa nyaman berada dalam situasi kelompok, tampak dapat bercanda dan bicara dengan teman lain

Kata kunci : *bermain peran, asertivitas*

1. PENDAHULUAN

Tahun pertama pendidikan di Sekolah Dasar merupakan momentum terpenting bagi keberlangsungan pendidikan para siswa di jenjang pendidikan berikutnya. Oleh karena itu proses belajar-mengajar di kelas-kelas awal SD harus memperhatikan pertumbuhan serta perkembangan fisik dan psikologis para siswa (Suyanto, 2009). Hal yang diharapkan adalah anak dapat memadukan potensi dan kondisi internal dirinya dengan lingkungan tempatnya berinteraksi. Menurut Mulyadi (2008) pada dasarnya setiap orang tua menginginkan anaknya cerdas dan berperilaku baik dalam kehidupan sehari-hari, sehingga kelak akan menjadi anak-anak yang unggul dan tangguh menghadapi tantangan hidup.

Pada masa inilah sangat tepat untuk mengembangkan kecerdasan emosionalnya yang akan melatih anak berani mengungkapkan pendapatnya atau berperilaku asertif. Dalam perkembangan selanjutnya, kecerdasan emosional mencakup keterampilan hidup atau kecakapan hidup. Seseorang yang memiliki kecakapan hidup akan mampu menghadapi

problema hidup, kemudian secara proaktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi hingga akhirnya mampu mengatasi berbagai tantangan di masa depan (Sujiono, 2009). Kemandirian, inisiatif, kematangan dalam berpikir dan berperilaku dapat dicapai jika individu bisa berinteraksi secara baik dengan lingkungannya. Untuk menciptakan interaksi yang baik dan harmonis diperlukan sikap asertif. Muhammad (2003), berpendapat ada beberapa keuntungan yang didapat dari perilaku asertif, yaitu terpenuhinya kebutuhan dan perasaan individu untuk dimengerti oleh orang lain. Dengan demikian tidak ada pihak yang sakit hati karena kedua belah pihak merasa dihargai dan didengar. Kemudian, terdapat pula keuntungan bagi individu sebab akan meminimalkan konflik atau perselisihan dengan orang lain. Selain itu, individu dapat mengendalikan hidupnya sendiri, dan akan berdampak pada rasa percaya diri serta keyakinan yang bisa terus meningkat.

Perilaku asertif pada anak-anak perlu diperhatikan, sehingga anak dapat menemukan pengetahuan atau keterampilan bersosialisasi yang lebih optimal. Anak yang tidak mampu mengungkapkan gagasan, kesulitan mengungkapkan emosi, dan bersikap pasif akan menjadi individu yang sulit menyesuaikan diri di lingkungan sehingga potensinya tidak dapat berkembang maksimal.

Terdapat beberapa upaya yang dapat ditempuh untuk menumbuhkan sikap asertif pada anak, antara lain bermain peran. Permainan peran dipercaya sangat efektif menumbuhkan kepercayaan diri anak serta sebagai sarana untuk menyalurkan emosi. Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Aliyati (2012) didapatkan hasil bahwa metode bermain peran berpengaruh pada peningkatan perilaku asertif anak. Pada penelitian tersebut, subjek yang merupakan siswa TK, berdasarkan hasil *pretest* memiliki tingkat asertif rendah yang ditunjukkan dengan sikap selalu mengalah dan menurut pada perintah teman. Akan tetapi hasil *posttest* menunjukkan terjadi peningkatan asertivitas yang ditunjukkan dengan peningkatan skor asertivitas.

Permasalahan yang dialami subjek yaitu hambatan dalam mengungkapkan emosi dan gagasan atau kurang memiliki sikap asertif. Faktor dalam diri yang mempengaruhi kondisi tersebut adalah kurangnya rasa percaya diri serta persepsi negatif terhadap sekolah akibat adanya pengalaman yang membuatnya merasa kurang nyaman. A membutuhkan dukungan dari orang lain untuk mendapatkan rasa aman sehingga dapat dengan bebas mengungkapkan diri di lingkungan. Salah satunya adalah dengan membantu A menumbuhkan kepercayaan diri serta mengarahkan pikirannya agar memiliki persepsi positif terhadap sekolah.

Gejala perilaku yang ditunjukkan oleh subjek antara lain tidak terlibat aktif dalam permainan dengan teman, suara sangat pelan, tidak pernah mengungkapkan gagasan, jarang

menunjukkan ekspresi positif maupun negatif, diam saja menerima apapun perlakuan dari teman. Oleh karenanya diperlukan suatu intervensi yang bertujuan untuk membantu subjek dalam menunjukkan sikap asertif.

2. KAJIAN LITERATUR

A. Asertivitas

Asertivitas adalah kemampuan mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran kepada orang lain tanpa rasa cemas, dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pihak lain dan mempertimbangkan mengenai baik buruknya sikap serta perilaku yang akan dimunculkan (Husetya, 2008). Santrock (2008) berpendapat bahwa perilaku asertif adalah kemampuan mengungkapkan perasaan, meminta apa yang seseorang inginkan dan mengatakan tidak untuk hal yang tidak mereka inginkan. Perilaku asertif menurut Steven dan Howard (dalam Hamzah, 2006) dapat diartikan sebagai kemampuan menyampaikan secara jelas pikiran dan perasaan, membela diri dan mempertahankan pendapat. Stresterhim dan Boer (Fitri, 2009) mengatakan bahwa orang yang memiliki tingkah laku atau perilaku asertif adalah orang yang memiliki kepercayaan diri baik, dapat mengungkapkan pendapat dan ekspresi yang sebenarnya tanpa rasa takut dan berkomunikasi dengan orang lain secara lancar. Tujuan perilaku asertif adalah untuk mengkomunikasikan sesuatu pada suasana saling percaya.

Aspek-aspek perilaku asertif adalah sebagai berikut (Susanto, 2013) : 1) Aspek ketegasan, yaitu sikap untuk mempertahankan hak-hak pribadi (tidak membiarkan orang lain mengganggu dan memanfaatkannya); 2) Aspek tanggung jawab, yaitu sikap atau perilaku menerima resiko akibat tindakannya. Orang yang bertanggung jawab adalah orang yang dapat mengerjakan tugas-tugas dengan semestinya, menerima akibat dari tindakannya serta konsekuen untuk melaksanakan keputusan yang sudah diambalnya; 3) Aspek percaya diri, yaitu sikap atau perilaku seseorang yang berani menyampaikan gagasannya tanpa ada perasaan malu atau ragu serta mampu mengkomunikasikannya dengan baik. Orang yang asertif mampu; 4) Aspek kejujuran, yaitu berkata sesuai apa yang terjadi sehingga tidak menambah dan mengurangi. Orang yang asertif adalah orang yang mampu jujur dalam mengekspresikan perasaan dan terbuka, orang yang mampu menyatakan ketidaksetujuan, serta orang yang tidak menutup diri dari saran orang lain; 5) Aspek menghormati orang lain, yaitu merupakan sikap atau perilaku seseorang untuk berhubungan baik dengan lingkungannya. Orang yang pandai menghargai orang lain yakni orang yang bertoleransi,

menghargai hak-hak orang lain, tolong-menolong, tidak menyinggung perasaan orang lain ketika sedang berpendapat serta mau mendengarkan pendapat orang lain.

Menurut Gunarsa (2004), faktor yang mempengaruhi tingkat keasertifan seseorang diantaranya adalah: 1) Keluarga. Keluarga sebagai lingkungan pertama dan utama yang membentuk perilaku asertif individu. Pada dasarnya keluarga akan mempengaruhi perilaku asertif melalui dua cara yaitu: hasil pembentukan kepribadian individu dan sikap atau perilaku asertif orang tua; 2) Lingkungan Sekolah. Hubungan antara murid dengan guru atau antara murid dengan murid banyak mempengaruhi kepribadian. Guru yang berkepribadian positif dapat menjadi tokoh yang dikagumi, karena timbul hasrat peniruan terhadap guru tersebut. Hubungan murid dengan murid yang baik dapat memperkecil kemungkinan tumbuhnya perbuatan yang jauh dari nilai moral. Jika kelompok tersebut sudah mempunyai moral yang baik maka secara tidak langsung murid akan memperoleh kesempatan untuk melatih dan mengembangkan nilai-nilai moral; 3) Lingkungan teman sebaya. Makin bertambah umur, anak makin memperoleh kesempatan lebih luas untuk mengadakan hubungan dengan teman sebaya, sekalipun dalam kenyataannya perbedaan umur yang relatif besar tidak menjadi sebab tidak adanya kemungkinan melakukan interaksi.

B. Bermain Peran

Suatu permainan harus bisa menciptakan atau menimbulkan rasa senang bagi pelakunya (Purwaningsih, 2006). Bermain merupakan suatu kegiatan yang dicari dan dilakukan oleh seseorang karena kegiatan tersebut memberikan kesenangan (Gunarsa, 2007). Sepanjang masa kanak-kanak, bermain sangat mempengaruhi penyesuaian pribadi dan sosial terutama permainan yang bernuansa sosial. Oleh karena itu, dalam permainan sosial anak memang disituasikan serta didukung untuk terlibat secara aktif guna berhubungan dengan teman sepermainannya (Hartini, 2004).

Permainan mempengaruhi perkembangan kognisi, bahasa, pengetahuan tentang dunia, persepsi, perkembangan gerakan tubuh, perkembangan sosial dan emosi. Permainan juga mempengaruhi penyesuaian sosial dan diri terutama permainan yang bernuansa sosial. Manfaat permainan antara lain, memperkuat motorik anak, sarana menyalurkan energi bertumpuk, anak dapat menyalurkan perasaan terpendam, serta dengan permainan yang melibatkan banyak orang dan aturan dapat mengenalkan anak pada lingkungan sosial yang baru, mematuhi peraturan, merangsang kognitif anak, membantu penyesuaian diri, mengembangkan wawasan sosial. Bermain juga memungkinkan anak menyelesaikan

masalah emosi, melatih anak untuk berkomunikasi, sumber belajar, dan merangsang kreativitas (Wahyuni, 2009).

Yuriastien & Febry (2009), menyarankan untuk meningkatkan perilaku asertif anak dengan cara bermain peran. Lebih lanjut, dinyatakan bahwa dalam bermain peran, anak akan memerankan suatu peran, anak dapat menirukan karakter yang dikagumi dalam kehidupan nyata maupun yang terdapat dalam media massa atau televisi. Bermain peran berguna untuk mempelajari banyak peran dan mempengaruhi perkembangan kognitif (pemikiran) menjadi semakin baik, karena dengan bermain peran anak akan berfantasi dan meniru peran-peran yang dapat mengajarkan anak untuk terampil dalam bergaul, komunikatif karena perbendaharaan kata semakin bertambah serta mengajarkan anak tentang nilai-nilai kemanusiaan (Yuriastien, Prawitasari & Febry, 2009).

3. METODE PENELITIAN

Variabel yang diteliti pada penelitian ini yaitu metode bermain peran sebagai variabel bebas atau tritmen, serta kemampuan asertif sebagai variabel terikat. Metode bermain peran merupakan intervensi yang diberikan pada subjek penelitian yang mengalami hambatan asertivitas. Intervensi yang dimaksudkan berbentuk terapi bermain yaitu permainan peran.

Penelitian ini menggunakan rancangan praeksperimental karena menggunakan desain kasus tunggal (*one short case study*). Desain ini dimaksudkan untuk mengetahui efek dari terapi bermain peran yang diberikan terhadap subjek. Dalam desain kasus tunggal pada penelitian ini, peneliti menggunakan desain A-B-A. Fase A merupakan fase observasi dan fase B menunjukkan fase perlakuan. Pada desain ini dilakukan dua kali fase observasi yang pertama untuk mengetahui keadaan awal dan yang kedua untuk mengetahui keadaan subjek sesudah terapi.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian yang disebut sebagai *single subject design* ($n=1$). Tujuan dari desain penelitian ini adalah mengetahui efektivitas intervensi yang diberikan pada satu partisipan. (Gravetter & Forzano, 2009). Menurut Tawney dan Gas (1984) Single Subject Research (SSR) adalah penelitian eksperimen yang dilaksanakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh dari suatu perlakuan (treatment) yang diberikan kepada subyek secara berulang-ulang dalam waktu tertentu (Sunanto; Takeuchi & Nakata, 2005 : 53).

Single subjek desain menyediakan struktur untuk mengevaluasi kinerja individu bukan kelompok. Desain seperti ini memantau kinerja individu selama manipulasi variabel independen (s). Single-subjek desain ulang memerlukan tindakan dari variabel dependen. Kinerja individu yang perilakunya sedang dipantau dicatat mingguan, sehari-hari, atau bahkan

lebih sering selama tiap waktu. Kinerja individu kemudian dapat dibandingkan dalam kondisi percobaan yang berbeda, manipulasi variabel independen. Setiap individu dibandingkan hanya untuk dirinya sendiri, meskipun intervensi dapat direplikasi dengan beberapa individu lain dalam desain yang sama.

Subjek penelitian adalah seorang siswa kelas 1 SD Muhammadiyah Program Khusus Surakarta. Permainan peran dilakukan secara berkelompok melalui sosiodrama yang mengangkat nilai-nilai sosial. Pelaksanaan penelitian meliputi beberapa tahap, yaitu : 1) menetapkan baseline dengan mengamati gejala perilaku subjek sebelum diberikan perlakuan; 2) pelaksanaan yaitu memberikan intervensi berupa sosiodrama sesuai jadwal yang direncanakan; 3) tahap evaluasi intervensi yaitu melakukan evaluasi untuk melihat seberapa jauh efek dari intervensi yang diberikan pada subjek.

Data kualitatif diperoleh melalui pencermatan terhadap perubahan skor kemampuan literasi awal antara *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kontrol. Pencermatan juga didukung dengan analisis terhadap catatan aktivitas anak yang ditulis oleh ibu sebagai tutor anak. Data dari pencatatan ini dapat digunakan untuk menjelaskan perubahan skor yang terjadi sebelum dan setelah *treatment* pada subjek.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Intervensi dengan metode bermain peran menunjukkan hasil yang cukup signifikan untuk A sesuai dengan target perilaku. Subjek mulai menunjukkan rasa nyaman berada dalam situasi kelompok. Hal tersebut tampak dari antusiasme dan ekspresi senang ketika bermain dengan teman-temannya.

Anak yang diberikan stimulus bermain peran untuk perilaku asertif secara terus menerus, maka perilaku asertif anak akan lebih baik (Porpitasari, 2007). Menurut Van Fleet (2001) dengan metode bermain peran, anak dapat belajar berperilaku adaptif, mengatasi kesulitan berperilaku anak dan melepaskan kesulitan yang menyebabkannya tidak berani untuk mengungkapkan perasaan, ide dan kebutuhan dengan jujur.

Dari hasil penelitian, proses dari pelepasan kesulitan untuk berperilaku asertif, yaitu :

1. Ketika subjek dengan sukarela memilih peran yang akan dimainkan kemudian memerankan, maka akan ada pelepasan keinginan yang terpenuhi (Hurlock, 2002). Selama proses memerankan tersebut, subjek belajar bagaimana untuk berperilaku asertif sehingga subjek mempunyai pengalaman dan ketika dalam dunia nyata, subjek menerapkannya dengan benar (Galassi dan Galassi dalam Porpitasari, 2007).

Proses munculnya pengalaman dapat dilihat dari berbagai aspek, yaitu : a. Aspek kognitif : menurut Bloom (Wellington, 2006) adanya pengetahuan baru yang diproses oleh subjek menjadi sebuah pemahaman akan diterapkan dalam dunia nyata. b. Aspek afektif: menurut Krathwol (Stones, 2012) adanya penerimaan dari pengetahuan baru akan membuat subjek merespon, merasakan dan menilai pengetahuan baru tersebut. c. Aspek psikomotor: setelah aspek kognitif dan afektif tercapai, subjek akan menirukan pengetahuan baru yang diperoleh kemudian memanipulasinya dengan berlatih untuk berperan, sehingga muncul ketepatan berperilaku dalam dunia nyata (Dave, dalam Seel, 2011). 2. Modal utama untuk berani tampil di depan orang lain adalah perasaan mampu di dalam diri subjek untuk memarankan peran yang dipilih, dari rasa percaya terhadap diri sendiri tersebut dapat menghapus hambatan-hambatan subjek untuk berperilaku asertif seperti rasa takut dan cemas (Hurlock, 2002). Maka, muncul keberanian untuk jujur dalam menyampaikan perasaan dan pendapatnya dalam kehidupan nyata (Galassi dan Galassi, dalam Porpitasari, 2007). 3. Menurut Silberman (2010) proses bermain peran diakhiri dengan evaluasi. Individu menerima ide-ide baru dari orang lain tentang bagaimana orang lain akan mereaksi terhadap perilaku yang akan dibawakannya (Lewin dalam psychologymania.com).

Sehingga, individu akan mempertahankan perilaku yang baik dan mengubah perilaku yang dapat membuat orang lain memberi reaksi yang negatif (Lewin dalam psychologymania.com). Pengalaman yang muncul dari hasil bermain peran dapat dijelaskan dengan mengadopsi prinsip-prinsip dari experiential learning menurut, Lewin (Baharuddin dan Wahyuni, 2007), yaitu : 1. Pendekatan belajar didasarkan pada pencarian (inquire) dan penemuan (discovery). Hal ini dapat meningkatkan motivasi subjek untuk belajar dan berkomitmen untuk mengimplementasikan penemuan tersebut pada masa yang akan datang. 2. Belajar akan lebih efektif bila merupakan sebuah proses yang aktif. Subjek mempelajari sebuah teori, konsep atau mempraktikkan atau mencobanya, sehingga subjek akan memahami lebih sempurna dan mengintegrasikannya dengan apa yang dia pelajari sebelumnya serta akan mengingatnya lebih lama. Dalam penelitian ini, subjek dihadapkan dalam peran baru yang belum pernah dialami oleh subjek, sehingga subjek berperan aktif mempelajari peran baru yang dimainkan. 3. Perubahan hendaknya tidak terpisah-pisah antara kognitif, afektif dan perilaku. Ketiga elemen tersebut merupakan sebuah sistem dalam proses belajar yang saling berkaitan satu sama lain, teratur, dan sederhana. Dalam penelitian ini, subjek diharuskan untuk berperan aktif sehingga kognitif, afektif dan perilakunya bekerjasama dengan baik. 4. Perubahan tentang persepsi diri sendiri dan lingkungan sangat diperlukan sebelum melakukan perubahan pada kognitif, afektif dan perilaku.

Dalam penelitian yang telah dilakukan, dukungan dari lingkungan sangat dibutuhkan untuk keberhasilan subjek dalam memerankan suatu peran, diantaranya: tepuk tangan, pujian dan kata-kata motivasi dari guru dan peneliti. 5. Perubahan perilaku tidak akan bermakna bila kognitif, afektif dan perilaku itu sendiri tidak berubah. Keterampilan-keterampilan baru mungkin dapat dikuasai atau dipraktikkan, tetapi tanpa melakukan perubahan atau belajar terus menerus, maka keterampilan tersebut akan menjadi luntur dan hilang.

Dengan penelitian ini, diharapkan memberi wawasan baru untuk para pendidik agar memberikan keterampilan-keterampilan baru yang melibatkan kognitif, afektif dan perilaku secara bersamaan, sehingga perubahan yang merupakan tujuan dari belajar tidak mudah hilang.

5. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa metode bermain peran berpengaruh pada peningkatan perilaku asertif anak.

6. REFERENSI

- Hurlock, Elizabeth. B.2000. Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Terjemahan. Edisi kelima. Jakarta : Erlangga
- Gravetter, F.J. & Forzano, L.B. 2009. Research Methods for the Behavioral Sciences. USA : Wadsworth.
- Mulyadi, Seto. 2008. Saat Anak Bermain Peran. Diunduh dari <http://tabloid-wanita-indonesia.com/953/keluarga.htm>
- Porpitasi, Desy Mustika. 2007. Pengaruh Perilaku Asertif Terhadap Hubungan Interpersonal Pada Siswa Kelas XI SMK Islam 1 Blitar. Skripsi. (tidak diterbitkan). Malang : Universitas Islam Negeri
- Silberman, M. 2010. 101 Cara Pelatihan & Pembelajaran Aktif. Jakarta: PT Indeks.
- Suyanto. 2009. *Bulan Pertama Sekolah*. diakses dari dikdas.kemdikbud.go.id/content/kolom-dikdas/.../bulan-pertama.html
- Wellington, K., Waqstaff, A.,J. 2003 Tranexamic acid, A review of its use in the management of menorrhagia, *Drugs* , 63(13):1417-1433.