
ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN KARAKTER JUJUR PADA SISWA SD

Anggraeni Karuniawati¹✉, Ifada Putri Eka Agusti², Recha A'izzatunni'mah³

Universitas Negeri Semarang

Abstrak

Kejujuran merupakan salah satu sendi utama yang bisa menopang sendi-sendi kehidupan lainnya. Dalam konteks pembangunan karakter di sekolah, kejujuran menjadi amat penting bagi anak-anak Indonesia saat ini. Karakter jujur pada anak dapat dilihat secara langsung dalam kehidupan di kelas, misalnya ketika anak melaksanakan ujian. Perbuatan menyontek merupakan salah satu perbuatan yang mencerminkan anak tidak berbuat jujur kepada diri sendiri, guru, teman, dan orang tua. Anak berusaha mendapatkan nilai maksimal namun tidak disesuaikan dengan kemampuan dan keadaan sebenarnya. Untuk itulah karakter siswa, yaitu melalui: 1) Pengetahuan; 2) Pemahaman; 3) Pelatihan; 4) Pembiasaan. Salah satunya melalui *assertive training* (pelatihan asertif). Perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan. Tujuan dari artikel ini yaitu untuk memberikan inovasi baru dalam meningkatkan karakter jujur pada siswa, yaitu melalui *assertive training*. Harapannya melalui *assertive training* siswa dapat mengekspresikan perasaan dan pikirannya dengan cara yang baik. Sehingga siswa terbiasa mengungkapkan keadaan yang sesungguhnya dialami.

Kata kunci: *Assertive Training, Karakter Jujur*

Abstract

Honesty is one of the main joints that can sustain the other joints of life. In the context of character building in schools, honesty becomes very important for today's Indonesian children. Honest character in a child can be seen directly in students' classroom interaction such as when they are doing a test. Accordingly, the act of cheating which may happen during the test is one of the actions that reflects that the child does not do honest deed to himself, teachers, friends, and parents. He sure is trying to get the maximum score, yet not adjusted to his ability and actual circumstances. That's why honest character needs to be applied to students. It is known that there are several ways to teach honesty to students, namely through: 1) Knowledge; 2) Understanding; 3) Training; and 4) Habituation. One of them is possibly one by doing assertive training. Assertive behavior is a direct, honest expression in place of one's thoughts, feelings, needs or rights without reasoned anxiety. In line with the previous explanation, this article presents a new innovation in improving the honest character of the students through assertive training. Assertive training is expected to let students express their feelings and thoughts in a good way, so they will be accustomed to express the real situation experienced.

Keywords: *Assertive Training, Honest Character*

✉Alamat korespondensi:
Kampus UMK Gondangmanis, Bae Kudus Gd. L. Lt I PO. BOX 53 Kudus
Tlp (0291) 438229 Fax. (0291) 437198
E-mail: intankumalasari507@gmail.com

PENDAHULUAN

Pendidikan karakter merupakan sebuah sistem pendidikan yang di dalamnya mengandung unsur-unsur nilai karakter siswa seperti pengetahuan, kesadaran diri, tekad, serta adanya kemauan dan tindakan untuk melaksanakannya, baik untuk dirinya sendiri atau lingkungannya, sehingga akan terwujud *insan kamil* (Aunillah, 2011: 18). Pendidikan karakter juga diartikan sebagai suatu bantuan sosial agar individu mampu menghayati kebebasannya dalam hidup bersama dengan orang lain di kehidupan sehari-hari (Albertus, 2010: 4). Kedua penjelasan tersebut memberikan penjelasan bahwa pendidikan karakter merupakan pendidikan yang mengandung nilai-nilai karakter individu yang bermanfaat untuk dirinya dan lingkungannya sehingga individu tersebut dapat hidup bersama dengan orang lain di kehidupan sehari-hari.

Manusia memiliki potensi yang berbeda untuk tumbuh dan berkembang guna menutupi keterbatasan dalam lingkungannya. Oleh karena itu pendidikan karakter penting untuk dikembangkan karena pendidikan karakter dapat dijadikan sarana dalam membentuk perilaku yang sesuai dengan lingkungan, sehingga manusia dapat tumbuh dan berkembang sesuai dengan potensinya.

Ada beberapa nilai dalam pendidikan karakter diantaranya jujur, disiplin, percaya diri, peduli, mandiri, gigih, tegas, bertanggung jawab, kreatif, dan bersikap kritis. Jadi, kejujuran merupakan salah satu nilai dalam pendidikan karakter yang bisa dijadikan menopang sendi-sendi kehidupan lainnya. Mengingat pentingnya sikap jujur yang harus dimiliki oleh setiap elemen masyarakat sehingga perlu ditanamkan sejak dini. Menanamkan sikap jujur pada siswa sejak dini dapat dilakukan di bangku sekolah dasar karena sesuai dengan tugas perkembangan anak usia SD (6-12 tahun) yang mana pada usia tersebut anak membentuk nilai moral.

Memerlukan waktu yang bertahap untuk membentuk karakter jujur pada seorang siswa. Seorang anak akan lebih mengutamakan sifat jujur apabila ada upaya untuk membentuk kepribadian anak, hal ini sangat diperlukan guna mencetak generasi yang berkualitas. Selain itu karakter jujur dapat digunakan dalam membentuk karakter anak lainnya.

Dalam konteks pembangunan karakter di sekolah, kejujuran menjadi amat penting bagi anak-anak Indonesia saat ini. Karakter jujur dapat dilihat secara langsung dalam kehidupan di kelas pada saat ujian dimana adanya siswa yang menyontek. Perbuatan tersebut merupakan perbuatan yang mencerminkan anak tidak jujur

terhadap diri sendiri, orang tua, teman, dan guru. Anak tidak jujur dengan memanipulasi nilai yang diperolehnya seolah-olah sesuai dengan kondisi dan kemampuan anak yang sebenarnya, padahal tidak seperti itu.

Dengan adanya fenomena tersebut maka menanamkan kejujuran pada siswa SD dapat di tingkatkan dengan salah satu cara yaitu *assertive training*. *Assertive training* merupakan suatu strategi konseling dalam pendekatan perilaku yang digunakan untuk mengembangkan perilaku asertif pada klien. Menurut Corey (2007) perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan.

PEMBAHASAN

Karakter Jujur

1. Definisi

Karakter adalah watak, tabiat, akhlak, atau juga kepribadian seseorang yang terbentuk dari hasil internalisasi berbagai kebajikan yang diyakini dan mendasari cara pandang, berpikir, sikap, dan cara bertindak orang tersebut. Sedangkan jujur merupakan perilaku yang didasarkan pada upaya menjadikan dirinya sebagai orang yang selalu dapat dipercaya dalam perkataan, tindakan, dan pekerjaan (Kurniawan, 2015). Jadi karakter jujur adalah kepribadian seseorang seseorang yang didasarkan pada kesesuaian dalam perkataan, tindakan, dan pekerjaan sehingga menjadikan diri seseorang selalu dapat dipercaya.

2. Pentingnya Karakter Jujur

Mengacu pada Kebijakan Nasional Pendidikan Karakter Bangsa (2010), Kementerian Pendidikan Nasional telah menyusun Desain Induk Pendidikan Karakter (2010). Isinya mencakup antara lain kerangka dasar, pendekatan, dan strategi implementasi pendidikan karakter. Adapun tema pembangunan karakter bangsa dan pendidikan karakter adalah membangun generasi yang jujur, cerdas, tangguh, dan peduli (jurdistangli). Keempat nilai ini masing-masing dipilih dari olah hati, olah pikir, olah raga, dan olah rasa/karsa, berdasarkan pertimbangan bahwa kondisi masyarakat Indonesia saat ini sangat membutuhkan pengembangan karakter dengan empat nilai utama tersebut. Dengan kata lain, pengembangannya dijadikan prioritas utama secara nasional (Darmiyati Zuchdi, dkk 2012: 34 dalam Kurnia, 2014: 37).

Uraian di atas membuktikan, bahwa nilai kejujuran merupakan salah satu nilai dasar yang diprioritaskan dalam pendidikan karakter.

Dalam konteks pembangunan karakter di sekolah, kejujuran amat penting untuk menjadi

karakter anak-anak Indonesia saat ini. Karakter ini dapat dilihat langsung dalam kehidupan di kelas, misalnya ketika anak melaksanakan ujian. Perbuatan mencontek merupakan perbuatan yang mencerminkan anak tidak berbuat jujur kepada diri, teman, orang tua, dan gurunya. Dengan mencontek, anak menipu diri, teman, orang tua dan gurunya (Kesuma, Triatna, dan Permana dalam Kurnia, 2014: 37). Sesuai dengan pernyataan Fitri dalam Kurnia (2014: 37), bahwa sesungguhnya nilai yang sangat menggerogoti bangsa Indonesia saat ini adalah hilangnya nilai kejujuran dan bangkitnya nilai kebohongan di semua sektor, mulai dari sektor politik, ekonomi, sosial, bahkan masuk dalam dunia pendidikan. Pendidikan yang dianggap pintu gerbang menuju perbaikan moral dan budaya bangsa, justru secara nyata terlibat dalam proses ketidakjujuran. Triliunan rupiah harus dikeluarkan untuk membiayai Ujian Akhir Nasional, baik biaya operasional maupun untuk menggaji para pengawas dari tingkat pusat sampai daerah, mulai dari pengawas ruang, satuan pendidikan maupun pengawas dari pihak kepolisian. Para pengawas tersebut hanya bertugas memastikan bahwa tidak ada kecurangan dalam proses ujian.

Oleh karena itu, sekolah dipercaya pemerintah sebagai fasilitator dalam pentingnya menanamkan sikap jujur pada peserta didik. Contohnya dengan dicetuskannya program kantin kejujuran di sekolah, bertujuan untuk menanamkan kebiasaan jujur pada diri peserta didik sejak dini, dengan harapan sikap jujur akan menjadi habits (kebiasaan) sampai dewasa.

3. Ciri-ciri Orang Jujur

Menurut Chairilisyah (2016: 10) ciri-ciri orang jujur diantaranya: (a) tidak bersikap pura-pura; (b) berkata apa adanya; (c) tidak berkata bohong; (d) tidak menipu diri sendiri maupun orang lain; (e) mau mengakui kelebihan dan kekurangan orang lain; (f) dapat mengembankan kepercayaan atau amanah dari orang lain; (g) dapat mengembankan kepercayaan dari orang tua dan keluarga; (h) tidak membohongi diri sendiri dan orang lain; (i) tidak mengambil hak milik orang lain; dan (j) tidak merugikan orang lain.

4. Cara Melatih Kejujuran

Grand Design Pendidikan Karakter Kemendiknas menyatakan bahwa pendidikan karakter merupakan proses pembudayaan dan pemberdayaan peserta didik agar memiliki nilai-nilai luhur dan perilaku berkarakter yang dilakukan melalui tri pusta pendidikan, yaitu: pendidikan di keluarga, pendidikan di sekolah dan pendidikan di masyarakat (Jedun dalam kurniawan, 2015).

Pendidikan dalam keluarga adalah proses pembelajaran yang terjadi yang merupakan organisasi terbatas, dan mempunyai ukuran yang minimum, terutama pihak-pihak yang pada awalnya mengadakan suatu ikatan. Semakin dewasa seseorang maka akan berangsur-angsur akan melepaskan ciri-ciri dari keluarga yang merupakan bagian dari masyarakat total yang lahir di dalamnya. Keluarga merupakan institusi sosial yang bersifat universal multifungsional, yaitu fungsi pengawasan, sosial, pendidikan, keagamaan, perlindungan, dan rekreasi. Keluarga merupakan kelembagaan masyarakat yang memegang peran dalam proses pendidikan. Anggota keluarga berperan penting dalam proses pembentukan dan pengembangan pribadi anak. Hal ini bertujuan untuk membentuk anak yang baik dan bertanggung jawab sebagai anggota masyarakat (Ahmadi, 2004).

Pendidikan dalam sekolah bertujuan untuk membimbing, mengarahkan, dan mendidik sehingga lembaga tersebut menghendaki kehadiran kelompok-kelompok umur tertentu dalam ruang kelas yang dipimpin oleh guru untuk mempelajari kurikulum bertingkat. Jadi dapat dikatakan bahwa jalur pendidikan dalam sekolah terstruktur dan berjenjang yang terdiri dari pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Tugas guru selain memberikan ilmu-ilmu pengetahuan, tetapi juga mendidik dalam keterampilan anak beragama dan berbudi pekerti luhur. Di sinilah sekolah dalam membantu keluarga dalam memberikan pendidikan dan pengajaran kepada anak didik.

Pendidikan dalam masyarakat berhubungan bahwa manusia merupakan makhluk social. Manusia merupakan makhluk yang memiliki keinginan untuk menyatu dengan sesamanya serta alam lingkungan di sekitarnya. Dengan menggunakan pikiran, naluri, perasaan, keinginan dan sebagainya manusia memberi reaksi dan melakukan interaksi dengan lingkungannya. Pola interaksi sosial dihasilkan oleh hubungan yang berkesinambungan dalam suatu masyarakat. Masyarakat adalah kesatuan hidup manusia yang berinteraksi menurut suatu sistem adat istiadat tertentu yang bersifat kontinyu, dan yang terikat oleh suatu rasa identitas bersama.

Assertive Training

1. Pengertian

Wolpe dalam Jones (2011: 467) mendefinisikan perilaku asertif adalah ekspresi verbal dan motorik yang sesuai dari emosi apapun selain kecemasan. Menurut Corey (2013: 213), perilaku asertif adalah ekspresi langsung, jujur,

pada tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan. Jadi dapat diketahui bahwa *assertive training* merupakan pelatihan untuk membentuk ekspresi yang sesuai dengan emosi yang disesuaikan tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan.

2. Tujuan

Latihan asertif merupakan teknik yang melatih keberanian klien untuk mengekspresikan tingkah laku tertentu melalui bermain peran, latihan, atau meniru model-model sosial. Maksud utama teknik asertif (Ratna, 2013: 36) adalah:

- Mendorong kemampuan klien mengekspresikan berbagai hal yang berhubungan dengan emosinya.
- Membangkitkan kemampuan klien dalam mengungkapkan hak asasinya sendiri tanpa menolak hak asasi orang lain.
- Mendorong klien untuk meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri.
- Meningkatkan kemampuan untuk memilih tingkah laku asertif yang cocok untuk diri sendiri.

Menurut Corey (2013: 213) menjelaskan bahwa latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang:

- Tidak mampu mengungkapkan kemarahan atau perasaan tersinggung.
- Menunjukkan kesopanan yang berlebihan dan selalu mendorong orang lain untuk mendahuluinya.
- Memiliki kesulitan untuk mengatakan "tidak".
- Mengalami kesulitan untuk mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya.
- Merasa tidak punya hak untuk memiliki perasaan-perasaan dan pikiran sendiri.

Dengan demikian tujuan *assertive training* adalah agar individu belajar mengganti suatu respon yang tidak sesuai dengan respon baru yang sesuai. Di samping itu, bertujuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain secara jujur dan terbuka dengan menghormati hak pribadi kita sendiri dan orang lain.

3. Prosedur

Menurut Ratna, 2013: 43 menjelaskan tahap-tahap dalam pelaksanaan teknik asertif adalah:

- Rasional (arti, tujuan, dan manfaat)
- Mendiskusikan perilaku agresif, pasif, dan asertif

- Berlatih untuk membedakan pernyataan dan perilaku agresif, pasif, dan asertif dalam relasi
 - Memfasilitasi konseli untuk belajar perilaku non verbal dalam latihan asertif
 - Bermain peran atau modeling
 - Memberikan balikan dan penguatan
 - Memberikan tugas rumah
- ## 4. Kelemahan dan Kelebihan

Kelemahan dan kelebihan *assertive training* yaitu:

Kelemahan berdasarkan mental individu

- Perasaan segan konseli
- Perasaan takut menyakiti
- Perasaan berdosa setiap kali tidak meng-YA-kan orang lain
- Merasa tidak terpuji ketika mengatakan "tidak" kepada orang lain
- Takut jika akhirnya dirinya tidak lagi disukai atau diterima

Kelemahan berdasarkan budaya

Budaya timur yang menganut nilai tenggang rasa dan "tepo seliro"

Kelebihan

- Tidak membutuhkan alat yang mahal
- Konseli berpikir untuk dapat mengatur perilaku mereka
- Tidak sulit untuk dipelajari dan dipraktekkan
- Dengan berlatih keterampilan sosial dan perbaikan gaya komunikasi akan meningkatkan keterampilan asertif individu meskipun dari segi budaya tidak mendukung.

Keterikatan Karakter Jujur dengan *Assertive Training*

Hasil penelitian di Harvard University Amerika Serikat, ternyata kesuksesan seseorang tidak ditentukan semata-mata oleh pengetahuan dan kemampuan teknis (*hard skill*) saja, tetapi lebih oleh kemampuan mengelola diri dan orang lain (*soft skill*). Sukses seseorang di kemudian hari ternyata justru lebih hanya ditentukan oleh kecerdasan emosi kemudian kecerdasan kognitif (IQ).

Dari ke-13 faktor penunjang keberhasilan, 10 di antaranya adalah kualitas karakter seseorang dan hanya 3 yang terakhir berkaitan dengan faktor kecerdasan (IQ). Ke-13 faktor tersebut adalah: (1) jujur dan mandiri; (2) bisa dipercaya dan tepat waktu; (3) bisa menyesuaikan diri dengan orang lain; (4) bisa bekerja sama dengan atasan; (5) bisa menerima dan menjalankan kewajiban; (6) mempunyai motivasi kuat untuk terus belajar dan meningkatkan kualitas diri; (7) berpikir bahwa dirinya berharga; (8) bisa berkomunikasi dan mendengarkan secara efektif, (9) bisa bekerja mandiri dengan kontrol terbatas; (10) dapat menyelesaikan masalah pribadi dan profesinya;

(11) mempunyai kemampuan dasar (kecerdasan); (12) bisa membaca dengan pemahaman memadai; dan (13) mengerti dasar-dasar matematika (berhitung).

Hasil penelitian Thomas Stanley terhadap 750 jutawan dunia tentang kisah sukses mereka dalam mengelola bisnis bahwa ada 5 kunci pokok keberhasilan, yakni: (1) kejujuran; (2) kedisiplinan; (3) kerjasama; (4) *team work* yang kokoh; dan (5) *bekerja* lebih keras dari yang lain.

Dari beberapa hasil penelitian di atas, yang menjadi faktor utama penunjang keberhasilan seseorang, ternyata kejujuran berada pada posisi yang paling atas. Artinya, kejujuran merupakan modal terbesar bagi setiap orang. Jika karakter jujur ini bisa dibudayakan sejak di lembaga pendidikan sekolah, maka bangsa ini akan damai, maju dan beradab. Karena sudah jelas, bahwa kejujuran merupakan modal awal untuk membangun setiap pribadi masyarakat dan bangsa ini (Zulkhairi, 2011: 108-110).

Kirschenbaum (Zuchdi dalam Kurnia, 2014: 45), bidang pendidikan karakter muncul kesadaran akan perlunya digunakan pendekatan komprehensif, yang diharapkan dapat menghasilkan lulusan yang mampu membuat keputusan moral dan sekaligus memiliki perilaku yang terpuji berkat pembiasaan terus-menerus dalam proses pendidikan. Pada dasarnya pendekatan komprehensif dalam pendidikan nilai dapat ditindaklanjuti dari segi metode yang digunakan, pendidik yang berpartisipasi (guru, orang tua, unsur masyarakat) dan konteks berlangsungnya pendidikan karakter (sekolah, keluarga, lembaga, atau organisasi masyarakat). Metode komprehensif ini meliputi, inkulkasi (*inculcation*), keteladanan (*modeling*), fasilitasi (*facilitation*), dan pengembangan keterampilan (*skill building*).

Salah satu keterampilan yang dapat diberikan yaitu latihan asertif (*assertive training*). Program pelatihan asertif dirancang untuk memperbaiki keyakinan dan perilaku asertif individu yang dapat membantu individu mengubah cara mereka melihat diri mereka sendiri, membangun rasa percaya diri, dan mengurangi kecemasan sosial (Avsar, 2017: 188).

Asertif memiliki tujuan untuk mendorong klien meningkatkan kepercayaan dan kemampuan diri (Ratna, 2013: 36). Selain itu latihan asertif akan membantu bagi orang-orang yang memiliki kesulitan untuk mengatakan "tidak" (Corey, 2013: 213). Namun kebanyakan masyarakat Indonesia memiliki perasaan segan, takut menyakiti, perasaan berdosa setiap kali tidak meng-YA-kan orang lain, merasa tidak terpuji ketika mengatakan TIDAK

kepada orang lain, takut jika akhirnya dirinya tidak lagi disukai atau diterima, dan budaya timur yang menganut nilai tenggang rasa dan "tepo seliro" (Fauzan, 2010). Sehingga melalui latihan asertif mampu mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Karakter jujur adalah kepribadian seseorang seseorang yang didasarkan pada kesesuaian dalam perkataan, tindakan, dan pekerjaan sehingga menjadikan diri seseorang selalu dapat dipercaya. Kejujuran menjadi faktor utama penunjang keberhasilan seseorang. Jika karakter jujur ini bisa dibudayakan sejak di lembaga pendidikan sekolah, maka bangsa ini akan damai, maju dan beradab.

Salah satu keterampilan yang dapat diberikan di lembaga pendidikan sekolah yaitu latihan asertif (*assertive training*). *Assertive training* merupakan pelatihan untuk membentuk ekspresi yang sesuai dengan emosi yang disesuaikan tempatnya dari pikiran, perasaan, kebutuhan atau hak-hak seseorang tanpa kecemasan yang beralasan. Melalui latihan asertif mampu mengungkapkan afeksi dan respon-respon positif lainnya.

Saran

Dalam pelaksanaan *assertive training* di sekolah perlu diberikan oleh seseorang yang sudah ahli atau sebelumnya sudah mendapatkan pelatihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Albertus, D.K. 2010. *Pendidikan Karakter: Strategi Mendidik Anak di Zaman Global*. Jakarta: Grasindo.
- Aunillah, N.I. 2011. *Panduan Menerapkan Pendidikan Karakter di Sekolah*. Yogyakarta: Penerbit Laksana
- Avşar, F. dan Alkaya, S.A. 2017. The Effectiveness Of Assertiveness Training For School-Aged Children On Bullying And Assertiveness Level. *Journal of Pediatric Nursing*. 186–190
- Chairilisyah, D. 2016. Metode Dan Teknik Mengajarkan Kejujuran Pada Anak Sejak Usia Dini. *Educhild*. 5(1), 8-14
- Corey, G. 2013. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama
- Fauzan, L. 2010. *Makalah Konseptual Assertive Training*. Diunduh tanggal 9 Februari 2018 dari <https://lutfifauzan.wordpress.com/2010/01/12/makalah-konseptual-assertive-training/>

- Jones dan Nelson, R. 2011. *Teori dan Praktek Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Kurnia, A.D. 2014. Implementasi Nilai Kejujuran Di Sekolah Dasar Negeri Kotagede 5 Yogyakarta (Skripsi). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Kurniawan, M.I. 2015. Tri Pusat Pendidikan Sebagai Sarana Pendidikan Karakter Anak Sekolah Dasar. *Journal Pedagogia*. 4(1): 41-49.
- Ratna, L. 2013. *Teknik-Teknik Konseling*. Yogyakarta: Deepublish.
- Zulkhairi, T. 2011. Membumikan Karakter Jujur Dalam Pendidikan Di Aceh. *Jurnal Ilmiah Islam Futura*, XI(1): 105-115.