

**DINAMIKA PERILAKU ASERTIF REMAJA (STUDI TENTANG BENTUK DAN
FAKTOR YANG MEMENGARUHI PERILAKU ASERTIF)**

SKRIPSI

Pembimbing:

**Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

Oleh:

Nur Hafizhah
Q11115003



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR

2020

**DINAMIKA PERILAKU ASERTIF REMAJA (STUDI TENTANG BENTUK DAN
FAKTOR YANG MEMENGARUHI PERILAKU ASERTIF)**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Menempuh Ujian Sarjana
Pada Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin**

Pembimbing:

**Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

Oleh:

Nur Hafizhah
Q11115003



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS HASANUDDIN

MAKASSAR

2020

Halaman Persetujuan

**DINAMIKA PERILAKU ASERTIF REMAJA (STUDI TENTANG BENTUK
DAN FAKTOR YANG MEMENGARUHI PERILAKU ASERTIF)**

disusun dan diajukan oleh:

**Nur Hafizhah
Q11115003**

Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin:

Makassar, November 2020

Pembimbing I

Pembimbing II

Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi. Psikolog
NIP. 19840223 200912 2004

Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19870705 201807 4 001

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A
NIP. 19810725 201012 1 004

SKRIPSI

**DINAMIKA PERILAKU ASERTIF REMAJA (STUDI TENTANG BENTUK
DAN FAKTOR YANG MEMENGARUHI PERILAKU ASERTIF)**

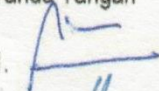

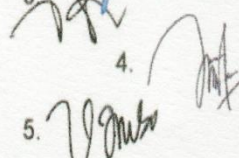
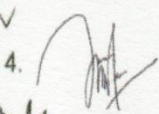
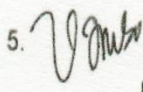
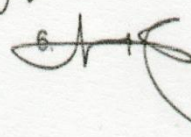
disusun dan diajukan oleh:

**Nur Hafizhah
Q11115003**

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi
Pada tanggal November 2020

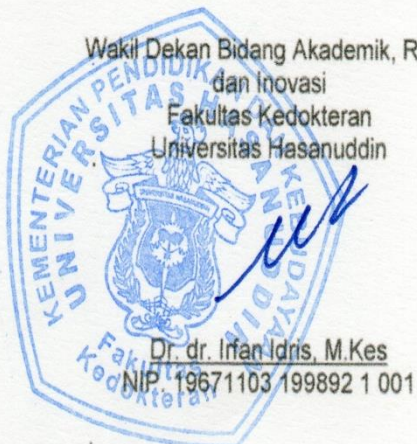
Menyetujui,

Panitia Penguji

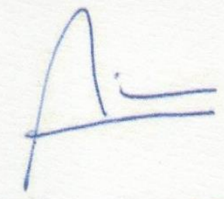
No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A	Ketua	1. 
2.	Elvita Bellani, S.Psi., M.Sc	Sekretaris	2. 
3.	Triani Arfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3. 
4.	Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	4. 
5.	Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	5. 
6.	Dr. Muhammad Tamar, M.Psi	Anggota	6. 

Mengetahui,

Wakil Dekan Bidang Akademik, Riset
dan Inovasi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. dr. Ifan Idris, M.Kes
NIP. 19671103 199892 1 001

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin


Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A
NIP. 19810725 201012 1 004

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun perguruan tinggi lain di Indonesia.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri dengan bantuan Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/Tim Penguji.
3. Dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini. Serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi.

Makassar, November 2020
Yang membuat pernyataan



Nur Hafizhah

ABSTRAK

Nur Hafizhah, Q11115003, Dinamika Perilaku Asertif Remaja (Studi tentang Bentuk dan Faktor yang memengaruhi Perilaku Asertif). Skripsi, Fakultas Kedokteran, Program Studi Psikologi, Universitas Hasanuddin, Makassar, 2020.

xvi + 93 halaman, 5 lampiran

Remaja berada pada periode perkembangan pencarian identitas, dimana salah satu tugas perkembangan yang perlu dicapai yaitu keterampilan komunikasi interpersonal yang asertif. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif naratif bertujuan untuk mengetahui gambaran dinamika bentuk dan faktor yang memengaruhi perilaku asertif remaja. Subjek penelitian ini berjumlah tiga orang remaja akhir yang berusia 18 tahun dan telah mengikuti proses LGD (*Leaderless Group Discussion*) yang dilakukan peneliti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku asertif yang ditampilkan ketiga subjek dalam kehidupan sehari-hari berada pada kategori tinggi. Hal ini dilihat dari aspek perilaku asertif yang dicapai subjek seperti; bertindak sesuai keinginan sendiri, mengacu pada: kemampuan membuat keputusan terkait karir, menetapkan tujuan, percaya diri, mampu beradaptasi; mampu mempertahankan diri, meliputi kemampuan menanggapi emosi negatif yang didapat dari orang lain; mampu menyatakan pendapat secara lugas; menghargai orang lain; dan mampu mengekspresikan emosi positif dan negatif. Faktor yang membentuk perilaku asertif subjek tersebut yaitu nilai-nilai yang didapat di lingkungan keluarga, pola asuh orang tua dan proses pembelajaran di lingkungan sekolah. Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi orang tua dalam mendampingi dan mendukung anak, sehingga remaja dapat mengembangkan dirinya dalam mencapai tugas perkembangannya salah satunya adalah perilaku asertif.

Kata Kunci: Perilaku Asertif, Remaja.

Daftar Pustaka, 41 (1976-2017)

ABSTRACT

Nur Hafizhah, Q11115003, Dynamics Behavior Assertive in Adolescents (Study about the form and factors that influence the behavior of Assertive). Thesis, Faculty of Medicine, Psychology Study Program, Hasanuddin University, Makassar, 2020.

xvi + 93 pages, 5 attachments

Adolescents are in a period of development of identity search, where one of the development tasks that need to be achieved is assertive interpersonal communication skills. This research uses a qualitative method with narrative approach aims to know the description dynamics about the form and factors that influence the assertive behavior in adolescents. Subject of the research are three end adolescents were aged 18 years old and have followed the process LGD (Leaderless Group Discussion) by the researcher. Results of the study showed that the assertive behaviors of three subjects in a category higher every day. It is seen from the aspect of assertive behavior who achieved like; acting in accordance desire itself, referring to the: ability to make decisions related to career, set a goal, believe in themselves, capable of adapting; able to defend themselves, including the ability to respond negative emotions that get from others; able to express opinions is straight forward; respect for others; and able to express positive and negative emotions. The factors that shape the subject's assertive behavior are the values obtained in the family, patterns of parenting from their parents, and learning process in the school environment. This research can be a reference for parents in accompanying and supporting children, so that adolescents can develop themselves in achieving their developmental tasks, one of which is assertive behavior.

Keywords: Behavior Assertive, Adolescent.
Bibliography, 41 (1976-2017)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini hingga tahap akhir. Penulis percaya bahwa skripsi ini dapat terlaksana dan selesai atas izin-Nya. Dinamika dan proses yang terjadi pada diri penulis selama mengerjakan skripsi ini tidak terlepas dari pantauan-Nya pun cepat lambatnya skripsi ini selesai adalah bagian dari skenario-Nya. Maka sampai ditahap ini penulis tidak henti-hentinya mengucapkan syukur dan terima kasih kepada-Nya atas setiap pembelajaran dan insight yang penulis dapatkan selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis paham bahwa penulis sendiri yang mengambil keputusan untuk memulai skripsi ini dan penulis pula yang bertanggung jawab menyelesaikannya. Mengerjakan skripsi ini bagaikan melakukan perjalanan yang jauh. Agar dapat sampai ditujuan, penulis perlu berlari atau dengan berjalan. Perasaan capek dan lelah itu pasti, tetapi penulis percaya bahwa selama penulis tetap melangkah InsyaAllah akan sampai. Penulis juga percaya bahwa sampai ditahap ini tidak terlepas dari dukungan orang-orang disekitar penulis. Terima kasih banyak kepada semua pihak yang telah membimbing, mendampingi dan mendukung penulis hingga tahap ini. Ucapan terima kasih penulis peruntukkan kepada:

1. Kedua orang tua penulis yang tercinta, Bpk Kudsy Arsyad S.Pd dan Ibu Susilawati, yang senantiasa mendoakan, memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
2. Kakak dan adik-adik penulis, kakak Ridwan dan adik Rahmat, yang memberikan dukungan terutama finansial. Adik Alma dan Alwi, yang juga memberikan dukungan, doa, dan semangat kepada penulis.

3. Ibu Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing skripsi dan pembimbing akademik. Terima kasih banyak atas dukungan, semangat, umpan balik dan seluruh proses bimbingan yang dilalui bersama, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Selama proses bimbingan saya banyak belajar melihat sesuatu termasuk subjek secara utuh, menyeluruh dan berhati-hati dalam menilai suatu objek. Penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya apabila selama proses bimbingan dan penyusunan skripsi ini ada perilaku dan kata-kata saya yang tidak berkenan di hati ibu.
4. Ibu Nirwana Permatasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing skripsi. Terima kasih banyak telah memberikan banyak dukungan, semangat, dan umpan balik selama proses penyusunan skripsi ini. Selama proses bimbingan saya banyak belajar cara penulisan karya ilmiah yang benar, mengalir, dan utuh, sehingga pembaca dapat memahami informasi yang ingin disampaikan penulis. Saya mohon maaf yang sebesar-besarnya apabila selama proses penyusunan skripsi ini ada perilaku atau kata-kata saya yang tidak berkenan di hati ibu.
5. Bapak Dr. Muhammad Tamar, M.Psi, selaku penguji skripsi. Terima kasih banyak atas umpan balik, ide, dan masukannya pada saat seminar proposal hingga ujian skripsi. Saat bapak memberikan masukan untuk menggali lebih dalam variabel penelitian saya melalui metode kualitatif, saya merasa cemas karena saya pikir penelitian ini akan panjang. Namun saat menjalaninya saya senang dapat menikmati prosesnya dan dapat belajar langsung melalui subjek penelitian saya.
6. Ibu Triani Arafah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku penguji skripsi. Terima kasih banyak atas masukan dan umpan baliknya pada saat seminar

proposal hingga ujian akhir. Saya banyak belajar terkait metode baru dalam pengambilan data penelitian yakni metode LGD. Saya sangat senang diberikan kepercayaan dan kesempatan untuk belajar metode ini. Sekali lagi terima kasih bu.

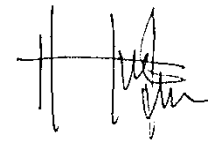
7. Bapak Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi, M.A, selaku ketua sidang skripsi dan ketua Prodi Psikologi FK Unhas. Terima kasih banyak atas dukungan dan semangat yang diberikan dengan memperhatikan dan menanyakan perkembangan skripsi setiap mahasiswa.
8. Ibu Dr. Arlina Gunarya, M.Sc, selaku pendiri Prodi Psikologi FK Unhas dan dosen. Terima kasih banyak atas ilmu dan nilai-nilai yang diajarkan dalam komunitas Psikologi FK Unhas, sehingga saya banyak belajar, bergeser, dan berproses menjadi pribadi sesuai fitrah.
9. Segenap dosen Psikologi FK Unhas, yang telah memberikan berbagai ilmu dan pembelajaran yang sangat bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari saya. Terima kasih banyak atas segala ilmu, nasihat, dan umpan balik dari bapak dan ibu dosen.
10. Segenap staff dan pegawai administrasi Prodi Psikologi FK Unhas, terima kasih banyak telah banyak membantu penulis dalam hal persuratan dan perlengkapan administrasi penelitian.
11. W, P, dan A, selaku subjek penelitian, terima kasih telah memberikan informasi dan datanya sehingga penelitian ini dapat diwujudkan. Semoga penelitian ini bermanfaat untuk orang lain dan pahalanya juga sampai kepada ketiga subjek.
12. Teman penulis Evi Sumarlina, yang cukup banyak memberikan dukungan, bantuan, saling berbagi dan berdiskusi baik perihal skripsi maupun

kehidupan sehari-hari. Terima kasih juga bersedia menjadi asesor dalam LGD dan terima kasih telah berjalan bersama mencapai garis finish meski kita berada pada trotoar yang berbeda.

13. Teman penulis Yanuarita, Novi Susanti, Nuratthahira, Dwi Reski, Dhance Ariana, teman saya yang telah memberikan dukungan dan semangat selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi serta bersedia menjadi observer selama LGD berlangsung.
14. Teman penulis Nur Magfirah dan Hafiza Fasya, terima kasih atas dukungan dan semangat yang diberikan serta saling peduli menanyakan progress masing-masing.
15. Teman-teman Mindsight yang telah memberikan banyak dukungan dan semangat selama berproses di Prodi Psikologi Unhas. Terima kasih telah belajar dan bertumbuh bersama dalam versi diri kita masing-masing. Setiap kalian memiliki makna yang berbeda-beda dalam diri saya. Saya senang bahwa semuanya dimaknai baik dan unik. Sekali lagi terima kasih telah hadir dalam bagian perjalanan hidup saya.
16. Teman penulis Sukni Anggraini dan Ita Musfirah, terima kasih kepada kalian teman kost yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, dan doa mulai saat kita pertama kali bertemu dan tinggal bersama dalam satu atap. Sekali lagi terima kasih.
17. IKPMB (Ikatan Keluarga Pelajar Mahasiswa Bambapuang), lembaga yang menjadi salah satu tempat penulis berproses mengembangkan diri. Terima kasih kepada IKPMB telah menjadi *supporting system* dan rumah yang nyaman bagi saya untuk menambah energi saat capek dan lelah mengerjakan skripsi.

Akhir kata, penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat untuk para remaja, orang tua dan masyarakat agar lebih sadar akan hak-hak dirinya dan orang lain dalam hidup berdampingan di lingkungannya. Terima kasih kepada semua pihak yang turut mendukung penulis, semoga Allah meridhoi dan memberkahi setiap langkah kita semua, Aamiin.

Makassar, November 2020



Nur Hafizhah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan.....	5
1.4 Manfaat.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Perilaku Asertif.....	7
2.1.1 Definisi Perilaku Asertif.....	7
2.1.2 Faktor Perilaku Asertif.....	8
2.1.3 Aspek Perilaku Asertif.....	10
2.1.4 Alasan Tidak Asertif.....	13
2.2 Remaja.....	15

2.2.1 Definisi Remaja.....	15
2.2.2 Karakteristik Remaja	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Jenis Penelitian	19
3.2 Subjek Penelitian.....	20
3.3 Teknik Pengumpulan Data	20
3.3.1 Leaderless Group Discussion	20
3.3.2 Teknik Wawancara	21
3.3.3 Observasi	22
3.4 Teknik Analisis Data.....	22
3.5 Teknik Keabsahan Data	24
3.6 Prosedur Kerja	24
3.6.1 Tahap Persiapan	24
3.6.2 Tahap Pelaksanaan.....	28
3.6.3 Tahap Akhir	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Profil Subjek LGD.....	33
4.2 Profil Subjek Penelitian	34
4.3 Simpulan Hasil Temuan Subjek.....	84
4.4 Pembahasan	86
4.5 Limitasi Penelitian	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	91
5.1 Kesimpulan	91
5.2 Saran	92
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	97

DAFTAR TABEL

Tabel 3.5 Rubrik Penilaian LGD.....	26
Tabel 3.6 Tabel Penilaian Hasil Observasi.....	30
Tabel 3.7 Kategorisasi Skor Perilaku Asertif	31
Tabel 3.8 <i>Timeline</i> Penelitian	32
Tabel 4.1 Profil Subjek Kelompok 1 LGD.....	33
Tabel 4.2 Profil Subjek Kelompok 2 LGD.....	34
Tabel 4.3 Profil Subjek Penelitian	34
Tabel 4.4 Data Hasil Observasi	39
Tabel 4.5 Data Hasil Observasi	40
Tabel 4.6 Data Hasil Observasi	56
Tabel 4.7 Data Hasil Observasi	57
Tabel 4.8 Data Hasil Penelitian.....	72
Tabel 4.9 Data Hasil Penelitian.....	73

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Perilaku Asertif	17
Gambar 4.1 Kerangka Hipotetik Perilaku Asertif W	50
Gambar 4.2 Kerangka Hipotetik Perilaku Asertif P	68
Gambar 4.3 Kerangka Hipotetik Perilaku Asertif A	82
Gambar 4.4 Kerangka Hipotetik Perilaku Asertif Ketiga Subjek	85

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Partisipan (*Informed Consent*)

Lampiran 3 Lembar Kasus *Leaderless Group Discussion*

Lampiran 4 Lembar Rubrik Penilaian LGD

Lampiran 5 Lembar Pedoman Observasi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal duapuluhan tahun (Papalia, 2011). Santrock (2002) mengemukakan bahwa masa remaja (*adolescence*) ialah periode perkembangan transisi dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang mencakup perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Pendapat yang sama dari (*World Health Organization*) WHO 1974 remaja adalah masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali individu menunjukkan tanda-tanda seksualitas sampai saat ini mencapai kematangan seksualitasnya, individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa, dan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial yang penuh, kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Sarwono, 2011).

Santrock (2002) menjelaskan bahwa masa remaja berada pada tahap perkembangan identitas versus kebingungan identitas. Pada masa ini remaja mulai mencari jati dirinya dengan mengeksplor lingkungannya sehingga hubungan pertemanan dan pengaruh teman sebaya semakin besar. Salah satu hal yang penting untuk dimiliki remaja pada tahap ini adalah keterampilan komunikasi interpersonal dimana ini merupakan salah satu tugas perkembangan remaja. Komunikasi interpersonal yang ideal diterapkan adalah sikap asertif.

Asertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain (Alberti &

Emmons, 2017). Alberti dan Emmons menyatakan bahwa individu tidak perlu mengintimidasi orang lain untuk menghindari intimidasi, tetapi dengan belajar bersikap asertif individu bisa menghadapi kekecewaan seperti itu secara langsung, jujur dan menempatkan setiap orang sejajar. Dijelaskan pula bahwa setiap individu memiliki hak untuk mengekspresikan diri dan kebutuhannya, merasa baik (tidak berdaya atau bersalah) untuk melakukan sesuatu, selama tidak menyakiti orang lain dalam prosesnya. Lebih lanjut Alberti dan Emmons menyatakan bahwa ekspresi diri yang asertif adalah tindakan langsung, tegas, positif, dan gigih yang dimaksudkan untuk mempromosikan kesetaraan dalam hubungan antar pribadi. Asertif memungkinkan individu untuk bertindak dalam kepentingannya dan membela dirinya tanpa cemas untuk menggunakan hak-hak pribadi tanpa melanggar hak-hak orang lain, dan untuk mengekspresikan kebutuhan dan perasaan dengan jujur dan nyaman.

Alberti dan Emmons (2017) mengemukakan bahwa sikap asertif merupakan pola komunikasi yang paling ideal karena mengedepankan hak-hak pribadi dan kesejahteraan orang lain. Sehingga sikap asertif memiliki pengaruh besar terhadap keharmonisan sosial. Sikap asertif perlu dimiliki oleh setiap lapisan usia, terlebih pada usia-usia remaja karena dalam perkembangannya remaja dituntut untuk mencari identitas diri. Individu termasuk remaja yang asertif ditandai dengan kemampuan mengenal dirinya sendiri dengan baik, mengetahui kelebihan dan kekurangannya serta menerima diri apa adanya, yang pada gilirannya individu tersebut mampu merencanakan tujuan hidupnya, mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, dan mampu mengambil keputusan.

Manfaat yang akan diperoleh remaja yang asertif yaitu remaja mudah mencari solusi dan penyelesaian dari berbagai permasalahan atau kesulitan

yang dihadapinya secara efektif, membantu remaja untuk meningkatkan kemampuan kognitifnya, memperluas wawasan tentang lingkungan, dan memiliki rasa keingintahuan yang tinggi Sikone (Setiono & Pramadi, 2005). Selain itu asertif juga membuat remaja dapat mencapai kebahagiaan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2012) bahwa ada hubungan antara perilaku asertif dengan kebahagiaan remaja yang mana semakin tinggi perilaku asertif, semakin tinggi pula kebahagiaannya. Sementara individu yang tidak asertif cenderung bersikap emosional, tidak jujur, tidak terbuka, terhambat dan menolak diri (Bloom dkk, 1985). Jadi sikap asertif sangat dibutuhkan bagi remaja agar dapat berkembang dengan baik dan menemukan identitas dirinya (Alberti & Emmons, 2017).

Pada kenyataannya kebanyakan individu termasuk remaja terlibat dalam berbagai kasus sosial. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novalia & Dayaksini (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara perilaku asertif dengan kecenderungan menjadi korban *bullying* pada siswa SMA NU di Pasuruan. Hal ini berarti semakin tinggi perilaku asertif siswa maka semakin rendah kecenderungan menjadi korban *bullying*, sebaliknya semakin rendah perilaku asertif maka semakin tinggi kecenderungan menjadi korban *bullying*. Penelitian juga dilakukan oleh Azhari dkk (2015) yang menemukan hasil bahwa ada hubungan yang positif antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri, sehingga semakin tinggi perilaku asertif maka semakin tinggi pula penyesuaian diri pada siswa tahun pertama di SMP Negeri 1 Banjarmasin. Penelitian asertif juga juga dilakukan Puspita (2009) yang menunjukkan bahwa para remaja yang terjerumus ke dalam perilaku negatif seperti tawuran, narkoba, dan seks bebas, salah satunya disebabkan oleh

ketidakmampuan remaja untuk bersikap asertif. Hasil pengambilan data awal yang dilakukan pada 81 responden remaja juga ditemukan bahwa ketika remaja marah kepada seseorang 54,4% mereka hanya diam, 23,5% menyampaikan ketidaksenangan dengan tegas, dan 12,3% menceritakan kepada orang lain. Banyaknya persoalan yang dihadapi oleh remaja menuntut adanya perilaku asertif untuk mengarahkan remaja agar tetap konsisten dan tetap berada pada pergaulan yang sehat.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa sikap asertif penting untuk dimiliki oleh setiap lapisan usia terlebih pada usia remaja. Hal ini karena remaja berada pada tahapan perkembangan untuk mencapai identitas diri. Sementara untuk mencapai tahap tersebut remaja perlu mengenal diri sendiri, mengetahui kelebihan dan kekurangannya, mampu merencanakan tujuan hidup dan dapat mengambil keputusan, yang mana sikap ini menggambarkan diri yang asertif. Perilaku asertif penting dimiliki oleh remaja agar dapat berkembang dengan baik dan memudahkan remaja dalam mencapai tugas perkembangan selanjutnya. Namun, pada kenyataannya kasus yang banyak terjadi terkait perilaku remaja seperti perilaku *bullying*, tawuran, narkoba, seks bebas, dan perilaku sosial menyimpang lainnya, yang salah satu penyebabnya karena ketidakmampuan remaja untuk bersikap asertif.

Permasalahan tersebut membuat peneliti tertarik untuk mengkaji bagaimana dinamika perilaku asertif remaja studi tentang bentuk dan faktor yang memengaruhi perilaku asertif.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penulis merumuskan permasalahan “Bagaimana dinamika bentuk dan faktor yang memengaruhi perilaku asertif remaja?”

1.3 Tujuan

Sejalan dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dinamika bentuk dan faktor yang memengaruhi perilaku asertif remaja.

1.4 Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah keilmuan dalam bidang psikologi pada khususnya, seperti psikologi perkembangan, psikologi sosial, serta psikologi positif dan pada bidang keilmuan lain pada umumnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti: Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman tentang pentingnya sikap asertif dalam menumbuhkan kebahagiaan dan pembentukan mental yang sehat, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta melatih kemampuan, memahami dan menganalisis masalah-masalah yang menghambat sikap asertif khususnya pada remaja.

2. Bagi Remaja: Dari hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran kepada remaja terkait pentingnya menerapkan sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari guna menciptakan hubungan sosial yang sehat dan memudahkan dalam mencapai tugas perkembangan selanjutnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

2.1 Perilaku Asertif

2.1.1 Definisi Perilaku Asertif

Perilaku asertif menurut Alberti dan Emmons (2017) adalah perilaku yang memungkinkan seseorang untuk bertindak sesuai dengan keinginan, mempertahankan diri tanpa cemas, mengekspresikan perasaan secara jujur dan nyaman maupun menggunakan hak-hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain. Asertif juga diartikan sebagai suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain. Lebih lanjut Alberti dan Emmons menjelaskan bahwa Ekspresi diri yang tegas (asertif) adalah tindakan langsung, tegas, positif, dan gigih yang dimaksudkan untuk mempromosikan kesetaraan dalam hubungan antar pribadi. Asertif memungkinkan individu untuk bertindak dalam kepentingan dirinya, membela diri tanpa cemas, menggunakan hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain dan untuk mengekspresikan kebutuhan dan perasaan individu yang meliputi (kasih sayang, cinta, persahabatan, kekecewaan, kemarahan, penyesalan, kesedihan dan berbagai macam emosi) dengan jujur dan nyaman Alberti dan Emmons (2017).

Galassi (Fensterheim, 1995) menyatakan bahwa perilaku asertif adalah perilaku yang penuh ketegasan yang timbul karena adanya kebebasan emosi dari setiap usaha untuk membela hak-haknya serta adanya keadaan efektif yang mendukung meliputi: (a) mengetahui hak pribadi, (b) berbuat sesuatu untuk

mendapatkan hak-hak tersebut dan melakukan hal itu sebagai usaha untuk mencapai kebebasan emosi (Fensterheim, 1995).

Secara umum perilaku asertif didefinisikan sebagai suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pihak lain. Ketika bersikap asertif, seseorang dituntut untuk jujur terhadap dirinya dan jujur pula dalam mengekspresikan perasaan, pendapat dan kebutuhan secara proporsional, tanpa ada maksud untuk memanipulasi, memanfaatkan ataupun merugikan pihak lainnya (Amirullah, 2009). Rimm dan Master (Rakos, 1991) juga menyatakan bahwa sikap atau perilaku asertif adalah suatu sikap atau perilaku dalam hubungan interpersonal yang bersifat jujur serta mengekspresikan pikiran dan perasaan secara langsung dengan tetap memperhitungkan kondisi sosial yang ada.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti menyimpulkan definisi perilaku asertif berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Alberti dan Emmons yaitu seorang yang mempunyai kemampuan untuk mempertahankan hak, menyatakan perasaan, pendapat, dan keinginan pada orang lain secara langsung, jujur, dan tegas tanpa ada rasa cemas dan tidak merugikan orang lain.

2.1.2 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku Asertif

Sikap asertif yang diadopsi oleh seseorang dipengaruhi oleh serentetan peristiwa yang dialaminya dalam kehidupan sosial. Sikap asertif berkembang secara bertahap melalui interaksi antara anak, orang tua, dan orang lain di lingkungannya. Menurut Alberti & Emmons ada beberapa faktor yang memengaruhi terbentuknya perilaku asertif, yaitu sebagai berikut:

1. Jenis Kelamin

Perbedaan antara pria dan wanita dalam perilaku asertif bukan sesuatu yang konstan (Banawiratma, 1997). Adanya pengaruh globalisasi yang membawa pengaruh pada norma-norma setempat dan adanya kesadaran mengenai persamaan gender membuat wanita sekarang cenderung memiliki sikap mandiri, percaya diri, rasional dan asertif.

2. Harga Diri

Alberti dan Emmons (Hidayati, 1987) menyatakan bahwa orang-orang yang asertif diasumsikan memiliki konsep diri positif. Orang yang memiliki konsep diri positif dengan sifat-sifat penerimaan diri, evaluasi diri yang positif dan harga diri yang tinggi, akan membuat mereka merasa aman dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi dalam kancah sosial. Konsep diri berkorelasi positif dengan perilaku asertif, karena harga diri merupakan bagian dari konsep diri artinya seseorang yang harga dirinya rendah maka konsep dirinya rendah (Retnaningsih, 1992). Rasa percaya diri pada orang yang memiliki konsep diri positif mampu menyampaikan pikiran dan perasaan yang sebenarnya kepada orang lain tanpa disertai kecemasan, serta mampu menerima pikiran dan perasaan orang lain.

3. Pola Asuh dan Lingkungan

Kualitas perilaku asertif seseorang sangat dipengaruhi pengalaman masa lalu. Pengalaman tersebut kebanyakan berupa interaksi dengan orang tua maupun di lingkungannya. Hal ini sangat menentukan pola respon seseorang dalam menghadapi masalah saat ia dewasa.

4. Budaya

Setiap budaya mempunyai aturan yang berbeda-beda dan diinternalisasi oleh individu yang menganutnya. Perbedaan ini dapat memengaruhi pembentukan pribadi masing-masing individu terutama perilaku asertifnya.

5. Tingkat Pendidikan

Rathus dan Nevid (1995) menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang akan semakin luas wawasan berpikirnya sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka. Artinya bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, diharapkan semakin tinggi pula perilaku asertif yang ditampilkan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan bahwa menurut Alberti dan Emmons (2002) ada beberapa hal yang memengaruhi perilaku asertif seseorang yaitu jenis kelamin, harga diri, pola asuh dan lingkungan, budaya, dan tingkat pendidikan. Sikap asertif ini diadopsi oleh individu yang dipengaruhi oleh serentetan peristiwa dan pengalaman dalam kehidupan sosialnya.

2.1.3 Aspek Perilaku Asertif

Berikut ini terdapat beberapa aspek perilaku asertif menurut Alberti dan Emmons (2017) yaitu:

- a. *Bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri*, mengacu pada kemampuan untuk membuat keputusan sendiri tentang karier, hubungan, gaya hidup, berinisiatif memulai percakapan, mengorganisir kegiatan, menetapkan tujuan, percaya diri, meminta bantuan orang lain, dan untuk beradaptasi secara sosial.

- b. *Mampu mempertahankan diri*, termasuk perilaku seperti mengatakan tidak, menetapkan batas waktu dan energi, menanggapi kritik, amarah, atau mempertahankan pendapat.
- c. *Mampu menyatakan pendapat*, berkaitan dengan kemampuan dalam menyampaikan ide, pemikiran, dan saran.
- d. *Tidak mengabaikan hak-hak orang lain*, berarti mencapai ekspresi pribadi tanpa kritik yang tidak adil terhadap orang lain, tanpa perilaku menyakiti orang lain, tanpa menyebut nama, tanpa intimidasi, tanpa manipulasi, dan tanpa mengendalikan orang lain.
- e. *Mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman*, berarti mampu untuk tidak setuju, menunjukkan kemarahan, menunjukkan kasih sayang atau persahabatan, mengakui ketakutan dan kecemasan, menyatakan persetujuan, dukungan, secara sopan tanpa adanya perasaan kecemasan yang mengganggu.

Alberti dan Emmon (2017) juga menyebutkan beberapa aspek non verbal yang dapat terlihat pada individu yang asertif yaitu sebagai berikut:

a. Kontak Mata (*Eye Contact*)

Saat berbicara individu yang asertif menunjukkan kontak mata dengan menatap langsung dengan lawan bicaranya, sehingga akan membantu dalam mengkomunikasikan ketulusan, menunjukkan perhatian dan penghormatan kepada orang lain serta meningkatkan kelangsungan pesan yang disampaikan. Namun, tidak terlalu membelalak.

b. Sikap Tubuh (*Body Posture*)

Sikap tubuh yang ditunjukkan oleh individu yang asertif adalah sikap tubuh yang aktif dan tegak. Sikap berdiri yang membungkuk dan pasif, menandakan kurangnya keasertifan seseorang.

c. Jarak atau Kontak Fisik (*Distance* atau *Physical Contact*)

Individu yang asertif mempunyai kemampuan dalam menjaga jarak ketika berinteraksi dengan orang lain. Sebaliknya duduk atau berdiri sewajarnya, jika terlalu dekat akan mengganggu kenyamanan orang lain dan terkesan menantang, sementara jika terlalu jauh akan membuat orang lain sulit menangkap pesan atau maksud pembicaraan.

d. Isyarat Tubuh (*Gesture*)

Isyarat yang ditunjukkan oleh individu yang asertif dapat menambah ketegasan, keterbukaan, kehangatan, rasa percaya diri dan spontanitas dalam berkomunikasi dengan orang lain. Sikap badan yang tegak ketika berhadapan dengan orang lain akan membuat pesan yang disampaikan lebih asertif.

e. Ekspresi Wajah (*Facial Expression*)

Apabila berbicara dengan orang lain, individu yang asertif mampu mengekspresikan wajah sesuai dengan pesan atau hal yang akan disampaikan.

f. Penetapan Waktu (*Timing*)

Individu yang asertif mampu menyatakan sesuatu kepada orang lain secara tepat sesuai dengan waktu dan tempat.

g. Mendengarkan (*Listening*)

Individu yang asertif mempunyai kemampuan untuk mendengarkan dengan seksama ketika lawan bicaranya sedang berbicara, sehingga mampu menahan diri untuk tidak mengekspresikan diri sesaat.

Berdasarkan aspek tersebut dapat dipahami bahwa perilaku asertif adalah penegasan diri positif yang juga menghargai orang lain dalam hidup. Elemen ini berkontribusi baik untuk kepuasan hidup pribadi dan kualitas hubungan dengan orang lain. Studi menunjukkan bahwa manfaat secara langsung dari peningkatan ekspresi diri atau perilaku asertif yaitu meningkatkan harga diri individu, mengurangi kecemasan, mengatasi depresi, mendapatkan rasa hormat yang lebih besar dari orang lain, mencapai tujuan, dan meningkatkan kapasitas berkomunikasi secara lebih efektif dengan orang lain (Alberti & Emmons, 2017).

2.1.4 Alasan Orang Berperilaku Tidak Asertif

Menurut Lange dan Jakubowski (1976) ada beberapa alasan seseorang berperilaku tidak asertif dan kesulitan untuk berperilaku asertif yaitu:

1. Kesalahan dalam membedakan antara perilaku asertif dan agresif

Banyak individu menganggap perilaku asertif bentuknya seperti agresif. Pengalaman dan pembelajaran dahulu membuat individu menyamakan bentuk perilaku asertif dengan mengekspresikan emosi marah sebagai bentuk agresif.

2. Kesalahan dalam menganggap perilaku non asertif sebagai suatu kesopanan

Banyak individu memiliki konsep yang salah bahwa perilaku tidak asertif menunjukkan suatu kesopanan dan kepedulian. Individu biasanya diajarkan

bahwa tidak sopan untuk mengakhiri suatu pembicaraan, tidak sependapat dengan orang yang lebih tua atau status yang lebih tinggi, memberikan masukan atau kritikan kepada orang lain, dan sebagainya.

3. Kegagalan untuk menerima hak-hak pribadi

Individu sering tidak secara penuh menerima hak pribadinya, dengan kata lain individu tidak memahami akan hak untuk mengekspresikan reaksi (mengemukakan perasaan atau pendapat), mempertahankan haknya dan memperdulikan kebutuhan emosionalnya.

4. Kecemasan akan adanya akibat yang bersifat negatif

Individu sering merasa cemas tentang hal yang akan terjadi apabila berperilaku asertif. Ketakutan yang umum adalah individu akan kehilangan perhatian atau dukungan dari orang lain, orang lain berpikir bahwa individu tersebut bodoh, egois, dan takut jika orang lain akan marah.

5. Kesalahan menganggap tingkah laku non asertif adalah sebagai usaha untuk membantu orang lain

Sering kali muncul keyakinan bahwa perilaku asertif akan membantu orang lain, karena melibatkan adanya “penyelamatan”. Tindakan “penyelamatan” yang dimaksud adalah memberikan bantuan kepada orang lain dimana sebenarnya tidak dibutuhkan serta dengan mengorbankan kebutuhannya sendiri. Perbedaan antara “penyelamatan” yang tidak sehat dengan bantuan yang tulus adalah pada bantuan yang tulus, tingkah laku penerima bantuan akan berubah dalam cara yang lebih positif dan tidak memerlukan bantuan lagi, sedangkan pada “penyelamatan”, yang memberikan bantuan seringkali akhirnya berperan sebagai korban dan kemudian dalam posisi tersiksa atau tertekan.

6. Tidak memiliki keterampilan untuk berperilaku asertif

Individu biasanya tidak memiliki keterampilan untuk berperilaku asertif karena kurangnya kesempatan untuk belajar berperilaku asertif dilingkungannya.

2.2 Remaja

2.2.1 Definisi Remaja

Papalia (2011) mendefinisikan remaja sebagai masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal duapuluhan tahun. Santrock (2002) mengemukakan bahwa masa remaja (*adolescence*) ialah periode perkembangan transisi dari masa kanak-kanak hingga masa dewasa yang mencakup perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional.

Muss, 1968 (dalam Sarwono, 2011) mendefinisikan remaja (*adolescence*) berasal dari kata *adolescere* (latin) yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Istilah kematangan yang dimaksud meliputi kematangan fisik maupun sosial-psikologis. Pada tahun 1974, WHO memberikan definisi konseptual tentang remaja, yang meliputi kriteria biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Menurut WHO (Sarwono, 2011) remaja adalah suatu masa dimana:

1. Individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksualitas sekundernya sampai saat individu mencapai kematangan seksual. (Kriteria biologis)
2. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa. (Kriteria sosial-psikologis)
3. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relative lebih mandiri. (Kriteria sosial-ekonomi).

Berdasarkan uraian di atas penulis menyimpulkan bahwa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan pola perilaku termasuk perubahan biologis, psikologis, dan sosial.

2.2.2 Karakteristik Masa Remaja

Masa remaja merupakan suatu periode penting dari rentang kehidupan, suatu periode transisional, masa perubahan, masa pencarian identitas diri, masa *unrealism*, dan ambang menuju kedewasaan (Krori, 2011). Lebih lanjut Krori (2011) menyatakan bahwa perubahan sosial yang penting pada masa remaja mencakup meningkatnya pengaruh teman sebaya (*peer group*), pola perilaku sosial yang lebih matang, pembentukan kelompok sosial yang baru, dan munculnya nilai-nilai baru dalam memilih teman dan pemimpin serta nilai dalam penerimaan sosial.

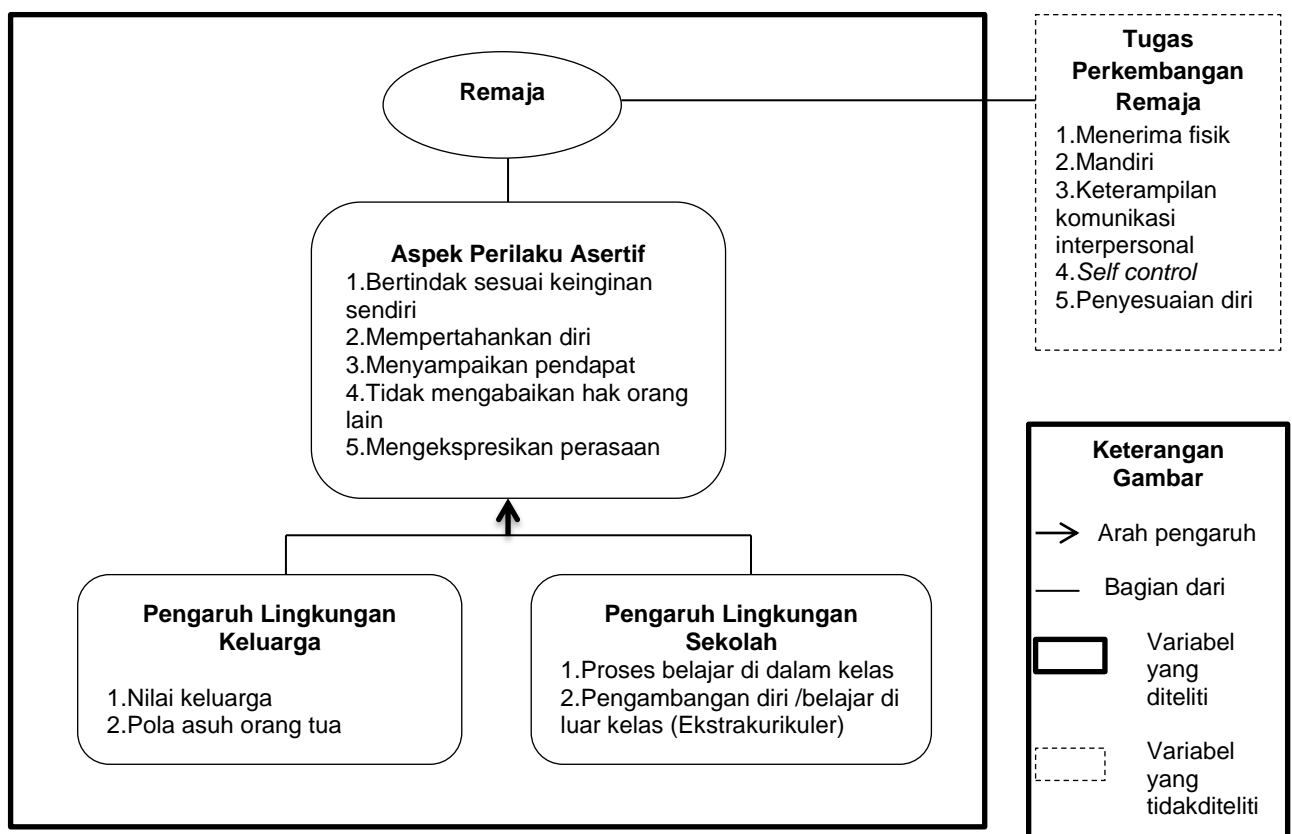
William Kay, sebagaimana dikutip Yudrik Jahja (2011) mengemukakan tugas-tugas perkembangan masa remaja sebagai berikut:

1. Menerima fisiknya sendiri
2. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur yang mempunyai otoritas
3. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok
4. Menemukan model yang dijadikan identitas pribadinya
5. Memiliki kepercayaan terhadap kemampuan dirinya.
6. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup.

7. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa pada masa remaja terjadi perkembangan yang cukup besar mulai dari perkembangan kognitif dan bahasa, seperti terjadi peningkatan penguasaan dalam menggunakan kata-kata yang kompleks dan meningkatnya kemampuan memahami literature yang rumit. Perkembangan emosional, seperti kemampuan mengelola emosinya, dan perkembangan sosial yakni keberhasilan dalam hubungan interpersonal.

2.3 Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Berdasarkan kerangka konseptual di atas dapat dipahami bahwa remaja berada pada tahap perkembangan identitas versus kebingungan identitas. Pada masa ini remaja mulai mencari jati dirinya dengan mengeksplor lingkungannya, sehingga hubungan pertemanan dan pengaruh teman sebaya semakin besar. Salah satu hal yang penting untuk dimiliki remaja pada tahap ini adalah keterampilan komunikasi interpersonal dimana ini merupakan salah satu tugas perkembangan remaja. Komunikasi interpersonal yang ideal diterapkan adalah perilaku asertif. Terdapat lima aspek perilaku asertif yaitu bertindak sesuai keinginan sendiri termasuk kemampuan dalam mengambil keputusan, mampu beradaptasi di lingkungan baru, inisiatif, dsb; mempertahankan diri seperti mampu menanggapi kritik dan marah yang didapat dari orang lain; mampu menyampaikan pendapat secara lugas dan sistematis; menghargai hak orang lain; mengekspresikan perasaan baik emosi positif maupun emosi negatif.

Perilaku asertif yang ditampilkan remaja tersebut umumnya dipengaruhi oleh faktor lingkungan keluarga seperti nilai dan pola asuh yang diterapkan dalam keluarga dan faktor lingkungan sekolah seperti proses pembelajaran di dalam dan di luar kelas. Remaja yang berada pada lingkungan yang sehat dengan nilai dan pola asuh yang tepat, serta lingkungan sekolah yang mendukung pengembangan diri remaja, membuat remaja belajar membentuk sikap dan perilaku asertif yang ditampilkan dalam kehidupan sehari-hari. Jika remaja mampu menampilkan perilaku asertif tersebut, maka remaja cenderung dapat menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya dan memudahkan dalam mencapai tugas perkembangan selanjutnya.