

## Self Esteem dengan Perilaku Asertif kepada Remaja

Azida Rizqitsani Inatsa Khurun'in

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Dra. Adnani Budi Utami, MS.

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

Hetti Sari Ramadhani, S.Psi., M.Si

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Jl. Semolowaru 45 Surabaya

E-mail: [azidarizqitsanios@gmail.com](mailto:azidarizqitsanios@gmail.com)

### ABSTRACT

*This study aimed to recognize the suitability of assertive behavior among young people in Surabaya. The population of this study is Surabaya students. The sample for this survey was 71 people. Data searches performed online using Google Forms on two scales, the Self-esteem Behavior Scale and the Self-Confidence Behavior Scale. Analysis of Pearson Correlation Data Usage using the IBM SPSS Statistics Help application. Analysis of the data shows that there is a correlation between suitability, self-esteem, and assertive behavior of 0.357, with significance  $(p) = 0.001$  ( $p < 0.01$ ) self-esteem and assertive behavior. Effective contribution to self-esteem by 13.7% adolescent manners.*

**Keywords:** Adolescents, Assertive behavior, Self Esteem

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperjelas hubungan perilaku asertif pada remaja akhir di Surabaya. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Surabaya. Sampel untuk penelitian ini berjumlah 71 orang. Pengumpulan data dilakukan secara online menggunakan Google Forms dengan dua skala yaitu Skala Perilaku Harga Diri dan Skala Perilaku Percaya Diri. Saat Anda menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics untuk menganalisis data menggunakan metode korelasi Pearson. Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara kesesuaian harga diri dengan perilaku asertif. Korelasinya sebesar 0,357 dengan signifikansi  $(p) = 0,001$  ( $p < 0,01$ ), sehingga dapat diartikan memiliki nilai positif yang sangat signifikan. Hubungan antara percaya diri dan percaya diri. Kontribusi efektif harga diri dan perilaku asertif pada remaja akhir adalah 13,7%.

**Kata Kunci:** Perilaku Asertif, Remaja Akhir, Self Esteem

## Pendahuluan

Fenomena yang terjadi pada masa remaja yaitu berperilaku asertif, karena pada masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana masa remaja mengalami masa pubertas, dan merupakan masa dimana kematangan fisik terjadi dengan cepat. Berdasarkan wawancara dan observasi terhadap penegasan diri remaja yang dilakukan pada tanggal 8 November 2021 terhadap lima mahasiswa remaja akhir di beberapa universitas X di Surabaya, didapatkan hasil bahwa mahasiswa tidak berani mengemukakan pendapat yang berbeda. Tentang tindakan yang menanggapi keinginan Anda dan tidak aktif di forum diskusi. Mahasiswa yang tidak mampu bertindak asertif bisa menjadi korban *bullying* yang biasa terjadi di kampus. Korban *bullying* berbeda dalam penampilan, pendiam, pasif, rendah diri, dan memiliki banyak peluang finansial.

Perilaku Asertif adalah ekspresi langsung dan jujur dari pikiran, perasaan, kebutuhan, atau hak pribadi yang tidak dapat dihasilkan dari yang tidak beralasan (Novianti & Tjalla, 1997). Pengaruh teman sebaya yang kuat menyebabkan remaja kurang berani untuk berterus terang. Pengaruh teman sebaya ini bisa disebut sebagai tekanan dari teman sebaya, karena remaja menekan untuk berperilaku serupa (Arnett, 2007). Adapun perilaku asertif memiliki lima faktor yang mempengaruhi seseorang berperilaku asertif salah satunya yaitu *self esteem*. Hubungan antara *self esteem* dengan perilaku asertif dilihat dari fenomena dikalangan remaja bahwa remaja dapat berperilaku asertif dan tidak dapat berperilaku asertif yakni memiliki *self esteem* cenderung negatif (rendah), sebaliknya *self esteem* yang tinggi seseorang dapat mewujudkan potensi dirinya, sehingga umpan balik yang diterima bersifat positif dan hasilnya dapat meningkatkan rasa percaya diri individu. (Rathus & Nevid 1983).

Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak (KPAI), dari tahun 2011-2018 menunjukkan kenaikan kenaikan tiap tahunnya meskipun pada tahun 2017 sempat turun akan tetapi pada tahun berikutnya kembali naik, di institut pendidikan tahun 2018 meningkat hingga 9,48% dan tahun 2017 menjadi 127 kasus. Sehingga, data ini menunjukkan data dari korban *bullying*, pentingnya seseorang memiliki perilaku asertif yang baik (Iksanudin, 2018).

*Self Esteem* merupakan kebutuhan manusia, terutama pada remaja akhir yang membutuhkan pemenuhan dan kepuasan untuk mencapai tingkat kebutuhan yang lebih tinggi. Maslow membagi kebutuhan akan *self esteem* menjadi dua jenis: penghargaan diri dan rasa hormat terhadap orang lain (Maslow, 2002). Maslow (1981) juga menunjukkan bahwa jika orang dicintai dan memiliki rasa memiliki, mereka dapat menumbuhkan kebutuhan akan rasa syukur.

Selanjutnya, pengaruh dari relasi dengan teman sangat cepat untuk mempengaruhi asertivitas pada seseorang karena pada proses tahap perkembangan menuju pada masa dewasa tersebut menjadi awal mula bentuk usaha untuk pencarian jati diri yang termanifestasi bentuk keinginan untuk berada di dalam suatu kelompok dengan cara menghubungkan orang lain yang berada di sekitarnya. Pergaulan dengan teman kelompoknya merupakan awal yang baik untuk membentuk keterampilan sosial dengan orang lain, tetapi dengan membentuk keterampilan sosial tersebut memberi dampak positif maupun dampak negatif pada diri remaja tersebut.

Sebagaimana yang sudah tertera di atas beberapa penjelasan mengenai perilaku asertif, perilaku asertif pada remaja sering terjadi dikarenakan pada masa ini remaja mencari jati diri untuk dirinya sendiri. Maka, perlu bagi para remaja untuk menjalin relasi sebanyak-banyaknya dengan lingkungan terdekat mereka. Perilaku asertif dapat terjadi ketika mereka dapat memenuhi kebutuhan mereka tanpa menyakiti orang lain.

## **Metode**

### *Jenis Penelitian*

Metode penelitian dalam penelitian ilmiah perlu dilaksanakan berdasarkan metode dan prosedur yang sistematis, karena penelitian merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Penelitian ini menghubungkan dua variabel yang berbeda dengan bertujuan melihat hubungan antara *self esteem* dengan perilaku asertif. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independent variable*) yaitu *Self Esteem* (X) dan variabel terikat (*dependent variable*) yaitu Perilaku Asertif (Y).

### *Subyek Penelitian*

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan *purposive sampling* yang ditargetkan untuk memperoleh data. Menurut (Sugiyono, 2011), pendekatan ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan beberapa pertimbangan. Keputusan sampel untuk penelitian ini adalah konklusif dalam beberapa kriteria: (a) remaja berusia 18-22, (b) mahasiswa semester 1 dan 2, (c) aktif dalam organisasi, dan (d) Remaja berperilaku asertif berjumlah 71 orang.

### *Instrumen Penelitian*

Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala perilaku asertif dan skala *self esteem*. Kedua skala telah diatur ulang oleh para peneliti sendiri. Penjelasan masing-masing skala adalah sebagai berikut:

- a. Skala perilaku asertif pernyataan dalam kuisioner wajib dijawab oleh responden. Penyebaran kuisioner pada responden memakai Google Form. Skala ini terdiri menurut 24 aitem, dimana masih ada 23 aitem yg valid menggunakan skor yg diperoleh koefisien Corrected Aitem-Total Correlation bergerak dari 0,302 hingga 0,674.
- b. Skala *self esteem* mengacu pada (Coopersmith, 1967) terdapat empat aspek: kekuatan, keberartian, kebajikan, dan kemampuan. Uji validitas skala *self esteem* kemudian dilakukan dalam dua putaran dari 34 item, 32 di antaranya valid dengan skor yang diperoleh dengan memindahkan koefisien korelasi total Aitem yang dimodifikasi dari 0,418 menjadi 0,771.

## Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan korelasi Pearson. Dasar penggunaan teknik ini adalah uji normalitas suatu distribusi data yang merupakan distribusi normal, dan uji linieritas dengan menggunakan hasil linier. Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linieritas menggunakan *Deviation from Linearity*.

### Hasil

#### a. Uji Normalitas

Suatu data untuk hasil perhitungan Kolmogorov-Smirnov  $p = 0.2$  Asym Sig (2- tailed), hasil data dinyatakan berdistribusi normal. Hasil uji normalitas untuk kedua variabel diperoleh dengan  $0,2 > 0,05$ . Artinya data tersebut terdistribusi secara normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig.	Keterangan
<i>Self Esteem dengan Perilaku Asertif</i>	0,2	Normal

#### b. Uji Linieritas

Hasil uji linieritas yang dilakukan menunjukkan *deviation from linearity* 0,02 dari 0,05 ( $p > 0,02$ ), yang menunjukkan bahwa *self esteem* dan perilaku asertif berhubungan linier.

Tabel 2. Hasil Uji Linieritas

Variabel	<i>f</i>	Sig.	Keterangan
<b><i>Self Esteem dengan Perilaku Asertif</i></b>	1.217	0,2	Linier

### c. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji Pearson melalui bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 25.0 for windows diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar  $p=0,357$  dengan nilai signifikansi  $p=0,000 > 0,001$ .

Tabel 3. Korelasi Pearson

		Perilaku Asertif (Y)	Self Esteem (X)
Pearson Correlation	Perilaku Asertif (Y)	1.000	.357
	Self Esteem (X)	.357	1.000
Sig. (1-tailed)	Perilaku Asertif (Y)	.	.001
	Self Esteem (X)	.001	.
N	Perilaku Asertif (Y)	71	71
	Self Esteem (X)	71	71

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yg sudah dilaksanakan, bisa diketahui masih ada interaksi positif yg signifikan antara variabel self esteem menggunakan variabel perilaku asertif dalam remaja akhir. Hal tadi bisa diartikan bahwa meningkat self esteem maka meningkat perilaku asertif. Sebaliknya, apabila semakin rendah self esteem maka semakin rendah perilaku asertif yg dilakukan dalam remaja akhir.

Hal ini ditunjukkan oleh hasil penelitian ini remaja yang memiliki *self esteem* yang baik adalah remaja yang memiliki wawasan yang luas dan sikap positif, mentaati peraturan yang ada dan memiliki keahlian serta memiliki sopan santun yang baik.

Pada perilaku yang dilakukan oleh remaja yang bingung ini tidak memiliki kemampuan yang baik untuk beradaptasi dengan status baru, karena perilaku kategoris remaja memasuki tahap transisi dari remaja ke dewasa di akhir remaja, yang menyebabkan banyak masalah selama periode tersebut. Perilaku asertif pada perkembangan remaja sejak berusia 13-18 tahun sangat penting. Sikap dan perilaku asertif memfasilitasi remaja untuk berinteraksi dan terlibat secara efektif baik dengan orang-orang di sekitar mereka maupun orang-orang di luar lingkungan mereka secara efektif.

Kemampuan untuk langsung mengungkapkan apa yang mereka rasakan dan inginkan, sehingga mereka menekan apa yang mereka katakan dan menaatinya, menghindari penciptaan ketegangan dan perasaan yang tidak menyenangkan. Ketegasan memungkinkan untuk dengan mudah dan efektif menemukan solusi atas berbagai kesulitan dan masalah yang dihadapi remaja sehingga masalah tersebut tidak membebani mereka (Setiono & Pramadi, 2005).

Kebutuhan akan perilaku asertif telah ditanamkan sejak usia dini bagi remaja, karena perilaku asertif bukanlah eksternal, tetapi merupakan pola sikap dan perilaku yang dipelajari

sebagai respons terhadap kondisi sosial yang berbeda di lingkungan. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif antara lain keluarga, sekolah, usia, jenis kelamin, citra diri, pola asuh, dan kondisi sosial budaya.

Berdasarkan hasil penelitian, remaja memahami bahwa hubungan antara perilaku asertif dan *self esteem* tampak bahwa remaja memiliki perilaku asertif dan *self esteem* serta tidak ada yang perlu disakiti dan dimengerti oleh orang lain. Agar dapat meminimalkan konflik dan mengendalikan hidupnya. Hal ini mempengaruhi pada rasa percaya diri anak jalanan remaja (Ginting, B.O & Masykur, A.M, 2014). *Self Esteem* berkorelasi dengan perilaku asertif ketika seseorang dapat meningkatkan harga diri dengan mengikuti aturan, tidak mengabaikan hak orang lain, dan bersikap jujur.

## **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penyebaran skala, memiliki hubungan positif antara *self esteem* dengan perilaku asertif yang dilakukan pada mahasiswa di Surabaya. Perhitungan analisis data survei dilakukan dengan menggunakan uji Pearson menggunakan *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* versi 25.0 for windows dengan nilai koefisien  $p = 0,357$  dan nilai signifikansi  $p = 0,000 < 0,001$ , arena  $0,001$ , sehingga hasil penelitian ini dinyatakan sangat signifikan

Berdasarkan perhitungan kontribusi efektif, *self esteem* dengan perilaku asertif pada remaja akhir adalah 13,7%. Dengan kata lain, semakin tinggi *self esteem* seorang mahasiswa, semakin tinggi perilaku asertif yang dilakukan, dan semakin rendah *self esteem* mahasiswa, semakin rendah perilaku asertif yang dilakukan oleh mahasiswa.

## REFERENSI

- Abraham, Maslow. (2002) dalam buku A Dale Tumpe Seri Manajemen Sumber Daya Manusia (Memotivasi Pegawai), cet. 5. Jakarta: PT Elek Media Koputindo.
- Arnett, J. J. (2000). Brief report: Optimistic bias in adolescence and adult smokers and nonsmokers. *Addictive Behaviors*, 25(4), 625-632. Elsevier Science Ltd.
- Arnett, J. J. (2007). The myth of peer influence in adolescent smoking initiation. *Health Education & Behavior*. 34(4), 594-607, August, DOI. 10.117/1090198105285330
- Departemen Pendidikan Nasional, 2003. Mencegah Penyalahgunaan NAPZA melalui: Kepercayaan Kasih Sayang Ketulusan. Serial Program Prevention Unit di SMU.
- Gardner, M. & Steinberg, L. (2005). Peer influence on risk taking, risk preference, and risky decision making in adolescence and adulthood: An experimental study. *Developmental Psychology*. 41(4), 625-635. DOI. 10.1037/0012-1649.41.4.625
- Ginting, B. O., & Masykur, A. M. (2014). Hubungan antara harga diri dengan asertivitas pada siswa kelas XI SMA Kesatrian 2 Semarang. *Jurnal Psikologi*. 3(4), 1-10. Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
- Hasanah, N., Supriyono, Y., Herani, I., & Lestari, S. (2012). Peningkatan kepercayaan diri mahasiswa melalui pelatihan asertivitas. *Jurnal Interaktif*. 1(2), 1-7. Malang: Dosen Program Psikologi, Universitas Brawijaya.
- Keliat, B.A., Tololiu, T.A., Daulima, N.H.C. & Erawati, E. (2015). Effectiveness assertive training of bullying prevention among adolescents in West Java Indonesia. *International Journal of Nursing*, 2(1), 128-134. DOI. 10.15640/ijn.v2n1a14
- Marini, L., & Andriani, E. (2005). Perbedaan asertivitas remaja ditinjau dari pola asuh orang tua. *Jurnal Psikologia*. 1(2), 46-51, Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara.
- Masdin, & Mulu, B. (2016). Bullying in the Perspective of the Inconvenience Against the Process of Interaction in School . *International Journal of Emerging Trends in Science and Technology*, 3(12), 4871-4880.
- Novianti & Tjala. 2008. Perilaku Asertif Pada Remaja Awal
- Maslow, A. H. 1970. *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York: Harper & Row Publishers.
- Putri. Windra Z. (2015). Peningkatan Perilaku Asertif Melalui Pelatihan Keterampilan Sosial Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Pacitan.
- Rathus, S.A., & Nevid, J.S. 1983. *Adjustment & Growth: The Challenges of Life*, (2nd ed). New York : CBS College Publishing.
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup* Jilid I. (B. Widiasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga.

Sari, R. P., Andayani, T. R., & Masykur, A. M. (2006). Pengungkapan diri mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro ditinjau dari jenis kelamin dan harga diri. *Jurnal Psikologi*. 3(2), 11-25, Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro.

Setiono, V & Pramadi, A. (2005). Pelatihan Asertivitas dan Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswi-Siswi SMP. Surabaya : Anima, *Jurnal Psikologi*. Vol 26, No. 2