

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Asertivitas penting bagi kesehatan mental seseorang. Seseorang yang sering memendam perasaan-perasaan yang tidak enak dan tidak tahu harus meluapkannya pada siapa dan bagaimana, dapat menyebabkan seseorang tersebut merasa tertekan dan mengakibatkan depresi. Kesehatan mental yang baik pada seseorang adalah ketika seseorang tersebut tidak mempunyai rasa bersalah pada dirinya sendiri, serta dapat melihat semua masalah dengan bijaksana, yaitu memandang pada kemampuan seseorang dalam menerima kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Karl Menninger menjelaskan di buku Dewi (2012) bahwa individu yang dinyatakan sehat mental adalah seseorang yang memiliki kemampuan untuk menahan diri, menunjukkan kecerdasan, berperilaku dengan tenggang rasa terhadap perasaan orang lain, serta memiliki sikap hidup yang bahagia dan sejahtera.

WHO bahkan menempatkan posisi kesehatan mental pada dimensi yang lebih positif. Hal ini lantaran, kesehatan mental dapat didefinisikan sebagai kesehatan secara umum, yang mana saat seseorang dinyatakan sehat maka akan tercipta kesejahteraan secara psikis atau fisik, mental serta sosial secara bersamaan. Meskipun WHO sudah menjabarkan terkait pentingnya kesehatan mental, namun masih banyak yang menganggap kesehatan mental tidaklah sebagai hal yang penting dan sering kali diabaikan. Kesehatan secara fisiklah yang jauh lebih penting dibandingkan dengan kesehatan mental (Buletinsehat.com, 2015).

Salah satu indikator seseorang yang memiliki mental yang sehat adalah mampu menjalin relasi yang baik dengan orang lain. Agar mampu menjalin relasi yang bermakna. Seseorang harus mampu asertif karena asertif merupakan salah satu kemampuan agar dapat menjalin relasi yang sehat dan baik. Rakos F. R (1991) asertivitas adalah kemampuan menjalin hubungan antar pribadi yang menyertakan kejujuran dan berterus terang

secara sosial dalam mengekspresikan pemikiran dan perasaan serta mempertimbangkan perasaan dan kesejahteraan orang lain, tetapi masih banyak orang yang belum bisa bersikap asertif seperti demikian. Hal tersebut didukung dari hasil studi wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap sekelompok pelajar SMA di daerah Semarang.

Berdasarkan hasil wawancara oleh salah satu responden seorang pelajar SMA dengan inisial DR (17 tahun) yang mengatakan bahwa :

"Saya tuh agak takut mbak kalo mau ngasih tau temen saya kalo yang dia lakuin itu salah, atau sikapnya itu salah. Soalnya saya gak enak juga mbak, takut dibilang sok-sokan, nanti dianya kesinggung juga".

Pernyataan yang relatif sama diungkapkan oleh salah seorang responden kedua yaitu pelajar SMA berinisial ED (18 tahun) yang mengatakan bahwa:

"Aku mah males mbak kalo mau ngebilangin temen yang salah, mending didiemin aja. Biarin aja, nanti dia juga bakalan tau sendiri kalo yang dia lakukan itu salah dan gak bener".

Berbeda dengan pernyataan responden ketiga yaitu seorang siswa SMA berinisial AR (16 tahun) yang mengatakan bahwa :

"Kalo temen kita ada yg bikin kesalahan atau sikapnya gak bener, ya mending saya tegur aja sih daripada gak ditegur nanti dia semakin menjadi-jadi dan terus-terusan begitu. Biar dia introspeksi juga, tapi ya saya ngasih taunya secara halus aja biar dia gak ngerasa kesinggung".

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan reaksi dalam menyikapi suatu permasalahan pada setiap siswa. Ada yang menyikapinya dengan berperilaku asertif dan ada pula yang menyikapinya dengan tidak berperilaku asertif.

Hardcastle & Power (2004) menjelaskan bahwa perilaku asertivitas sudah menjadi rekomendasi cara untuk menurunkan kecemasan, depresi akibat tekanan, serta mampu meningkatkan kesehatan mental seseorang. Garner (2012) menambahkan pula bahwa asertivitas seseorang dapat membantu dalam menghadapi rasa takut atau ketakutan dan juga mencegah stressor-stressor yang biasa terjadi dalam hubungan sosial

terlebih dalam hubungan kerja. Terdapat beberapa faktor yang juga dapat mempengaruhi perilaku asertif seseorang yaitu diantaranya faktor tingkat pendidikan, sekolah, jenis kelamin dan lingkungan sosial dalam keluarga, yang pada hal ini adalah pola asuh yang diterapkan oleh orang tua.

Lloyd (Dayakisni & Novalia, 2013) juga mengemukakan bahwa individu yang bersikap aktif, jujur dan terbuka, adalah ciri-ciri individu yang mampu berperilaku asertif. Seseorang yang dapat menunjukkan kemampuan dalam menyampaikan kesan atau perasaan menghargai diri sendiri dan juga orang lain atau *respect*, maka seorang tersebut mempunyai pandangan bahwa, kebutuhan, keinginan dan hak yang dimilikinya sama dengan kebutuhan dan keinginan pada orang lain. Sehingga seseorang dengan perilaku tersebut secara langsung dapat diartikan sebagai individu yang mampu mengkomunikasikan kesan dan perasaan yang dia rasakan kepada orang lain dengan sikap yang jujur, langsung, tidak berlebihan dan juga tidak menghilangkan rasa hormat serta menghargai orang lain. Pada hal ini seseorang tersebut dapat dikatakan sebagai individu yang memiliki perilaku asertif.

Harris (Prabana, 1997) menjelaskan bahwa pengalaman pada masa kanak-kanak seseorang menjadi salah satu hal yang sangat mempengaruhi kualitas perilaku asertif seseorang itu sendiri. Pengalaman tersebut yang merupakan hubungan atau interaksi antara orang tua dan anak melalui bagaimana pola asuh yang orang tua terapkan kepada anaknya dalam keluarga, yang dapat menentukan bagaimana pola respons seseorang dalam menghadapi masalah semenjak masih kanak-kanak hingga menjadi dewasa kelak. Baumrind (Irmawati, 2002) pola asuh yang diterapkan oleh orang tua adalah serangkaian proses dan bentuk interaksi yang terjalin antara anak dan orang tua yang memberikan pengaruh atau dampak pada perkembangan kepribadian anak.

Baumrind (Papalia, 2004) pola asuh adalah suatu cara orang tua dalam mendidik dan membesarkan anak dengan terpenuhinya kebutuhan anak, memberikan perlindungan, serta bagaimana orang tua memberikan contoh

yang baik dalam berperilaku agar dapat memberikan pengaruh yang baik terhadap tingkah laku anak di kehidupan sehari-hari. Baumrind (Shaffer, 2009) juga menambahkan bahwa pola asuh *authoritative* atau demokratis adalah cara bagaimana orang tua dalam bersikap terbuka dan penuh kehangatan kepada anak, menjalin komunikasi dua arah antara orang tua dan anak, adanya aturan dan kebebasan yang diberikan kepada anak, tetapi tetap ada pengawasan dari orang tua. Sehingga Baumrind menyimpulkan bahwa terbentuknya pola asuh dari adanya *demandingness* atau standar tuntutan yang ditetapkan oleh kedua orang tua kepada anak, berkaitan dengan pengawasan atau kontrol perilaku dari orang tua, dan juga *responsiveness* yaitu bagaimana orang tua memberikan respons pada anaknya yang berkaitan dengan kehangatan dan pula dukungan dari orang tua.

Pola asuh orang tua sangat berperan penting dalam perkembangan perilaku asertif, karena pola asuh yang diterapkan oleh orang tua dapat memberikan pengaruh pola interaksi dalam keluarga dan juga terhadap tumbuh kembang kepribadian anak. Sehingga pola asuh *authoritative* atau demokratis dapat mendukung perkembangan yang baik dan sehat bagi anak. Steinberg (2002) menjelaskan bahwa orang tua yang menerapkan pola asuh otoritatif memberikan keseimbangan bagi anak untuk mengembangkan kesadaran diri ketika orang tua menyediakan standar atau nilai-nilai yang diyakini mengarahkan anak pada pentingnya perkembangan individualitas, memberikan kesempatan kepada anak untuk berbicara dengan orang tua dan melibatkan anak dalam berdiskusi, serta menjalin hubungan yang hangat antara anak dan orang tua.

Pada umumnya para ahli membagi pola asuh dalam 3 jenis yaitu : *authoritative*, *authoritarian* dan *permissive*. Maccoby & Martin menambahkan lagi satu jenis pola asuh, yaitu *uninvolved* (Berk, Child development, 2000). Hasil dari penelitian sebelumnya, menyimpulkan bahwa remaja dengan pola asuh *authoritative* atau otoritatif, cenderung memiliki tingkat perilaku asertivitas yang lebih tinggi dibandingkan pola

asuh *authoritarian*, *permissive* dan *uninvolved*. Penerapan pola asuh *authoritative* atau demokratis, remaja dapat mengembangkan perilaku asertifnya dengan baik (Marini & Andriani, 2005).

Kondisi tersebut didukung dari hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap sekelompok pelajar SMA terkait perilaku asertif berdasarkan pola asuh. Diperoleh informasi dari salah satu responden yang berinisial DR (17 tahun) menyatakan demikian:

“Orang tua sih suka tanya-tanya mbak aktivitas di sekolah gimana, ada kendala gak? Orang tua sih selalu pesen kalo ada masalah jangan dipendem sendiri, diceritain aja sama ibu bapak. Ya orang tua sih dari aku kecil selalu diajari ngomong yang baik mbak sama orang tua, misal kayak lagi kepengen apa, lagi ada masalah apa, kalo ada apa-apa itu harus ngomong harus cerita. Ya pokoknya mah disuruh terbuka gitu lah kalo sama orang tua”.

Begitupun sebaliknya, pernyataan yang berbeda diungkapkan oleh responden lain yang berinisial ED (18 tahun) yang menyatakan bahwa:

“Orang tua ku jarang tanya-tanya kegiatan ku di sekolah sih mbak, cenderung cuek. Karna juga suka jarang ketemu ngumpul bareng, ibu kadang kerjanya masuk malem terus bapak masuk siang mbak jadi jarang bisa ngobrol bareng. Aku mah jarang cerita-cerita mbak sama orang tua, ibu sama bapak juga ga pernah tanya-tanya sih tentang keseharian aku di sekolah gitu, mereka ga pernah cerita-cerita juga. Jadi ya aku jarang cerita gitu sih sama orang tua ku”.

Selain itu salah satu responden berinisial AR (16 tahun) berikutnya menyatakan bahwa :

“Ibu sih lumayan galak mbak, kalo bapak mah orangnya pendiem. Jadi saya gak pernah cerita-cerita sama orang tua mbak haha...gak berani aja, takut malah kena marah nanti, ya paling dipendem aja buat diri sendiri.”

Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa responden di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan pola asuh orang tua yang cenderung lebih terbuka dan fleksibel kepada anak bisa memunculkan perilaku asertif dibandingkan dengan pola asuh orang tua yang cenderung tertutup dan

kurang peka. Hal tersebut yang membuat peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam faktor pola asuh orang tua terhadap perilaku asertif siswa.

Adapun sekolah juga sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku asertif seseorang. Sekolah merupakan bagian penting dari suatu lembaga pendidikan yang ikut berperan untuk mempersiapkan para generasi muda untuk bisa melewati berbagai tantangan di masa yang akan datang dan juga supaya dapat membangun diri dalam berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Bukan sekedar mendapatkan ilmu pengetahuan, namun siswa juga memperoleh pengalaman, keterampilan dan terpenting yaitu pendidikan karakter, sehingga nantinya siswa dapat mengembangkan seluruh potensi dan keterampilannya. Sekolah juga bisa disebut sebagai rumah kedua bagi siswa karena sebagian besar waktu mereka, mereka habiskan di sekolah seperti berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman-teman sebaya.

Peran sekolah sebagai pendidik juga memberikan dampak yang besar bagi perkembangan perilaku asertif siswa. Melalui program belajar atau pelatihan-pelatihan asertif yang diadakan oleh sekolah, dapat membantu siswa untuk dapat belajar dan mengembangkan perilaku tersebut. Seperti halnya, pada penelitian eksperimen Hakim (2014) meningkatnya asertivitas siswa setelah mengikuti pelatihan di sekolah, para siswa lebih merasa dapat berperilaku asertif dan juga lebih merasa kepercayaan diri menjadi meningkat, sehingga siswa lebih berani mengungkapkan pendapat pribadinya. Selain dengan pengadaan pelatihan asertivitas di sekolah, strategi konseling di sekolah juga sangat mempengaruhi perilaku asertivitas siswa. Pada penelitian Arumsari (2017) mengemukakan bahwa strategi konseling latihan asertif pada siswa dilakukan untuk siswa agar setiap siswa memiliki kemampuan berekspresi secara interpersonal tanpa merugikan orang lain, dan menjauhkan dari hal-hal negatif seperti kasus *bullying*. Hal tersebut menunjukkan bahwa lingkungan sekolah sangat berpengaruh terhadap perkembangan perilaku siswa, khususnya perilaku asertif.

Perilaku asertif selain dipengaruhi oleh sekolah, juga dipengaruhi oleh jenis kelamin. Terracciano & McCrae (2001) menerangkan jika jenis kelamin secara umum dapat diketahui atau dipelajari dari peran gender. Seperti halnya laki-laki dalam hampir setiap budaya terlihat lebih memiliki fisik yang kuat dibandingkan dengan perempuan. Laki-laki secara universal memiliki peran sebagai pemimpin dan dari perannya itulah memungkinkan kaum laki-laki memiliki kesempatan untuk belajar menjadi lebih asertif daripada perempuan. Pada penelitian Erbay & Akcay (2013) pada mahasiswa di Turki didapati bahwa laki-laki lebih memiliki perilaku asertif ketimbang perempuan. Begitupun dengan hasil penelitian Rosita (2007) mengemukakan bahwa laki-laki lebih bisa berperilaku asertif dibandingkan dengan kaum perempuan. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Vantika (2015) yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan perilaku asertivitas antara laki-laki maupun perempuan. Oleh karena itu perilaku asertif sangatlah penting untuk dimiliki setiap individu, karena perilaku asertif tidak mungkin muncul begitu saja dan bukan juga pembawaan seseorang sejak lahir, namun untuk mampu berperilaku asertif membutuhkan suatu proses pembelajaran.

Masa remaja menurut Hurlock (1999) merupakan masa persiapan untuk menghadapi masa dewasa, sedangkan masa dewasa merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Remaja dalam hal ini adalah siswa yang sedang menempuh jenjang pendidikan di bangku sekolah menengah atas yang akan memasuki masa dewasa dengan melanjutkan ke perguruan tinggi atau pilihan karier yang lainnya. Pentingnya remaja memiliki perilaku asertif yaitu agar dapat lebih jujur dalam membina hubungan dengan orang lain terutama teman sebaya serta dapat menghindari situasi yang merugikan dirinya, seperti pergaulan bebas dan pengaruh obat-obatan (narkoba) terlarang. Selain daripada itu, pada masa yang akan datang mereka akan menghadapi situasi baru, relasi baru, lingkungan baru dan tentunya perlu

untuk menyesuaikan diri. Oleh karena itu, penting bagi remaja agar dapat berperilaku asertif dari sekarang.

Berdasarkan hasil wawancara, perbedaan hasil penelitian dan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam terkait perbedaan perilaku asertivitas siswa SMA berdasarkan jenis sekolah, pola asuh dan jenis kelamin.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan apakah ada perbedaan asertivitas siswa berdasarkan jenis sekolah, jenis kelamin dan pola asuh orang tua.

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan asertivitas siswa berdasarkan jenis sekolah, jenis kelamin dan pola asuh orang tua.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan ilmu psikologi perkembangan dan pendidikan khususnya tentang masalah asertivitas dikalangan pelajar.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi orang tua dan anak, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya perilaku asertif di kalangan anak, sehingga para orang tua mampu menciptakan lingkungan dan suasana yang mendukung peningkatan dan perkembangan perilaku asertif anak. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan gambaran dan informasi mengenai pentingnya mengembangkan perilaku asertif untuk dapat

menghadapi situasi lingkungan, penyesuaian diri serta kemajuan karier.

- b. Bagi masyarakat secara umum, dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya mengembangkan perilaku asertif bagi kesehatan mental dan juga untuk menjalin hubungan sosial dan relasi yang baik dalam bermasyarakat.