

# Harga Diri dan Perilaku Asertif pada Siswa MTs Negeri 3 Kota Bekasi

Karina Mutiara<sup>1\*</sup>, Sarita Candra Merida<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>) Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Kota Bekasi

\*Penulis Koresponden: Karina Mutiara. Email: karinamutiara50@gmail.com

## Abstrak

Remaja merupakan masa transisi, berinteraksi dan berkomunikasi merupakan hal penting pada masa transisi ini. Perilaku asertif berperan penting dalam hal berinteraksi pada remaja. Harga diri juga berperan dalam perilaku asertif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif pada siswa Mts Negeri 3 Kota Bekasi. Metode yang dipergunakan kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa Mts Negeri 3 Kota Bekasi sebanyak 100 orang dengan menggunakan teknik snowball sampling. Data di analisis dengan menggunakan Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara harga diri dengan perilaku asertif dengan koefisien 0,587 dan  $p = 0,000$ . Saran untuk penelitian selanjutnya agar memperdalam fenomena dan melihat faktor lain yang berkaitan dengan perilaku asertif.

**Kata kunci:** perilaku asertif, harga diri, remaja

## 1. Pendahuluan

Pada masa saat ini berinteraksi dan berkomunikasi merupakan hal penting dan menjadi tuntutan pada masa perkembangan yang harus terpenuhi, tentunya perkembangan secara sosial yang memiliki peranan penting dalam berinteraksi dengan orang lain di luar lingkungan keluarga, dan kebutuhan interaksi dengan kawan sebaya. Remaja yang memiliki kemampuan interaksi yang baik maka biasanya akan mudah mendapatkan teman, dengan berkomunikasi dengan baik dilakukan tanpa adanya perasaan tidak enak yang dapat mempengaruhi emosi (Fatnar & Anam, 2014).

Periode remaja awal ditemui pada sekolah SMP atau Mts. Perbedaan SMP dan Mts hanya di pelajaran saja, Mts lebih mempelajari ilmu-ilmu islam sedangkan SMP mempelajari pelajaran umum. Dilihat pada periode perkembangan remaja yang berada pada masa transisi ketika individu mengalami perubahan psikologis dan fisiologis dari masa kanak-kanak menuju remaja. Pada perkembangan individu rentang usia 12-15 tahun kognitif mulai ikut berkembang, yakni dengan kemampuan berpikir yang abstrak, idealistik dan logis. Secara emosional individu berada pada titik yang tidak stabil. Secara sosial individu mampu menjalin hubungan yang baik dengan kawan sebaya ataupun dengan orang lain (Hurlock, 2002).

Menurut (Wahyuni, 2015) pada remaja terdapat kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain, yakni remaja sulit atau gagal mengungkapkan pendapat dan menyebabkan perilaku yang diinginkannya tidak sesuai dengan kenyataan atau tidak sesuai harapan. Saat individu gagal mengungkapkan pendapat maka ada perasaan tertekan dan merasa memiliki masalah dalam menjalani relasi sosial yang akan mempengaruhi perilaku yang dilakukannya dan berkelanjutan pada masa depannya. Pada kenyataan yang ada masih banyak remaja yang mengalami kesulitan dalam menjalani interaksi dan

berkomunikasi dengan orang lain, yakni orang yang baru dikenal maupun orang yang sudah dikenal sejak lama (Muflih, Hamzah, & Purniawan, 2017).

Pada setiap individu seharusnya dapat secara aktif menyampaikan keinginan yang dimiliki secara jujur, memunculkan perilaku apa adanya serta dapat menolak permintaan orang lain yang akan merugikan. Pada interaksi individu dilihat dapat menolak suatu permintaan tanpa melukai perasaan orang lain dan merasa bersalah (Mahadewi & Fridari, 2014). Individu yang memiliki perilaku asertif biasanya memiliki ciri-ciri mampu mengeskpresikan diri, menolak dan mengatakan ketidaksetujuan, berbicara secara jujur dan apa adanya, memunculkan perilaku sesuai keinginannya (Alberti & Emmons, 2017). Menurut Yasdiananda (2013) yakni kenyataannya saat ini remaja sangat terlihat sulit untuk mengungkapkan keinginan secara jujur, dan mengekspresikan apa yang dipikirkannya dan memunculkan perilaku apa yang dinginkannya membuat remaja memiliki perilaku yang kurang asertif.

Alberti & Emmons (2017) mengatakan bahwa individu yang memiliki perilaku asertif akan mempunyai harga diri yang baik, yakni yakin dengan kemampuan diri sendiri dan menghargai kemampuan orang lain, mampu mengungkapkan pendapat, mampu merhargai moral-moral serta hak-hak yang dimiliki orang lain yang dapat mempermudah sosialisasi dengan orang lain. Menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan hasil evaluasi individu terhadap dirinya sendiri. Evaluasi ini menyatakan bahwa individu tersebut mampu memahami sikap penerimaan dan penolakan, dan percaya seberapa besar individu mampu, berhasil, berarti, dan berharga. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif pada siswa MTs Negeri 3 Kota Bekasi.

## **2. Kajian Literatur**

Menurut Alberti & Emmons (2017) bahwa perilaku asertif dapat membuat kesetaraan dalam hubungan antar manusia. Memungkinkan tiap individu untuk memunculkan perilaku yang berdasarkan perasaan dan menurut kepentingannya sendiri, untuk mengekspresikan perasaan dengan jujur dan menerapkan hak-hak pribadi tanpa menyenta atau menyangkal hak-hak orang lain. Menurut Coopersmith (1967) harga diri merupakan hasil dari evaluasi individu dan kebiasaan memandang terhadap dirinya sendiri yang dieskpresikan pada sikap dirinya sendiri. Evaluasi yang dilakukan ini menyatakan suatu sikap penolakan atau penerimaan dan menunjukkan seberapa besar individu tersebut mampu, berhasil, sukses, berarti dan berharga menurut standar pribadi dirinya.

## **3. Metode**

### **3.1 Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Menurut Arikunto (2006) penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang banyak dituntut menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap angka tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Menurut Periantalo (2016) penelitian korelasional adalah penelitian yang melihat hubungan antara variabel

### **3.2 Identifikasi Variabel-variabel Penelitian**

Variabel Bebas :Harga Diri

Variabel Terikat :Perilaku Asertif

### 3.3 Populasi

Menurut Sugiyono (2013) populasi adalah subjek atau objek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian diambil kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini ditetapkan berdasarkan kriteria tertentu, adapun populasi penelitian ini adalah siswa MTS. Negeri 3 Kota Bekasi yang berjumlah 960 siswa.

### 3.4 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2013). Menurut Periantalo (2016) sampel merupakan bagian dari populasi yang dijadikan subjek dalam pengambilan sampel. Pada penelitian ini teknik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Nonprobability sampling*. Sugiyono (2013) menjelaskan *Nonprobability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan yang sama bagi tiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Sedangkan jenis teknik ini menggunakan *snowball sampling* adalah teknik penentuan sampel yang awalnya berjumlah kecil, kemudian mulai membesar, seperti bola salju yang lama-lama semakin besar. Penelitian menggunakan 100 subjek sebagai sampel.

### 3.5 Instrumen Penelitian

Instrumen merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data demi tujuan tertentu (Periantalo, 2016). Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *likert*. Terdapat dua jenis item dalam skala ini, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Item *favorable* mendukung kontrak yang hendak diungkapkan, sementara item *unfavorable* merupakan negasi dari kontrak yang hendak diungkap. Hal tersebut akan berdampak pada cara pemberian skor.

## 4. Hasil dan Pembahasan

Hasil dari uji korelasi di atas menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar  $r = 0.587^{**}$  dengan taraf signifikansi ( $p$ ) sebesar 0.000 ( $p < 0,05$ ) tanda dua bintang (\*\*). Menunjukkan korelasi mempunyai kemungkinan dua arah. Kemudian nilai positif pada koefisien menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif.

Berdasarkan uji korelasi yang dilakukan antara variabel Perilaku Asertif dan Harga Diri dengan menggunakan teknik *Product Moment Pearson* di temukan koefisien korelasi sebesar 0.587\*\* dengan signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) Nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan dua arah antara kedua variabel tersebut. Maka artinya juga Harga Diri tinggi maka Perilaku Asertif tinggi, begitu pula sebaliknya jika Harga Diri rendah maka Perilaku Asertif juga rendah. Dengan begitu hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif pada siswa Mts Negeri 3 Kota Bekasi.

Hasil korelasi yang signifikan selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Benyamin Obaja Ginting dan Achmad Mujab Masykur dalam jurnal yang berjudul *Hubungan Antara Harga Diri dengan Asertivitas pada Siswa Kelas XI SMA Kesatrian 2 Semarang*. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,582 dengan tingkat signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Signifikansi hubungan diantara kedua variabel menunjukkan bahwa kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini yakni Perilaku Asertif dan Harga Diri bisa digunakan untuk menjelaskan adanya

Harga Diri pada Perilaku Asertif seseroang. Hasil uji kategorisasi Perilaku Asertif yakni dapat dilihat bahwa tidak responden yang memiliki perilaku asertif rendah, responden yang memiliki perilaku asertif sedang berjumlah tujuh 74 orang (74%) dan responden yang memiliki perilaku asertif tinggi berjumlah 26 orang (26%). Hasil uji kategorisasi sedang, berarti subjek dapat berperilaku asertif sesuai pada dimensi menurut Alberti & Emmons (2017) mengekspresikan perasaan, dapat mengungkapkan pendapat, dapat menjalin relasi yang menyetarakan orang lain dengan menerima kekurangan dan kelebihan, berani menolak ajakan, menghargai hak-hak orang lain, dapat dilakukan sesuai kondisi tertentu dan pada orang tertentu, seperti pada orang yang sudah dikenal atau sudah akrab. Hal ini sesuai dengan ciri-ciri remaja menurut Hurlock (2002) yakni perubahan minat dan pola perilaku, penyelesaian masalah yang tidak sesuai dengan keinginannya, perubahan ambivalen terhadap setiap perubahan tetapi secara mental belum ada kesadaran tanggung jawab atas keinginannya sendiri. Pada hasil uji kategorisasi harga diri dapat dilihat bahwa tidak ada subjek yang memiliki harga diri rendah, subjek yang memiliki harga diri sedang berjumlah 69 orang (69%) dan subjek yang memiliki harga diri tinggi berjumlah 31 orang (31%). Hasil kategori harga diri sedang, berarti subjek bersikap sesuai dengan aspek menurut Coopersmith (1967) yakni dapat mengendalikan tingkah laku diri sendiri dan orang lain, penerimaan dari orang lain, taat etika dan agama, keberhasilan individu, dapat muncul sesuai dengan keadaan yang dihadapinya, subjek masih bimbang dan dapat berubah-ubah sesuai dengan ciri-ciri remaja menurut Hurlock (2002) yakni masa remaja sebagai ambang masa dewasa, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai usia bermasalah.

## Rujukan

- Alberti, R., & Emmons, M. (2017). *Your Perfect Right: Assertive and Equality in Your Life and Relationships* (8th ed). Atascadero, CA: Impact Publishers.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman and Company.
- Fatnar, V. N., & Anam, C. (2014). Kemampuan Interaksi Sosial antara Remaja yang Tinggal di Pondok Pesantren dengan yang Tinggal Bersama Keluarga. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(2), 71–75.
- Hurlock, E. B. (2002). *Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Mahadewi, D. P. S., & Fridari, I. G. A. D. (2014). Peran Harga Diri dan Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Asertif Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 134–144.
- Muflih, M., Hamzah, H., & Purniawan, W. A. (2017). Penggunaan Smartphone dan Interaksi Sosial pada Remaja di SMA Negeri 1 Kalasan Sleman Yogyakarta. *Idea Nursing Journal*, 8(1).
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Wahyuni, I. (2015). Penerapan Solution Focused Brief Therapy (Sfbt) untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X IPA 1 SMA Negeri 1 Mojosari. *Jurnal BK UNESA*, (5).
- Yastiananda, E. W. (2013). Hubungan antara self esteem dengan asertivitas pada siswa kelas x SMAN 5 merangin. *Jurnal RAP*, 1(1).