

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja adalah fase di mana seseorang mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, meliputi perubahan dalam tubuh, pikiran, dan interaksi sosial dan emosional (Santrock, 2007). Masa remaja terjadi dari usia 13 hingga 18 tahun. Masa ini dianggap sebagai periode yang krusial karena perubahan yang terjadi pada remaja dapat berdampak signifikan dan mempengaruhi perkembangan individu di masa depan (Hurlock, 2003). Masa remaja dimulai dari mencari jati dirinya dengan mengeksplor lingkungannya sehingga peran sosial dan pertemanannya dipengaruhi dari teman sebaya menjadi semakin besar.

Tahap masa remaja akhir berkisar antara usia 16 sampai 18 tahun. Pada masa remaja akhir ini biasanya mereka ingin memiliki berbagai macam kebebasan untuk menentukan apa yang ingin dilakukannya. Ini sesuai dengan tugas perkembangan remaja menurut Havighurst, yang mencakup proses adaptasi sosial dan pengembangan pola emosi (Hurlock, 2003). Pada saat ini, diharapkan bahwa remaja dapat menjadi individu yang mandiri, mengembangkan pandangan pribadi yang bertanggung jawab, serta membentuk nilai-nilai pribadi yang positif (Sih Utami, 2013).

Pada masa ini remaja sudah mulai untuk berpikir kritis dengan melibatkan dirinya dalam kegiatan dilingkungan masyarakat dan mampu mencapai kematangan emosi yang baik dengan tidak meledakan emosinya dihadapan orang lain melainkan menunggu saat yang lebih tepat dan dengan cara yang lebih diterima sehingga tidak

melukai perasaan orang lain (Hurlock, 2003). Perilaku semacam ini dikenal sebagai perilaku yang asertif. Sedangkan yang ditemukan pada siswa di SMA saat ini adalah siswa yang takut berpendapat dan sulit untuk berinteraksi dengan teman-temannya. Satu hal yang krusial bagi remaja adalah perilaku yang asertif, karena hal ini tidak hanya meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri mereka, tetapi juga membantu mereka untuk menjaga hak-hak mereka tanpa mengabaikan hak orang lain (Parray & Kumar, 2017).

Alberti dan Emmons (Wulandari et al., 2018) menyampaikan bahwa remaja yang dapat bersikap asertif merupakan individu yang dapat berbicara dengan jujur dan tegas dalam menyampaikan perasaannya. Remaja yang menunjukkan sikap asertif cenderung memiliki hubungan sosial yang positif dengan lingkungan sekitarnya. Kemampuan ini membantu mereka berinteraksi dengan baik dan lebih mudah mendapatkan teman tanpa merasa canggung atau terbebani oleh perasaan tidak nyaman. Remaja akan lebih memahami pentingnya menghargai perasaannya sendiri dengan cara memperhatikan perasaan orang lain saat menyampaikan keinginannya, sehingga dapat membangun hubungan yang baik dengan orang-orang di sekitarnya. Perilaku remaja ini biasanya dipengaruhi oleh rasa percaya diri yang positif, yang membuat mereka yakin bahwa apa yang mereka lakukan memiliki nilai yang penting (Nabilah & Rosalina, 2021). Remaja yang bersikap asertif lebih mudah dan berani mengungkapkan pikiran serta perasaannya kepada orang lain, mampu menyelesaikan masalah dengan baik, berani menyuarakan hak-haknya sambil tetap bersikap adil terhadap orang lain, dan lebih efektif dalam menangani konflik (Reskiani, 2021).

Rathus dan Nevid (Wulandari et al., 2018) mengatakan asertif adalah perilaku yang menunjukkan keberanian secara jujur dan terbuka mengungkapkan kebutuhan, perasaan, dan pikiran, melindungi hak pribadi, serta berani menolak permintaan yang tidak masuk akal. (Grace et al., 2023) Perilaku asertif didefinisikan sebagai kemampuan untuk mendorong terbentuknya komunikasi dan percakapan yang harmonis, serta kemampuan mengekspresikan diri secara tepat memungkinkan individu menjalin hubungan interpersonal yang positif dan sehat dengan orang lain. Menurut Galassi (Qurotul, 2010), perilaku asertif dapat dipahami sebagai kemampuan untuk mengekspresikan kebutuhan, pendapat, dan keinginan dengan cara yang jelas dan lugas, tanpa bersifat menekan, atau mengintimidasi orang lain. Perilaku ini merefleksikan usaha mempertahankan hak pribadi, namun tetap memperhatikan serta tidak merugikan hak-hak orang lain. Gallasi juga menguraikan beberapa aspek dalam perilaku asertif, diantaranya adalah kemampuan untuk mengungkapkan perasaan positif seperti pujian dan apresiasi, kemudian mengungkapkan perasaan negatif secara tepat seperti menunjukkan ketidaksetujuan atau rasa kecewanya. Serta melakukan afirmasi diri, yaitu menyatakan pendapat dan keinginan pribadinya dengan percaya diri.

Hasil wawancara yang dilakukan dengan 10 responden di SMAN Arjasa mendapatkan beberapa dari mereka mengatakan kurang mengafirmasi dirinya dalam mengungkapkan keyakinan terhadap potensi dan pendapat pribadinya. Ditunjukkan dengan perilaku seperti memilih diam saat sedang berdiskusi bahkan ketika mereka memiliki ide atau pendapat lain, dan memilih untuk menerima pendapat dari temannya karena mereka masih merasa takut dan ragu dengan dirinya sendiri. Kemudian mereka juga masih malu untuk menyampaikan perasaan

positifnya secara terbuka. Seperti, saat temannya mendapatkan prestasi, hanya sedikit dari mereka yang melakukan wawancara yang berani untuk mengucapkan selamat secara langsung pada temannya tersebut. Mereka juga tidak mau terlibat dalam percakapan dengan temannya. selanjutnya mereka juga belum mampu mengeskpresikan perasaan negatifnya dengan cara yang benar. Mereka lebih banyak memendam seperti diam dan menghindar. Tidak jarang juga mereka melakukan permintaan temannya yang ingin mencontek tugasnya. Mereka juga merasa mudah tersinggung dengan penilaian orang lain terhadap dirinya.

Kenyataannya, banyak remaja yang masih mengalami kesulitan dalam berperilaku asertif dengan baik. Permasalahan yang terjadi pada siswa tersebut merujuk pada konsep yang lebih dekat yaitu pentingnya berperilaku asertif pada siswa. Rathus (1980) mengungkapkan faktor yang mempengaruhi asertif, yaitu jenis kelamin, harga diri (*self-esteem*), budaya, pendidikan, kepribadian, dan lingkungan. Hal ini sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Coopersmith (Qurotul, 2010), bahwa individu dengan harga diri yang tinggi, akan lebih mudah beradaptasi karena individu dapat mengekspresikan dirinya sendiri dengan baik dalam lingkungannya. Dengan begitu, individu mampu untuk berhubungan secara asertif dengan individu lain. *Self-esteem* yang tinggi menunjukkan sikap yang optimis, kemampuan mengatasi permasalahan secara efektif, serta mampu menerima keadaan yang sedang dialami. Individu dengan tingkat *self-esteem* yang baik cenderung lebih percaya diri dan mampu mengambil keputusan dengan tepat. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah cenderung bersikap emosional ketika menerima kritik atas kegagalan mereka, rentan mengalami emosi negatif, seperti rasa malu dalam memperlihatkan kemampuan kepada orang lain, dan memiliki hambatan

dalam mengekspresikan diri secara terbuka, dan selalu merasa salah dalam mengambil keputusan (Grace et al., 2023).

Menurut (Kusumah & Rosiana, 2023) *Self-esteem* adalah penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang terbentuk dari interaksi dengan lingkungannya. Jika lingkungan menghargai individu, maka *self-esteem* yang baik akan terbentuk. Sebaliknya, jika individu dianggap tidak berarti oleh lingkungannya, maka *self-esteem* yang rendah akan berkembang. (Grace et al., 2023). Hal ini diperkuat dengan beberapa temuan penelitian sebelumnya yang meninjau hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada siswa SMA (Grace et al., 2023) yang menjelaskan hubungan yang positif signifikan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif. Selain itu penelitian hubungan *self-esteem* dengan perilaku asertif siswa SMP (Kusumah & Rosiana, 2023) menjelaskan bahwa hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif terbilang rendah. Dalam pendidikan, *self-esteem* sangat penting dalam kehidupan di sekolah. Siswa dengan *self-esteem* positif cenderung menunjukkan kepercayaan dirinya melalui keberanian dalam mengemukakan pendapat serta menyampaikan gagasan baik kepada guru maupun kepada orang lain. Sebaliknya, siswa dengan tingkat *self-esteem* rendah cenderung menunjukkan rasa malu dan kurang percaya diri. Individu dengan *self-esteem* yang rendah biasanya meragukan kemampuan diri sendiri serta merasa takut untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Hasil wawancara yang dilakukan pada siswa SMAN Arjasa Jember mendapatkan hasil dari pernyataan siswa yang merasa ragu dan merasa bahwa pendapatnya tidak penting didalam diskusi tersebut. Hal ini mencerminkan kurangnya rasa penerimaan diri dan dalam lingkungan sosialnya, sehingga

memengaruhi persepsi nilai dirinya yang termasuk kedalam aspek *significance*. Kemudian pernyataan bahwa mereka takut dengan ejekan atau penilaian negatif dari temannya yang membuat mereka merasa tidak memiliki kontrol atas situasi sosial tersebut. Serta mereka juga mengatakan bahwa ketika mereka gagal dalam mendapatkan nilai yang baik akan menganggap dirinya tidak mampu. Ini menunjukkan rendahnya keyakinan terhadap dirinya, yang dapat menghambat motivasi dan kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan. Pernyataan tersebut termasuk dalam aspek *power*.

Penelitian yang mengkaji sejauh mana hubungan *self esteem* dengan perilaku asertif siswa pada tingkat SMA telah banyak digunakan. Namun dalam penelitian ini memiliki perbedaan dari penelitian sebelumnya yaitu menganalisis lebih mendalam mengenai gambaran umum dan kategorisasi perilaku asertif menggunakan skala perilaku asertif dari teori yang berbeda dengan penelitian sebelumnya. Peneliti ini juga penting untuk dilakukan karena dampak yang akan ditimbulkan dari perilaku asertif yang rendah akan berdampak pada perkembangan sosial siswa. Siswa dengan perilaku asertif rendah tidak mudah menyampaikan perasaan dan pikirannya kepada orang lain, tidak mampu dalam berkata jujur, menjaga etika dan dan tidak mampu mengendalikan dirinya (Puspa, 2019). Dampak lain yang terjadi akibat rendahnya perilaku asertif pada remaja adalah kecenderungan melakukan tindakan yang merugikan diri sendiri maupun lingkungannya. Remaja dengan tingkat perilaku asertif yang rendah, cenderung lebih mudah untuk mengikuti keinginan orang lain atau menerima tekanan yang dipaksakan kepadanya. Kondisi tersebut dapat menghambat kemampuan remaja

dalam mengekspresikan diri di lingkungan sosialnya, serta berpotensi memicu munculnya perilaku menyimpang atau kenakalan remaja (Munir, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada siswa di salah satu SMA yang berada di Kota Jember. Temuan dari penelitian ini nantinya akan memberikan implikasi dalam mengembangkan proses belajar mengajar di sekolah dan menjadi sarana untuk meningkatkan kualitas siswa. Selain itu, penelitian ini juga dapat membantu siswa untuk dapat memahami diri sendiri dengan lebih percaya diri, sehingga dapat menjalin komunikasi yang baik dengan orang lain. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam terkait **“Hubungan Antara *Self-esteem* Dengan Perilaku Asertif Siswa di SMAN Arjasa Jember”**.

#### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, “Bagaimana hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada siswa di SMAN Arjasa Jember?”.

#### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *self esteem* dengan perilaku asertif pada siswa SMAN Arjasa Jember.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai, diharapkan penelitian ini memberikan manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Beberapa manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

## 1. Manfaat Teoritis

- a. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam bidang psikologi sosial dan psikologi pendidikan, khususnya terkait pemahaman mengenai hubungan antara *self-esteem* dan perilaku asertif pada siswa.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi positif bagi pengembangan penelitian selanjutnya yang membahas hubungan antara *self-esteem* dan perilaku asertif pada siswa.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa memahami pentingnya memiliki *self esteem* yang sehat agar mampu berperilaku asertif dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam konteks akademik, sosial, maupun pribadi. Siswa juga dapat menyadari pentingnya mengenali dan menghargai nilai diri sendiri tanpa rasa takut dalam mengeskpresikan pikiran dan perasaanya.
- b. Bagi sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang layanan bimbingan dan konseling pengembangan diri yang menekankan peningkatan *self esteem* dan perilaku asertif siswa.

## E. Keaslian Penelitian

Sejumlah penelitian yang menjadi rujukan peneliti dalam menyusun penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Cristy Grace Br Lumbanraja dan Lucy Hariadi (Grace et al., 2023) dalam jurnal yang berjudul “*Self Esteem Ditinjau Dengan Perilaku Asertif Pada Siswa SMAN 9 Bekasi*” yang menyatakan bahwa

terdapat hubungan yang positif signifikan antara *self esteem* dan perilaku asertif pada siswa SMAN 9 Bekasi. Hal ini ditunjukkan dari nilai signifikansi = 0.000 ( $p < 5\%$ ) dan nilai  $r_s = 0.747$  artinya *self esteem* mempengaruhi perilaku asertif siswa SMAN 9 Bekasi. Sehingga semakin tinggi *self esteem*, maka semakin tinggi pula perilaku asertif begitu juga sebaliknya, semakin rendah *self esteem*, maka semakin rendah juga perilaku asertifnya. Kemudian dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa jenis kelamin mempengaruhi perilaku asertif siswa. Hasil yang didapat yaitu perilaku asertif 0.043 ( $p < 5\%$ ) jadi perempuan memiliki perilaku asertif yang lebih tinggi sebesar 154.73 daripada laki-laki yaitu 134.75, begitu juga *self esteem* yang hasilnya adalah 0.17 ( $p < 5\%$ ), perempuan memiliki *self esteem* sebesar 156.37 dibanding laki-laki sebesar 132.85.

2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Afwa Azkury Kusumah dan Dewi Rosiana (Kusumah & Rosiana, 2023) dalam jurnal yang berjudul “Hubungan Antara *Self Esteem* Dengan Perilaku Asertif Siswa SMP di Kabupaten Cianjur” yang menyatakan bahwa terdapat hubungan *self esteem* dan perilaku asertif pada siswa SMP di Kabupaten Cianjur ini termasuk ke dalam korelasi yang sedang. Pada data frekuensi *self esteem* termasuk kategori sedang dengan presentase 86% dengan banyaknya subjek yang mempunyai nilai *self esteem* pada kategori sedang sebesar 231 orang. Pada data frekuensi perilaku asertif terbilang rendah dengan presentase 14% dengan banyaknya subjek yang memiliki perilaku asertif rendah sebanyak 37 orang.
3. Penelitian mengenai perilaku asertif pada siswa SMA pernah dilakukan sebelumnya oleh Rofifah Nabilah dan Elvin Rosalina (Nabilah & Rosalina,

2021) yang berjudul “Hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif pada remaja di SMA Negeri 5 Kota Jambi”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self esteem* dengan perilaku asertif pada siswa SMA di Kota Jambi. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara harga diri dengan perilaku asertif ( $r = 0.620$ ;  $p < 0,01$ ). Harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 38,4% terhadap perilaku asertif, sedangkan 61,6% dipengaruhi oleh faktor lain. Hasil ini menunjukkan bahwa harga diri merupakan salah satu sumber dalam diri remaja untuk meningkatkan perilaku asertif remaja tersebut.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Reskiani (2021) dalam penelitian yang berjudul “pengaruh *self esteem* terhadap perilaku asertif mahasiswa di Kota Makassar” yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self esteem* terhadap perilaku asertif pada mahasiswa di Kota Makassar. Hasil penelitian menunjukkan tidak adanya pengaruh *self esteem* terhadap perilaku asertif pada mahasiswa. Pengumpulan data menggunakan skala *self esteem* berdasarkan teori Heatherton & Polivy dengan nilai reliabilitas 0.85 dan skala perilaku asertif berdasarkan teori Erickson & Noona dengan nilai reliabilitas 0.742. Kebaharuan dari penelitian ini ialah pada teori variabel penelitian dan subjek penelitian. Subjek penelitian yang terlibat dalam penelitian di atas adalah mahasiswa sedangkan dalam penelitian ini subjek yang digunakan adalah siswa SMA.