

BAB I

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu modal dasar sekaligus aset berharga yang bisa dimiliki seseorang. Selain itu, pendidikan memiliki peranan yang sangat penting dan berpengaruh dalam mempertahankan serta memajukan suatu negara. Salah satu fungsi esensial pendidikan terhadap negara ialah mempersiapkan sumber daya manusia dengan kualitas dan intelektual yang tinggi, contohnya ialah mahasiswa (Agustiani, 2009).

Umumnya, mahasiswa diartikan sebagai individu yang melakukan kegiatan menimba ilmu di suatu perguruan tinggi, baik berbentuk universitas, institut, sekolah tinggi, politeknik maupun akademi. Kompleksnya, mahasiswa dapat diartikan sebagai pelajar dengan tingkat tertinggi di dunia pendidikan yang mempunyai kemampuan intelektual, sosial, dan kemampuan psikologis dalam melaksanakan tugas dan fungsinya serta memiliki tanggung jawab yang jauh lebih besar (Sirait, 2016).

Tanggung jawab yang dimaksudkan sejatinya tidak hanya secara akademik saja melainkan mahasiswa juga diminta untuk kritis akan perkembangan sosial yang sedang berlangsung, turut serta menjadi pengontrol kebijakan yang ditetapkan pemerintahan terhadap masyarakat, serta menjadi contoh yang baik. Namun kenyataannya, masih banyak mahasiswa yang hingga kini belum mampu untuk bersikap kritis dalam menjalankan kesehariannya. Masih banyak mahasiswa yang merasa kurang mempunyai kemampuan untuk menentukan pilihan serta bingung bagaimana seharusnya bertingkah laku. Selain itu, sebagian mahasiswa merasa minimnya keterampilan yang dimiliki untuk melaksanakan apa yang telah dipilih serta tetap bertahan pada pilihan saat menerima kritikan maupun hambatan dari pihak lain (Lange & Jakubowski dalam Saputri, 2019).

Berdasarkan hasil wawancara singkat yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa stambuk 2018 Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia, subjek yang berinisial ST menyatakan kesulitan untuk menyampaikan pilihannya seperti ajakan teman untuk nongkrong. Meskipun secara personal ST lebih memilih untuk tidak ikut nongkrong, namun ST enggan dan malu untuk menyampaikan pilihannya tersebut. Hal ini dikarenakan ST takut akan diejek dan dijauhi oleh teman-temannya.

Seperti kasus yang terjadi pada tahun lalu, salah satu komedian Indonesia yang bernama Tri Retno Prayudati atau yang akrab disapa sebagai Nunung ditangkap karena penyalahgunaan obat-obatan terlarang. Dalam wawancara yang dilakukan oleh Nunung dengan Liputan6.com (26/7), Nunung menyatakan bahwa dirinya terjerumus dalam penyalahgunaan obat-obatan terlarang dikarenakan adanya ajakan teman (www.liputan6.com).

Pada kasus lain, seorang pelajar SMP di Kota Serang yang berinisial H ikut aksi unjuk rasa karena ajakan teman. Siswa SMP kelas VII tersebut diajak oleh temannya untuk ikut dalam aksi unjuk rasa di depan kantor Gubernur Banten dalam rangka menolak pengesahan Undang-Undang Cipta Kerja. H terpaksa mengikuti aksi unjuk rasa pada hari Kamis (8/10) tersebut dikarenakan adanya ancaman akan dipukuli, dijauhi hingga dihabisi nyawanya (www.kompas.com).

Berdasarkan kasus yang telah dipaparkan sebelumnya, terlihat dengan jelas bahwa salah satu hal yang sering sekali menjadi permasalahan yaitu masalah yang berkaitan dengan asertivitas seperti sulit untuk menolak ajakan teman.

Alberti dan Emmons (2017) menyatakan bahwa asertivitas merupakan suatu bentuk kemampuan yang dilakukan untuk mengkomunikasikan akan apa yang diinginkan, dirasakan, dan juga dipikirkan kepada lawan interaksi namun dalam syarat tetap menjaga dan menghargai hak serta perasaan pribadi dan pihak lain. Senada dengan itu, Lange dan Jakubowski (dalam Saputri, 2019) mendefinisikan asertivitas sebagai suatu bentuk tingkah laku yang berhubungan dengan interpersonal dengan melibatkan kemampuan dalam mengekspresikan baik pikiran, perasaan, dan keyakinan secara jujur, tepat, langsung, serta tetap menghormati dan menghargai hak asasi orang lain.

Berperilaku asertif tentunya tidak semudah yang dibayangkan. Hingga kini masih banyak mahasiswa yang merasa enggan untuk berperilaku secara asertif. Faktanya, keengganannya tersebut muncul dikarenakan adanya rasa takut dalam diri mahasiswa. Rasa takut tersebut berupa takut menjadi penyebab munculnya rasa kecewa orang lain, takut dijauhi, tidak disukai, hingga tidak lagi diterima dalam pergaulan. Alasan-alasan inilah yang selanjutnya dipergunakan untuk menjaga maupun mempertahankan kelangsungan suatu hubungan dengan pihak lain. Selain itu, alasan lain yang paling sering dipergunakan ialah takut memunculkan rasa sakit hati. Nyatanya, apabila seseorang sering bersikap tidak asertif, seperti enggan untuk menyatakan perbedaan dalam berpendapat atau memendam perasaan sendiri, maka keberlangsungan suatu hubungan lebih mudah terancam dikarenakan munculnya perasaan seakan-akan dimanfaatkan oleh salah satu pihak (Marini dalam Krisnawati, 2018).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi asertivitas menurut Alberti dan Emmons (2017) ialah harga diri (*self-esteem*). Di dalam faktor harga diri secara tersirat terdapat istilah yang disebut sebagai konsep diri. Konsep diri merupakan salah satu faktor yang esensial dalam pembentukan asertivitas seseorang (Anfajaya & Indrawati, 2016).

Menurut Zulkarnain, Asmara, dan Sutatminingsih (2020), konsep diri merupakan suatu konsep yang bersifat pusat (*central construct*) yang mana dapat dipergunakan untuk memahami manusia baik dari tingkah laku, interaksi dengan diri sendiri, interaksi dengan orang disekitar maupun lingkungan nyata yang

berada disekitarnya dan tingkah lakunya serta merupakan suatu hal yang dipelajari manusia melalui interaksi yang terjalin baik terhadap dirinya sendiri, orang lain, maupun lingkungan nyata di sekitarnya.

Senada dengan teori sebelumnya, Riswandi (dalam Widiarti, 2017) mengemukakan bahwa konsep diri ialah suatu bentuk pemahaman akan diri sendiri yang diperoleh melalui interaksi yang dilakukan dengan orang lain. Ringkasnya, konsep diri adalah suatu pandangan dan perasaan baik secara psikologis, fisik maupun sosial terhadap dirinya sendiri. Konsep diri sendiri merupakan faktor penentu dalam berkomunikasi dengan orang lain. Konsep diri yang bersifat positif sangat diperlukan terlebih lagi pada mahasiswa. Hal ini berguna untuk membentuk sikap asertif agar mahasiswa mampu melakukan interaksi sosial yang lebih sehat baik di lingkungan sekitar maupun menghadapi kuatnya pengaruh yang tidak baik dari teman sebaya.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Anfajaya dan Indrawati (2016) dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara konsep diri dengan perilaku asertif. Semakin positif konsep diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi perilaku asertif pada mahasiswa organisatoris. Sebaliknya, semakin negatif konsep diri, maka semakin rendah pula perilaku asertif pada mahasiswa organisatoris.

Konsep diri adalah suatu penilaian mengenai diri sendiri yang terdiri dari beberapa aspek seperti aspek fisik, aspek psikis, aspek sosial, aspek emosional, aspek aspirasi, dan aspek prestasi. Konsep diri dari aspek emosional merupakan gambaran tentang kemampuan mengontrol emosi, seperti marah, sedih, atau riang-gembira, mendendam, dan lain-lain (Hurlock, 1996). Kemampuan ini merupakan salah satu bentuk dari kecerdasan emosi. Salah satu bagian dalam kecerdasan emosi yang dapat berkembang dan dilatih ialah regulasi emosi (Goleman, 2018).

Regulasi emosi merupakan suatu proses yang sangat kompleks dimana proses tersebut memiliki tanggung jawab dalam mengawali, menghambat maupun menyesuaikan emosi seseorang ketika dihadapi berbagai situasi. Regulasi emosi juga dapat diartikan sebagai pembentuk dan pengekspresian emosi seseorang. Oleh sebab itu, regulasi emosi memiliki hubungan dengan bagaimana pengontrolan emosi, bukan bagaimana emosi yang melakukan pengontrolan (Gross, 2014).

Individu yang memiliki regulasi emosi yang baik tentunya dapat berperilaku dengan benar dan mendatangkan keuntungan baik bagi dirinya maupun orang disekitarnya, seperti halnya bersahabat, berbagi, mampu bekerja sama, saling tolong menolong, dan lainnya. Akan tetapi, lain halnya dengan individu dengan regulasi emosi yang buruk. Regulasi emosi yang buruk dapat menyebabkan kerugian tidak hanya pada dirinya melainkan pada lingkungan

sekitar juga. Hal ini dikarenakan ketidakmampuan individu dalam mengontrol emosi yang dirasakan dan menangkap kejadian apa yang sedang dialami sehingga individu tersebut sulit untuk melakukan modifikasi emosi dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami (Roberton, Daffern & Bucks dalam Yusuf & Kristiana, 2017).

Senada dengan pendapat sebelumnya, Ayu (2020) menyatakan bahwa individu dengan regulasi emosi yang baik pastinya melakukan sesuatu yang sifatnya positif dalam hidupnya. Sehingga, apabila terjadi hal yang tidak sesuai dengan ekspektasinya, individu akan menerima dan menghargai bukan untuk menyalahkan diri sendiri.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Silaen dan Dewi (2015) dapat diketahui bahwa adanya hubungan yang positif antara regulasi emosi dengan asertivitas. Semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi asertivitas yang dimiliki siswa, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah asertivitas yang dimiliki siswa.

Dari pemaparan di atas terlihat bahwa adanya hubungan keterkaitan antara konsep diri dengan asertivitas. Selain itu, dalam konsep diri terdapat bagian yang disebut sebagai regulasi emosi yang juga memiliki hubungan keterkaitan dengan asertivitas. Hubungan keterkaitan ini didukung oleh penelitian yang pernah dilakukan oleh Ayu (2020) bahwa konsep diri dan regulasi emosi berpengaruh terhadap asertivitas pada mahasiswa. Mahasiswa dengan konsep diri yang baik akan memiliki asertivitas yang baik. Dengan memiliki sikap asertivitas yang baik, maka besar kemungkinan mahasiswa akan mampu meregulasi emosinya dengan baik juga.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Asertivitas ditinjau dari Konsep Diri dan Regulasi Emosi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia” dengan hipotesis yang diajukan yaitu hipotesis mayor adalah terdapat hubungan antara konsep diri dan regulasi emosi terhadap asertivitas. Hipotesis minor pertama adalah terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan asertivitas, dengan asumsi semakin positif konsep diri maka semakin tinggi asertivitas, sebaliknya semakin negatif konsep diri maka semakin rendah asertivitas. Hipotesis minor kedua adalah terdapat hubungan positif antara regulasi emosi terhadap asertivitas, dengan asumsi semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi asertivitas, dan sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah asertivitas.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, apakah ada hubungan antara konsep diri dan regulasi emosi terhadap asertivitas pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia?

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dan seberapa besar sumbangan antara konsep diri dan regulasi emosi terhadap asertivitas pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka penelitian ini mempunyai manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini diantaranya adalah manfaat teoritis diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat menambah wawasan bagi ilmuwan psikologi, khususnya psikologi kepribadian dan psikologi pendidikan. Manfaat praktis bagi mahasiswa dapat meningkatkan asertivitas dengan membentuk konsep diri yang positif dan meningkatkan kemampuan regulasi emosi dengan baik, serta manfaat praktis bagi fakultas dapat memberikan informasi akan asertivitas mahasiswa yang ditinjau dari konsep diri dan regulasi emosi guna dijadikan sebagai bahan pertimbangan fakultas untuk meningkatkan asertivitas mahasiswa.