

BAB I

Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya, manusia merupakan makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain. Abraham Maslow seorang pelopor aliran humanistik dalam teorinya *Hierarchy of Needs* atau Hirarki Kebutuhan Manusia menyatakan bahwa setelah terpenuhinya kebutuhan fisiologis dan rasa aman, maka manusia akan mulai memenuhi kebutuhannya akan rasa ingin memiliki dan dicintai. Ketika mencapai masa pubertas yaitu pada usia 11-20 tahun dan seterusnya, rasa suka dengan lawan jenis sudah mulai bisa dirasakan. Tak heran jika individu yang telah beranjak remaja dan sudah terpenuhi kebutuhan dasarnya akan mulai memenuhi keinginan untuk rasa sayang dengan menjalin hubungan romantis (berpacaran).

Hubungan romantis tidak selamanya mengenai peristiwa mencintai dan dicintai. Sejatinya, hubungan romantis yang baik dan terarah adalah hubungan yang saling memberi dukungan, menyayangi, menjaga, saling melindungi dan memiliki kebebasan berpendapat. Namun, tidak jarang hubungan pacaran diwarnai dengan peristiwa kekerasan yang berujung pada penurunan harga diri yang paling banyak dialami oleh perempuan. Menurut Burandt dkk., (dalam Muray, 2007) kekerasan dalam pacaran adalah suatu perilaku paksaan untuk bisa mengontrol dan mempunyai kekuatan atas pasangan. Perempuan menjadi sebagian besar korban tindak kekerasan dalam pacaran. Dalam hal ini, bisa disimpulkan bahwa perempuan dalam relasi pacaran memiliki *bargaining position* serta *power* yang lemah, yang membuat perempuan kesulitan menegosiasikan kepentingannya kepada pasangan dan lebih memilih melakukan tindakan permisif dengan mentoleransi pengalaman terkait tindak kekerasan.

Subyek dalam penelitian ini yaitu siswi-siswi SMA Global Prima Medan dalam hubungan romantisnya sering terjadi kekerasan. Hal ini dibuktikan melalui survei sementara melalui wawancara secara *online*. Menurut pengakuan subyek, bahwa pasangannya tidak memperbolehkan dirinya keluar bersama dengan teman-temannya

kecuali sesama perempuan, dan pasangannya akan marah jika dia melanggar hal tersebut. Wawancara berikutnya pada subyek yang lain, mengakui sewaktu bertengkar pasangannya kesulitan menahan amarah hingga dapat melempar/membanting barang disekitar dan menampar subyek. Subyek ingin melawan, namun ia takut akan ditinggalkan pasangannya.

Di tahun 2019 CATAHU Komnas Perempuan mencatat berdasarkan laporan kekerasan dalam lingkup privat/personal yang diterima mitra penyedia layanan, dilansir dari (www.komnasperempuan.go.id), terdapat peningkatan pada angka kekerasan yang cukup besar yaitu sebanyak 2.073 kasus. Pelaku kekerasan seksual tertinggi pada temuan CATAHU, berada pada lingkup privat/personal seperti pacar, yakni sebanyak 1.670 orang. Hasil survei sementara pada subyek penelitian dan data yang bersumber dari CATAHU Komnas Perempuan di atas cukup menjelaskan bahwa banyaknya kasus kekerasan yang dialami oleh perempuan yang dimulai dari usia remaja. Kekerasan yang dialami perempuan sejak dini ini berpotensi menyebabkan rusaknya dan rendahnya *self esteem* dalam diri mereka.

Coopersmith (dalam Mruk, 2006) menyatakan “harga diri (*self esteem*) adalah saat individu melakukan evaluasi yakni kebiasaan memandang diri sendiri terutama mengenai sikap penerimaan dan indikasi atas seberapa besar kepercayaan individu menilai dirinya dalam perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya”. Johnson (dalam Sveningson, 2012) menyatakan “*self esteem* merupakan evaluasi seseorang dalam menilai dirinya sendiri, yakni seberapa puas seseorang dengan dirinya sendiri”. Coopersmith (dalam Mruk, 2006) menyatakan “*self esteem* sendiri terbagi menjadi empat aspek yakni; Kekuatan (*Power*), Keberartian (*Significance*), Kebajikan (*Virtue*), serta Kemampuan (*Competence*)”. Menurut Coopersmith (dalam Mruk, 2006), *self esteem* terbagi menjadi dua kategori yaitu harga diri rendah dan harga diri tinggi. Individu yang mendapatkan penerimaan dan penghargaan positif akan memiliki harga diri tinggi sehingga merasa bahwa diri sangat berharga, percaya diri, merasa hidup penuh dengan kebahagiaan, dan begitu pula sebaliknya. Individu yang tergolong memiliki harga diri rendah akan merasa depresi, stres, cemas, dan merasa kesepian. Individu

yang memiliki harga diri rendah akan berusaha dengan berbagai tindakan untuk memenuhi kebutuhan harga diri dibandingkan dengan individu yang memiliki harga diri tinggi.

Melihat fenomena yang terjadi dan semakin banyaknya remaja perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran yang berefek pada penurunan *self esteem*, maka peneliti ingin memberi solusi terhadap masalah terkait. Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk membantu peningkatan *self esteem* adalah dengan memberikan pelatihan asertif. Willis dan Daisley (1995) menyatakan “asertif merupakan kemampuan untuk mengekspresikan emosi, mempertahankan interaksi dengan orang lain secara jujur, bertanggung jawab dan bebas dari rasa cemas”. Latipun (2003) mengungkapkan “pelatihan asertif merupakan suatu proses untuk membantu seseorang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan mengatakan kata “tidak”, kesulitan mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya”. Tegas dalam menanyakan apa alasan orang saat memberikan penilaian buruk tentang dirinya adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang yang asertif. Pada saat seseorang merasa berani dan merasa berhak mengetahui alasan tersebut, maka pada saat itulah penilaian ia tentang dirinya akan meningkat atau terjadi kenaikan harga diri (*increase of self esteem*).

Alberti dan Emmons (dalam Rizki, dkk., 2015) menyebutkan ada lima aspek-aspek asertivitas yaitu aspek bertindak sesuai dengan keinginan sendiri, aspek kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, aspek kemampuan untuk mempertahankan diri, aspek kemampuan untuk menyatakan pendapat, dan aspek perhatian terhadap hak-hak orang lain.

Terkait dengan keterbaruan penelitian ini dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya mengenai pelatihan asertivitas terhadap *self esteem*, seperti pada pelaksanaan penelitian oleh Audina, dkk., (2019) berjudul “Efektivitas Teknik Latihan Asertif untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Siswa MTsN 2 Aceh Besar”, menyatakan bahwa adanya pengaruh latihan asertif akan membuat seorang siswa mampu menolak apa yang tidak sesuai dengan dirinya yang berimbas pada meningkatnya *self esteem* siswa. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang

sejalan antara asertivitas terhadap *self esteem*. Perbedaannya dengan penelitian yang akan kami lakukan terletak pada perbedaan pemilihan latar belakang subjek penelitian, di mana penelitian yang dilakukan oleh Audina, dkk., (2019) menggunakan subjek dengan latar belakang siswa yang kesulitan menghadapi keseharian di sekolah akibat rendahnya *self esteem*, sedangkan latar belakang subjek dalam penelitian ini yaitu siswi-siswi yang mengalami kekerasan dalam hubungan romantis.

Selanjutnya penelitian oleh Rohmawati dan Christiana (2018) dengan judul penelitian “Latihan Asertif untuk Meningkatkan *Self Esteem* Korban *Cyberbullying* pada Siswa”, perbedaan yang jelas terdapat pada latar belakang subjek penelitian yang berbeda dimana penelitian sebelumnya menggunakan subjek dengan latar belakang *cyberbullying* sedangkan penelitian ini menggunakan latar belakang remaja yang mengalami kekerasan dalam hubungan pacaran. Selain itu perbedaan lainnya terletak pada desain penelitian yang digunakan oleh Rohmawati dan Christiana (2018), yaitu pre-experimental dengan bentuk rancangan *one-group pretest-posttest design* sedangkan desain yang akan kami gunakan yaitu *quasi experimental* dengan bentuk *rancangan nonequivalent control group design*.

Pada penelitian lain oleh Ristiani, dkk., (2017) dengan judul penelitian “Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan *Self Esteem* Remaja Putri yang Mengalami Kecenderungan Kekerasan dalam Berpacaran”, terdapat kemiripan judul dengan riset yang dilakukan dengan peneliti. Perbedaannya terletak pada desain eksperimen yang hanya diberikan kepada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding (*One-Group Pretest-Posttest Design*). Adapun pada penelitian ini menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagai pembanding (*Nonequivalent Control Group Design*).

Dari penelitian-penelitian sebelumnya yang telah di paparkan, dapat terlihat letak keterbaruan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti, yaitu menggunakan desain eksperimen ‘*Nonequivalent Control Group Design*’ dan peneliti mengembangkan dari hasil penelitian sebelumnya untuk menjadikan pelatihan asertif sebagai sebuah pelatihan yang difokuskan pada remaja perempuan dengan *self*

esteem yang rendah akibat kekerasan dalam hubungan pacaran.

Hipotesa dalam penelitian ini ada dua, yaitu 1) Diperoleh hasil yang berbeda antara *pretest* dengan *posttest* setelah diberikan pelatihan asertif pada kelompok eksperimen, dengan asumsi bahwa *self esteem* akan meningkat setelah diberikan pelatihan asertif dibandingkan sebelum diberikan pelatihan. 2) Ada perbedaan *self esteem* pada kelompok eksperimen yang telah diberikan pelatihan asertif dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan asertif, dengan asumsi bahwa tingkat *self esteem* pada kelompok eksperimen akan meningkat daripada *self esteem* pada kelompok yang tidak diberikan pelatihan. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan *Self Esteem* Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Siswi-siswi SMA Global Prima Medan”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan *Self Esteem* Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Siswi-siswi SMA Global Prima Medan”.

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangsih kepada ilmu Psikologi pada umumnya, Psikologi Sosial pada khususnya. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi ilmu pengetahuan dan referensi bagi panneliti lain yang ingin meneliti tentang penelitian sejenis dan juga dapat membuka wawasan baru bagi para ilmuwan Psikologi. Manfaat bagi siswi diharapkan dapat menyadari pentingnya *self esteem* karena manfaatnya sebagai pertahanan atau pencegahan dari perilaku negatif sehingga para siswi bisa lebih menghargai diri sendiri terlepas dari segala kekurangan yang dimilikinya. Manfaat bagi sekolah diharapkan mampu menjadi sarana untuk memberi masukan kepada guru/konselor di sekolah SMA Global Prima Medan untuk mengetahui permasalahan *self esteem* yang dialami siswi yang sedang berpacaran.