

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Asertivitas

1. Pengertian Asertivitas

Perilaku asertif merupakan perilaku mengekspresikan apa yang diyakini atau dirasakan dimana sebelum terbentuknya perilaku asertif, individu memiliki asertivitas.

Jakubowski and Lange (1998) mengatakan “*Standing up for your rights and expressing what you believe, feel, want in direct honest appropriate ways that respect the rights of the other person*”, pada definisi tersebut menyatakan bahwa tingkah laku asertif adalah perilaku mempertahankan hak-hak pribadi dan mengekspresikan apa yang diyakini, rasakan, dan inginkan secara langsung dan jujur dengan cara yang sesuai yang menunjukkan penghargaan terhadap hak-hak orang lain.

Sementara itu Emmons dan Alberti (dalam Syafriadi, 2011) mengatakan bahwa asertivitas adalah kemampuan untuk membela diri sendiri tanpa kecemasan yang tidak semestinya, untuk mengekspresikan peran dengan jujur dan nyaman untuk menerapkan hak-hak pribadi tanpa menyangkali hak-hak orang lain.

Galassi & Galassi (1977) menyatakan asertivitas sebagai kemampuan individu untuk mengungkapkan perasaan, preferensi, kebutuhan, atau opini secara langsung dan jujur antar individual dan mampu mempertahankan hak diri tanpa mengancam hak orang lain.

Rathus & Nevid (1983) perilaku asertif ditunjukkan dengan menyampaikan pikiran, keinginan, perasaan secara jujur dan apa adanya, mampu mempertahankan hak pribadi dan menghargai hak dan perasaan oranglain, serta mampu menolak tekanan dari luar seperti figure otoritas dan standart yang berlaku pada suatu kelompok.

Menurut Rini (dalam Rosita, 2007) asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Dalam bersikap asertif, seseorang dituntut untuk jujur dalam mengekspresikan perasaan, pendapat dan kebutuhan secara proporsional tanpa ada maksud untuk memanipulasi, memanfaatkan atau merugikan orang lain.

Menurut Rim & Master (dalam Rakos, 1991) asertivitas dimunculkan dalam perilaku jujur dan cenderung mengekspresikan pikiran dan perasaan dengan terus terang, dapat diterima secara sosial dimana perasaan dan kesejahteraan orang lain diperhitungkan.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa asertivitas adalah kemampuan untuk mengungkapkan apa yang dirasakan, diyakini, dibutuhkan atau opini secara langsung dan jujur antar individu, serta mempertahankan hak pribadi dan menghargai hak dan perasaan seseorang tanpa kecemasan yang tidak semestinya.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Asertivitas

Menurut Rathus (1983) munculnya asertivitas karena adanya penghargaan diri (*self esteem*) yang positif terhadap diri yang dapat menumbuhkan keyakinan bahwa apa yang dilakukan itu sangat berharga dan apa yang diharapkan dapat dipenuhi dengan cara mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki, apabila tidak asertif justru tidak mampu mengungkapkan pikiran, perasaan dan keyakinan akan diri karena cenderung tidak mampu keluar dari masalah.

Rathus dan Nevid (1983) mengatakan bahwa *self-esteem*, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, dan situasi lingkungan sekitarnya juga merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku asertivitas seseorang.

- a. *Self esteem*. Dijelaskan pada faktor *self-esteem* bahwa orang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi memiliki kekhawatiran sosial yang rendah sehingga dapat mengungkapkan pendapat dan perasaannya tanpa menyakiti oranglain.
- b. Kebudayaan. Pada faktor kebudayaan mengatur batas-batas perilaku yang sesuai dengan usia, jenis kelamin, dan status sosial seseorang.
- c. Tingkat pendidikan. Pada faktor tingkat pendidikan, seseorang yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi berarti memiliki wawasan yang luas pula, sehingga mereka dapat mengembangkan diri mereka agar lebih terbuka.
- d. Tipe kepribadian. Faktor tipe kepribadian menjelaskan bahwa tipe kepribadian tertentu akan mempengaruhi perilakunya dalam menghadapi suatu situasi, jadi setiap individu akan memberikan respon yang berbeda dalam situasi yang sama akibat adanya perbedaan dalam tipe kepribadian mereka.

Ada beberapa teori Tipe Kepribadian, salah satunya adalah tipology. Dalam Tipology, juga terdapat beberapa teori menurut para ahli, salah satunya adalah Eysenck. Menurut Eysenck (dalam Asterina,2012) kepribadian adalah jumlah total dari actual atau potensial organisme yang ditentukan oleh hereditas dan lingkungan yang berawal dan berkembang melalui interaksi fungsional dari faktor-faktor utama yang terdiri dari kognitif (*intelegensi*), sektor konatif (*character*), sektor afeksi (*temperament*), dan sektor somatik (*constitution*). Tipe kepribadian ada 2, yaitu introvert dan ekstrovert. Eysenck juga mengemukakan bahwa tipe kepribadian introvert dan ekstrovert menggambarkan keunikan individu dalam bertingkah laku terhadap stimulus sebagai perwujudan karakter, tempramen, fisik, dan intelektual individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Eysenck (dalam Asterina,2012) juga menegaskan bahwa individu dengan kepribadian ekstrovert cenderung mampu mengekspresikan perasaannya dengan lebih bebas, tidak perlu merasa takut terhadap akibatnya, dan berani bertanggungjawab atas apa yang dilakukannya. Sedangkan tipe kepribadian introvert, yakni sulit bergaul, statis, pasif, ragu, taat aturan, sedih, minus, lemah, dan penakut. Individu dengan tipe kepribadian ini cenderung tertutup, susah mengungkapkan apa yang diinginkannya, dan takut menanggung akibat atas perbuatannya.

Individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert cenderung untuk selalu memusatkan perhatiannya ke dunia luar, berani mengungkapkan keinginan, dan cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya secara aktif dan ramah. Hal-hal tersebut pastinya membutuhkan perilaku-perilaku yang berhubungan dengan orang

lain, seperti mengungkapkan pendapat, mengungkapkan pujian, rasa terimakasih, penolakan, dan lain sebagainya.

Sedangkan individu yang memiliki tipe kepribadian introvert cenderung pendiam, menjauhkan diri dengan kejadian-kejadian luar, tidak mau terlibat dalam dunia objektif, tidak senang berada ditengah orang banyak, merasa kesepian, dan kehilangan di tengah kerumunan orang banyak. Mereka berfikir semakin banyak orang semakin banyak pula daya tolaknya. Tentunya kondisi ini akan ditunjang dengan perilaku-perilaku yang tidak membutuhkan banyak interaksi dengan orang lain. Mereka akan cenderung menutup diri dan memilih untuk tidak mengungkapkan apa yang mereka ingin sampaikan (Asterina, 2012).

Menurut Jung (dalam Alwilsol, 2009), ada dua aspek kepribadian yang beroperasi di tingkat sadar dan tidak sadar, yakni *attitude* (introversion & ekstraversion). Sikap introversi mengarahkan pribadi ke pengalaman subyektif, memusatkan diri pada dunia dalam dan privat dimana realita hadir dalam bentuk amatan, cenderung menyendiri, pendiam, tidak ramah, bahkan antisosial. Sikap ekstraversi mengarah pribadi ke pengalaman obyektif, memusatkan dunianya ke dunia luar alih-alih berfikir mengenai persepsinya, cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya, aktif, dan ramah.

- e. Situasi dan lingkungan sekitar. Faktor situasi dan lingkungan sekitar menyebutkan bahwa dalam berperilaku individu akan melihat situasi dan lingkungan sekitarnya.

3. Terbentuknya Asertivitas

Menurut Rakos (1991) pada anak kecil perilaku asertivitas belum terbentuk. Struktur kognitif belum memungkinkan mereka untuk dapat mengkomunikasikan keinginan mereka dengan baik dan jelas. Namun pada masa remaja perilaku ini mulai berkembang seiring meningkatnya kemampuan kognitif individu.

Santosa (1991) berpendapat bahwa pada anak kecil perilaku asertivitas belum terbentuk. Struktur kognitif yang ada belum memungkinkan mereka untuk menyatakan apa yang diinginkan dengan bahasa verbal yang baik dan jelas. Sebagian dari mereka bersifat pemalu dan pendiam sedangkan yang lain justru bersifat agresif dalam menyatakan keinginannya. Pada masa remaja dan dewasa perilaku asertivitas menjadi lebih berkembang sedangkan pada usia tua tidak begitu jelas perkembangan atau penurunannya.

4. Aspek-Aspek Asertivitas

Rathus dan Nevid (1983) mengemukakan 10 aspek dari asertivitas, yaitu:

- a. Bicara asertif. Tingkah laku ini dibagi menjadi 2 macam, yaitu *rectifying statement* (mengemukakan hak-hak dan berusaha mencapai tujuan tertentu dalam suatu situasi) dan *commendatory statement* (memberikan pujian untuk menghargai orang lain dan memberi umpan balik yang positif).
- b. Kemampuan mengungkapkan perasaan. Mengungkapkan perasaan kepada orang lain dan mengungkapkan perasaan dengan suatu tingkat spontanitas yang tidak berlebihan.

- c. Menyapa atau memberi salam kepada orang lain. Menyapa atau memberi salam kepada orang-orang yang ingin ditemui, termasuk orang baru dikenal dan membuat suatu pembicaraan.
- d. Ketidak sepakatan. Menampilkan cara yang efektif dan jujur untuk menyatakan rasa tidak setuju.
- e. Menanyakan alasan. Menanyakan alasannya bila diminta untuk melakukan sesuatu, tetapi tidak langsung menyanggupi atau menolak begitu saja.
- f. Berbicara mengenai diri sendiri. Membicarakan diri sendiri mengenai pengalaman-pengalaman dengan cara yang menarik, dan merasa yakin bahwa orang akan lebih berespon terhadap perilakunya daripada menunjukkan perilaku menjauh atau menarik diri.
- g. Menghargai pujian dari orang lain. Menghargai pujian dari orang lain dengan cara yang sesuai.
- h. Menolak untuk menerima begitu saja pendapat orang yang suka berdebat. Mengakhiri percakapan yang bertele-tele dengan orang yang memaksakan pendapatnya.
- i. Menatap lawan bicara. Ketika berbicara atau diajak bicara, menatap lawan bicaranya.
- j. Respon melawan rasa takut. Menampilkan perilaku yang biasanya melawan rasa cemas, biasanya kecemasan sosial.

B. Self Esteem

1. Pengertian *Self Esteem*

Menurut Branden (1992) *self esteem* merupakan kepercayaan diri pada kemampuan dalam menghadapi tantangan hidup, keyakinan akan diri memiliki hak untuk bahagia, perasaan berharga, berjasa, berhak untuk menyatakan kebutuhan dan keinginan, dan menikmati buah dari usaha.

Coopersmith (1967) menyebutkan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima dan menolak, juga indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan.

Master dan Johnson (dalam Firdaus, 2015) mengatakan *self esteem* berpengaruh terhadap sikap seseorang, bila seseorang memiliki harga diri yang positif maka tidak akan terbawa godaan yang banyak ditawarkan oleh lingkungan dan dapat mengutarakan serta mengambil sikap apa yang sebenarnya ingin dilakukan, yang pada akhirnya akan menghindari perilaku-perilaku negatif.

Selain itu, menurut Firdaus (2015) *self esteem* yang positif tentunya juga akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan terhadap diri sendiri, rasa yakin akan kemampuan atau potensi yang ada pada dirinya, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya dinantikan atau diperlukan oranglain. Individu yang memiliki rasa harga diri tinggi maka individu tersebut dapat lebih senang bertingkah laku asertif dalam kehidupannya, yaitu dengan mengkomunikasikan secara jujur dan apa adanya sesuai dengan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan serta dapat menghargai oranglain sehingga tidak menimbulkan permusuhan.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi individu secara keseluruhan terhadap kepercayaan diri dalam menghadapi tantangan hidup, keyakinan akan diri sendiri, memiliki hak untuk bahagia, perasaan berharga, berjasa, berhak untuk menyatakan kebutuhan dan keinginan, dan menikmati buah dari usaha. terutama mengenai sikap menerima dan menolak pada kemampuan diri.

2. Karakteristik *Self Esteem*

Branden (1992) mengemukakan ciri-ciri orang yang memiliki *self esteem* tinggi, yaitu:

- a. Mampu menanggulangi kesengsaraan dan kemalangan hidup, lebih tabah dan ulet, lebih mampu melawan suatu kekalahan, kegagalan, dan keputusasaan.
- b. Cenderung lebih berambisi.
- c. Memiliki kemungkinan untuk lebih kreatif dalam pekerjaan dan sebagai sarana untuk menjadi lebih berhasil.
- d. Memiliki kemungkinan lebih dalam dan besar dalam membina hubungan interpersonal (tampak) dan tampak gembira dalam menghadapi realitas.

Berne dan Savary (dalam Adila, 2010) menyebutkan bahwa orang yang memiliki *self esteem* yang sehat adalah orang yang mengenal dirinya sendiri dengan segala keterbatasannya, merasa tidak malu atas keterbatasan yang dimiliki, memandang keterbatasan sebagai suatu realitas, dan menjadikan keterbatasan itu sebagai tantangan untuk berkembang. Ia juga menyebutkan bahwa harga diri yang sehat adalah kemampuan untuk melihat diri sendiri berharga, berkemampuan,

penuh kasih sayang yang memiliki bakat-bakat pribadi yang khas serta kepribadian yang berharga dalam hubungannya dengan orang lain. Sebaliknya, orang yang merasa rendah diri memiliki gambaran yang negatif pada diri, serta sedikit mengenal dirinya sehingga menghalangi kemampuan untuk menjalin hubungan. Rasa rendah diri dan gambaran diri yang negatif tercermin pada orang-orang yang rendah kemampuan sendiri.

Frey dan Carlock (1993) mengemukakan bahwa individu dengan *self esteem* yang tinggi mempunyai ciri-ciri diantaranya mampu menghargai dan menghormati dirinya sendiri, cenderung tidak menjadi *perfect*, mengenali keterbatasannya, dan berharap untuk tumbuh. Sebaliknya, individu yang memiliki *self esteem* rendah mempunyai ciri-ciri cenderung menolak dirinya dan cenderung tidak puas.

3. Aspek-Aspek *Self Esteem*

Coopersmith (1967) menyebutkan terdapat empat aspek dalam *self esteem* individu, yaitu *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence*.

- a. Kekuatan. Kekuatan atau *power* menunjukkan pada adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengatur dan mengontrol tingkah laku dan mendapat pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain. Kekuatan dinyatakan dengan pengakuan dan penghormatan yang diterima seorang individu dari orang lain dan adanya kualitas atas pendapat yang diutarakan oleh seorang individu yang nantinya diakui oleh orang lain.
- b. Keberartian. Keberartian atau *significance* menunjukkan pada kepedulian, perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang di terima oleh seseorang dari orang

lain yang menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial. Penerimaan dari lingkungan ditandai dengan adanya kehangatan, respon yang baik dari lingkungan dan adanya ketertarikan lingkungan terhadap individu dan lingkungan menyukai individu sesuai dengan keadaan diri yang sebenarnya.

- c. Kebajikan. Kebajikan atau *virtue* menunjukkan suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral dan etika serta agama dimana individu akan menjauhi tingkah laku yang harus di hindari dan melakukan tingkah laku yang di izinkan oleh moral, etika dan agama. Dianggap memiliki sikap yang positif dan akhirnya membuat penilaian positif terhadap diri yang artinya seseorang telah mengembangkan *Self esteem* yang positif pada dirinya sendiri.
- d. Kemampuan. Kemampuan atau *competence* menunjukkan suatu performansi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai prestasi (*need of achievement*) dimana level dan tugas-tugas tersebut tergantung pada variasi usia seseorang. *Self esteem* pada masa remaja meningkat menjadi lebih tinggi bila remaja tahu apa tugas-tugas yang penting untuk mencapai tujuannya, dan karena mereka telah melakukan tugas-tugasnya tersebut atau tugas lain yang serupa. Para peneliti juga menemukan bahwa *Self esteem* remaja dapat meningkat saat remaja menghadapi masalah dan mampu menghadapinya

C. Hubungan *Self Esteem*, Asertivitas, dan Tipe Kepribadian

Master dan Johnson (dalam Firdaus, 2015) mengatakan *self esteem* berpengaruh terhadap sikap seseorang, bila seseorang memiliki *self esteem* yang positif maka tidak akan terbawa godaan yang banyak ditawarkan oleh lingkungan

dan dapat mengutarakan serta mengambil sikap apa yang sebenarnya ingin dilakukan, yang pada akhirnya akan menghindari perilaku-perilaku negatif.

Selain itu, menurut Firdaus (2015) *self esteem* yang positif tentunya juga akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan terhadap diri sendiri, rasa yakin akan kemampuan atau potensi yang ada pada dirinya, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya dinantikan atau diperlukan orang lain. Individu yang memiliki rasa *self esteem* tinggi maka individu tersebut dapat lebih senang bertingkah laku asertif dalam kehidupannya, yaitu dengan mengkomunikasikan secara jujur dan apa adanya sesuai dengan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan serta dapat menghargai oranglain sehingga tidak menimbulkan permusuhan.

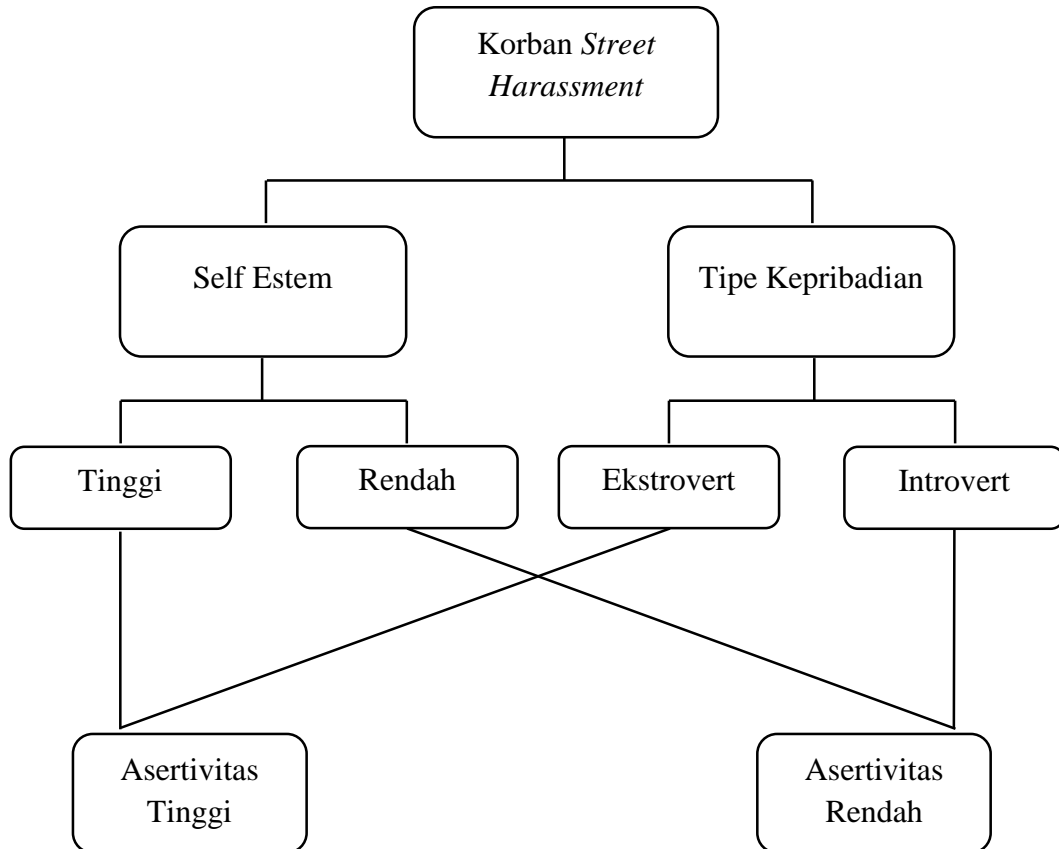
Pada penelitian (Asterina, 2012) mendapatkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara tipe kepribadian dengan perilaku asertif. Individu yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert cenderung untuk selalu memusatkan perhatiannya ke dunia luar, berani mengungkapkan keinginan, dan cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya secara aktif dan ramah. Hal-hal tersebut pastinya membutuhkan perilaku-perilaku yang berhubungan dengan orang lain, seperti mengungkapkan pendapat, mengungkapkan pujian, rasa terimakasih, penolakan, dan lain sebagainya. Sedangkan individu yang memiliki tipe kepribadian introvert cenderung pendiam, menjauhkan diri dengan kejadian-kejadian luar, tidak mau terlibat dalam dunia objektif, tidak senang berada ditengah orang banyak, merasa kesepian, dan kehilangan di tengah kerumunan orang banyak. Mereka berfikiran semakin banyak orang semakin banyak pula daya tolaknya. Tentunya kondisi ini akan ditunjang dengan perilaku-perilaku yang tidak

mebutuhkan banyak interaksi dengan orang lain. Mereka akan cenderung menutup diri dan memilih untuk tidak mengungkapkan apa yang mereka ingin sampaikan.

Terlepas dari tipe kepribadian, asertivitas juga mempengaruhi *self esteem*. Individu yang memiliki *self esteem* tinggi dapat mengutarakan pendapatnya serta mengambil sikap yang diinginkannya, dan juga cenderung menghindari perilaku-perilaku negatif.

D. Kerangka Berpikir

Gambar 2.1



E. Hipotesis

Berdasarkan landasan teori diatas, maka hipotesis yang diajukan adalah “ada hubungan antara *self esteem* dengan asertivitas pada korban *street harassment* dengan tipe kepribadian sebagai variabel sertain” .