

## HUBUNGAN PERILAKU ASERTIF DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL SISWA

Rima Rahmadiana<sup>1</sup>, Tri Umari<sup>2</sup>, Donal<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Riau, Jalan Bina Widya Km. 12,5 Simpang Baru, Pekanbaru, Riau, 28293, Indonesia  
Rima Rahmadiana, e-mail: rima.rahmadiana1912@student.unri.ac.id

### *Abstract*

*This study aims to determine the relationship between assertive behavior and social adjustment of class X students of SMAN 2 Tebing Tinggi. This research is a descriptive quantitative correlational research. The sample in this study amounted to 142 students obtained through random sampling technique. Data collection techniques in this study were carried out using an assertive behavior scale and a social adjustment scale. The data analysis technique used product moment correlation with the Pearson formula with the help of IMB SPSS version 25. The results showed that there was a significant and positive relationship between assertive behavior and students' social adjustment, this is evidenced by the product moment test analysis results obtained a significance value (sig. 2 tailed) is 0.727 which means that the value is <0.05. Thus, it means that there is a significant relationship between assertive behavior and social adjustment.*

**Keywords :** *Assertive Behavior; Social Adjustment*

### *Abstrak*

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif korelasional. Adapun sampel dalam penelitian ini berjumlah 142 siswa yang diperoleh melalui teknik random sampling. Teknik pengumpulan data dalam penelitian dilakukan dengan menggunakan skala perilaku asertif dan skala penyesuaian sosial. Teknik analisis data menggunakan korelasi product moment dengan rumus pearson dengan bantuan IMB SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial siswa, hal ini dibuktikan dengan hasil analisis uji product moment diperoleh nilai signifikansi (sig. 2 tailed) adalah 0,727 yang memiliki arti bahwa nilai < 0,05. Dengan demikian berarti terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial..*

**Kata Kunci :** *Perilaku Asertif; Penyesuaian Sosial*

### 1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan suatu masa dimana individu sudah tidak termasuk dalam golongan

anak-anak, tapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. WHO membagi kurun usia remaja

dalam 2 bagian yaitu remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-20 tahun (Yusuf, Syamsu, 2011).

Masa remaja menjadi awal bagi seseorang untuk menentukan kehidupan di masa depan, karena pada masa remaja terjadi proses pembentukan jati diri untuk mencapai tujuan dalam kehidupan dewasa. Seiring perkembangan dari masa anak-anak ke dewasa, kehidupan sosial juga berkembang diluar lingkungan keluarga, dan lebih luas ke lingkungan teman sebaya dan lingkungan masyarakat lain. Seperti yang dikatakan Ahmad Susanto (2018), dalam perkembangan remaja konteks sosial yang terjadi yaitu meliputi keluarga, kelompok teman sebaya, dan masyarakat tempat remaja itu hidup sehingga dalam proses perkembangan remaja tersebut akan selalu berinteraksi dengan situasi-situasi sosial yang mengharuskannya untuk melakukan penyesuaian sosial.

Pada fase remaja, seseorang telah berada pada posisi yang cukup kompleks, remaja tidak lagi ingin dipanggil anak-anak dan ingin dihargai serta diakui sebagai orang yang sudah dewasa. Begitupun dalam kehidupan sosialnya, seiring dengan bertambahnya usia, interaksi dengan orang lain menjadi lebih kompleks dan akan mulai berinteraksi dengan orang-orang beragam dalam sikap, kepribadian, kepentingan, budaya, adat istiadat, dan sebagainya (Wee, 2021)

Penyesuaian sosial dalam lingkungan sekolah yaitu kemampuan siswa untuk berinteraksi dengan orang lain dan berinteraksi dengan situasi-situasi tertentu yang ada dalam lingkungan sekolah secara efektif dan sehat sehingga ada kepuasan yang tercapai yang dapat dirasakan oleh dirinya sendiri, orang

lain, maupun lingkungannya (Schneiders dalam Rini, dkk., 2016).

Penyesuaian sosial remaja dipengaruhi oleh dua faktor. Faktor pertama adalah faktor dalam diri yang terdiri dari inteligensi, pengalaman sosial pada masa kanak-kanak, karakteristik kepribadian, serta penampilan fisik. Faktor kedua yaitu faktor dari luar diri yang terdiri dari kondisi keluarga, kurangnya model perilaku untuk ditiru dari orangtua, budaya, serta lingkungan masyarakat (Schneiders dan Hurlock dalam Wardani, 2010).

Dalam kehidupan sosialnya, tidak semua remaja dapat mengekspresikan perasaan dan mengutarakan pikirannya dengan tepat. Remaja yang tidak dapat mengungkapkan pikiran dan perasaan dalam dirinya dengan benar sehingga menjadi tekanan tersendiri dalam dirinya, namun remaja yang dapat mengungkapkan semua yang dia pikirkan secara terang terangan dan blak blakan dapat memberikan kesan menyerang dan tidak menghargai orang disekitarnya sehingga tidak disukai dalam lingkungan sosialnya.

Salah satu hal yang bisa dilakukan agar dalam penyesuaian sosial remaja tidak bertentangan antara diri sendiri dengan orang disekitar adalah dengan mengembangkan perilaku asertif (Puspa, 2019). Bersikap secara asertif yaitu tindakan mengungkapkan pendapat dan keyakinan kepada seseorang secara terbuka, langsung, dan jujur dengan cara yang tepat (Myers dalam Mardani & Karyanta, 2013). Kemampuan seseorang untuk mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran kepada orang lain dengan tetap menjaga dan menghormati hak-hak pihak lain adalah definisi lain dari perilaku asertif (Alberti dan Emmons, 2017).

Penting bagi remaja untuk mempelajari perilaku asertif karena empat alasan. Pertama, remaja yang asertif akan merasa lebih mudah untuk membangun hubungan dengan orang lain dan beresialisasi. Kedua, dengan bersikap asertif akan memungkinkan individu untuk berbicara secara langsung dengan jujur tentang perasaan dan keinginannya, yang dapat menghindari perasaan tidak nyaman karena menyimpan sesuatu yang ingin dikatakan. Ketiga, dalam menghadapi berbagai kesulitan, akan lebih mudah mencari solusi dan penyelesaian dari masalah yang dihadapinya. Keempat, perilaku asertif individu berpikir lebih jernih, memperluas wawasan dan menghindari individu cepat menyerah pada sesuatu yang tidak diketahuinya (Rohyati, & Purwandari, 2017).

Peralihan dari jenjang SMP ke jenjang SMA dapat menimbulkan masalah atau stress bagi siswa kelas X. Ketika di SMP mereka berada diposisi teratas dan paling berkuasa disekolah namun kemudian memasuki SMA posisi mereka berubah menjadi posisi kelas terendah, paling lemah, dan paling kecil yang tentunya merupakan perubahan besar bagi siswa. Dengan adanya perubahan tersebut akan dapat menimbulkan masalah jika siswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru disekitarnya (Mardani, Hardjono&Karyanta, 2009). Dengan perilaku asertif, persoalan ini dapat dihindari, perilaku asertif dapat mengarahkan individu untuk dapat tetap tegas dan tidak terpengaruh lingkungan yang tidak baik.

Orang yang berperilaku asertif akan selalu berada dalam keadaan dan kondisi yang positif, tegas, percaya diri dan kuat, serta mampu untuk mengatakan tidak pada hal-hal yang tidak diinginkan dan hal yang bersifat

negatif. Orang yang asertif dapat lebih mengekspresikan emosinya secara tepat tanpa menjadi agresif ataupun pesimis sehingga orang tersebut akan dapat lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya (Sabda, 2013).

Perilaku asertif dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor jenis kelamin, self esteem, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, serta situasi lingkungan tertentu (Rathus dan Nevid dalam buku Fensterheim, H. & J. Bear, 1995)

Berdasarkan hasil observasi awal di SMAN 2 Tebing Tinggi, masalah penyesuaian sosial masih banyak terjadi, terutama bagi siswa kelas X yang baru saja memasuki lingkungan baru yang jelas berbeda dari lingkungan jenjang pendidikan sebelumnya (SMP), beberapa siswa terlihat sulit untuk bergabung dan menyesuaikan diri dengan teman sebayanya maupun dengan guru, seperti lebih banyak diam, sulit bergabung dengan kelompok temannya, sulit berdiskusi, dan dapat berdampak menjadi kecemasan sosial yang mengakibatkan siswa tersebut tidak dapat secara optimal berkembang secara sosial di lingkungannya. Hal itu dapat disebabkan karena rendahnya tingkat perilaku asertif yang dimiliki siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi. Seperti yang dikatakan Yasdiananda (2013) “ketidakmampuan untuk bersikap tegas, menolak atau mengutarakan sesuatu yang ingin disampaikan dapat membuat timbulnya rasa cemas untuk berinteraksi dengan orang disekitar” dan jika rasa cemas tersebut dibiarkan lebih lanjut, hal ini dapat menjadi masalah dalam kehidupan sosial dan perkembangan sosial siswa.

Dari latar belakang masalah diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian

untuk mengetahui apakah perilaku asertif mempunyai hubungan yang positif dan signifikan dengan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMAN 2 Tebing Tinggi.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional untuk menganalisis hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi. Penelitian ini dilakukan di SMAN 2 Tebing Tinggi pada bulan November tahun 2022 dengan sampel sebanyak 142 siswa.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala perilaku asertif dan skala penyesuaian diri. Skala perilaku asertif disusun berdasarkan aspek perilaku asertif yang diungkapkan oleh Alberti dan Emmons (2017) yaitu mempromosikan hubungan kesetaraan dalam hubungan manusia, bertindak menurut kehendak sendiri, menerapkan hak-hak pribadi, membela diri sendiri, tidak menyangkal hak orang lain, mengekspresikan perasaan dengan jujur dan nyaman, sedangkan skala penyesuaian sosial disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian sosial yang dikemukakan oleh Hurlock (2000) yaitu aspek penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### a. Deskripsi Hasil Penelitian *Tingkat Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi*

Tingkat perilaku asertif siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi dikategorikan dalam 3 tingkatan yaitu “Rendah”, “Sedang” dan “Tinggi” menurut Azwar (2012) dengan rincian sebagai berikut.

**Tabel 1. Tingkat Perilaku Asertif Siswa Kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi**

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$60 \leq X$	58	41 %
Sedang	$40 \leq X < 60$	84	59%
Rendah	$X < 40$	0	0 %
<b>TOTAL</b>		<b>142</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Olahan Peneliti (2022)

Berdasarkan hasil dari table 4.1 yang di peroleh dari 142 siswa kelas X dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat asertif dengan kategori sedang dengan presentase sebesar 59% (84 siswa). Sedangkan siswa dengan tingkat tinggi sebesar 41% (58 siswa) dan tingkat asertif rendah sebesar 0%. Hal ini menunjukkan bahwa siswa kelas X SMA Negeri 2 sudah memiliki perilaku asertif yang baik.

**Tabel 2. Tingkat Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi**

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$60 \leq X$	61	43%
Sedang	$40 \leq X < 60$	81	57%
Rendah	$X < 40$	0	0 %
<b>TOTAL</b>		<b>142</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Olahan Peneliti (2022)

Berdasarkan tabel 2 yang diperoleh dari 142 siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat penyesuaian sosial dengan kategori sedang dengan persentase sebesar 57%. Sedangkan siswa dengan tingkat penyesuaian sosial tinggi memiliki persentase 43%, dan pada kategori rendah memiliki presentase 0%.

**Hubungan Perilaku Asertif dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi**

Sebelum melakukan analisis korelasi statistic parametric, ada syarat yang harus dipenuhi terlebih dahulu yaitu pengujian asumsi uji normalitas dan uji linearitas yang apabila terpenuhi maka dalam penelitian ini bisa menggunakan analisis korelasi statistic parametric dengan korelasi product moment.

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
Unstandardized Residual		
N		142
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.6762141
		0
Most Extreme Differences	Absolute Positive	.048
	Negative	-.042
Test Statistic		.048
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

Sumber: Data Olahan Peneliti (2022)

Dari hasil uji normalitas variabel perilaku asertif dan penyesuaian sosial

diketahui bahwa variabel tersebut berdistribusi normal, hal ini ditunjukkan oleh koefisien normalitas Kolmogorov Smirnov sebesar 0,200 yang berarti > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data variabel perilaku asertif dan penyesuaian sosial telah berdistribusi secara normal.

**Tabel 4. Hasil Uji Linieritas**

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel yang diteliti.

		ANOVA Table				
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
penyesuaian sosial	Between	4156.059	2	166.242	8.057	.000
	Within	3466.305	139	24.938		
perilaku asertif	Linear	689.753	1	689.753	167.994	.000
	Deviation from Linearity	28.740	2	14.370	1.393	.126
Total		6549.549	141			
Within Groups		2393.491	139	17.219		

Sumber: Data Olahan Peneliti (2022)

Berdasarkan hasil uji linieritas dapat dilihat *deviation from linearity* menunjukkan nilai sig. 0,126 > 0,005 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel yang akan di uji.

**Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis**

Uji hipotesis pada penelitian ini dilihat melalui program SPSS versi 25. Uji hipotesis menggunakan analisis statistik *product pearson moment* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

		<b>Correlations</b>	
		perilaku asertif	penyesuaian sosial
perilaku asertif	Pearson	1	.727**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	142	142
penyesuaian sosial	Pearson	.727**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	142	142

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Data Olahan Peneliti (2022)

Sebagai acuan kriteria penilaian, apabila nilai probabilitas  $> 0,05$  maka  $H_0$  diterima, sedangkan apabila nilai probabilitas  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak. Berdasarkan hasil analisis uji *product moment* diperoleh nilai signifikansi (*sig. 2 tailed*) adalah 0,000 yang memiliki arti bahwa nilai  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak. Dengan demikian berarti terdapat hubungan yang signifikan perilaku asertif dengan penyesuaian sosial. Berdasarkan perolehan nilai *pearson correlation* sebesar 0,727 menunjukkan tingkat kekuatan hubungan antar variabel tergolong kuat berdasarkan pada pedoman interpretasi koefisien korelasi. Adapun bentuk hubungan jika dilihat dari hasil uji korelasi

adalah positif yang berarti bahwa apabila siswa memiliki perilaku asertif yang tinggi maka akan tinggi pula penyesuaian sosialnya. Dengan demikian hipotesis pada penelitian ini dapat diterima.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat perilaku asertif dan siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi paling banyak berada pada kategori tinggi. Artinya, sebagian besar siswa kelas X SMAN 2 Tebing Tinggi sudah memiliki perilaku asertif yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Husnah, dkk. (2022) yang meneliti gambaran perilaku asertif pada siswa sekolah menengah, dimana hasilnya menunjukkan bahwa siswa pada tingkatan Sekolah Menengah Atas (SMA) sudah menunjukkan perilaku asertif.

Hal ini sejalan tugas perkembangan remaja yang di kemukakan oleh William Kay dalam Yudrik (2011), dimana tugas perkembangan pada masa remaja diantaranya yaitu mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok, dan memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri) atas skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup, yang akan mengarahkan mereka kepada perilaku asertif. Kecerdasan atau kemampuan mental, atau kemampuan berpikir remaja awal mulai sempurna. Keadaan ini terjadi dalam usia 12 sampai 16 tahun. Remaja awal suka menolak hal-hal yang tidak masuk akal baginya.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian menunjukkan bahwa penyesuaian sosial siswa sebagian besarnya berada pada kategori sedang dan sisanya berada pada kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kau, & Idris (2018) yang menunjukkan hasil penyesuaian sosial siswa kelas X berada pada kategori cukup tinggi. Sedangkan jika dilihat berdasarkan tiap indikator penyesuaian sosial

yang ada, indikator paling besar tingkatannya berada pada indikator penampilan nyata melalui sikap dan tingkah laku yang nyata dengan presentase sebesar 60% pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan korelasi product moment didapatkan hasil bahwa Perilaku Asertif memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan Penyesuaian sosial pada siswa. Hal ini berarti semakin tinggi (positif) Perilaku Asertif yang dimiliki siswa maka semakin tinggi juga Penyesuaian sosial siswa tersebut dan sebaliknya apabila siswa memiliki Perilaku Asertif yang negatif atau rendah maka diikuti dengan Penyesuaian sosial yang rendah atau tidak percaya diri.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rini (2016) dimana dalam hasil penelitiannya menunjukkan adanya kontribusi perilaku asertif dalam penyesuaian sosial, yang berarti terdapat hubungan antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial. Selain itu, penelitian yang dilakukan Sabda (2013) juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial, dimana semakin tinggi perilaku asertif maka semakin tinggi pula penyesuaian sosial.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

- Tingkat Perilaku Asertif siswa SMAN 2 Tebing Tinggi secara keseluruhan berada pada kategori sedang.
- Tingkat penyesuaian sosial siswa SMAN 2 Tebing Tinggi secara keseluruhan berada pada kategori sedang.
- Terdapat hubungan positif dan signifikan antara perilaku asertif dengan penyesuaian sosial. Artinya semakin tinggi tingkatan perilaku asertif maka penyesuaian sosial siswa akan semakin tinggi. Sebaliknya,

semakin rendah tingkatan perilaku asertif maka penyesuaian sosial siswa akan semakin rendah.

#### 5. REFERENSI

- Ahmad Susanto, M. P. (2018). Bimbingan dan konseling di Sekolah: Konsep, teori, dan aplikasinya. Kencana.
- Alberti, R., & Emmons, M. (2017). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships*. new harbinger publications.
- Fensterheim. *Jangan Bilang Ya Bila Anda Akan Mengatakannya Tidak*. Jakarta: Gunung Jati, 1995.
- Hurlock, E.B. (2000). *Perkembangan Anak Jilid 1 dan 2*. Jakarta : Erlangga.
- Husnah, S., Wahyuni, E., & Fridani, L. (2022). Gambaran Perilaku Asertif Siswa Sekolah Menengah Atas. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(1), 1370-1377.
- Kau, M. A., & Idris, M. (2018). Deskripsi Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Kota Gorontalo. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 4(2), 99-99.
- Mardani, I. R., & Karyanta, N. A. (2013). Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Kelas X Asrama SMA MTA Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 2(3 Des).
- Puspa, D. (2019). *Pengaruh Perilaku Asertif Terhadap Perkembangan Sosial Siswa Kelas VIII SMP Yayasan Pendidikan Sabilina Di Tembung* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Rini, R., Bahri, S., & Zuliani, H. (2016). Kontribusi Perilaku Asertif Remaja Terhadap Penyesuaian Sosial (Suatu Penelitian di MAN Kota Banda Aceh). *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 1(1)

- Rohyati, E., & Purwandari, Y. H. (2017). Perilaku Asertif Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 11(1).
- Sabda, M. (2013). Hubungan perilaku asertif dengan penyesuaian sosial pada siswa MTs Al Istam Serang (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Wardani, R. (2010). Hubungan antara kompetensi sosial dengan penyesuaian sosial pada remaja. *Widya Warta: Jurnal Ilmiah Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*, 34(01), 92-103.
- Yudrik, J. (2011). *Psikologi perkembangan*. Jakarta. Kencana.
- Yasdiananda, E. W. (2013). Hubungan antara self esteem dengan asertivitas pada siswa kelas X SMAN 5 Merangin. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 102- 111.
- Yusuf, Syamsu, (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung:PT Remaja Rosdakarya.
- Wee, D. (2021). *Tegas Membangun Batas*. LAKSANA.