

**HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN
ASERTIVITAS PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1
GEMOLONG**

SKRIPSI

**Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mencapai derajat sarjana S1 Psikologi**



Diajukan oleh :

AYU DWI RATNA SARI

F 100 050 096

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2009**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak menuju dewasa. Pada masa ini seorang remaja sudah bukan anak-anak lagi, namun belum dapat dikatakan dewasa. Remaja mengalami masa peralihan sebagai akibat dari posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang timbul sesudah pemasakan seksual (pubertas). Masa peralihan tersebut diperlukan agar remaja mampu memikul tanggung jawab dalam menguasai tugas-tugas perkembangan yang diperlukan pada masa dewasa (Hurlock, 1999).

Gunarso dan Gunarso (1991), mengatakan bahwa masa remaja merupakan suatu periode yang unik dan selalu menarik untuk dipantau, karena merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja pada masa transisi dipersiapkan untuk memasuki kedewasaan dan kematangan baik dari segi emosi, inteligensi dan sosialnya.

Usia remaja dipandang sebagai usia bermasalah, karena pada masa ini remaja dihadapkan pada banyak permasalahan. Masalah remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Dan cenderung dihadapi secara emosional sehingga kurang mampu menerima pendapat orang lain yang bertentangan dengan pendapatnya (Hurlock, 1990).

Remaja cenderung memperlihatkan perilaku mau menang sendiri, tidak mau diatur, ingin mandiri, menjadi sensitif dan mudah tersinggung terhadap ucapan dan perilaku orang lain mengenai dirinya. Remaja cenderung akan diam atau memberontak jika keinginan atau pendapatnya tidak diterima atau diabaikan. Seberapa serius

perubahan masa puber akan mempengaruhi perilaku remaja selanjutnya, sebagian besar tergantung pada kemampuan dan kemauan remaja tersebut untuk mengungkapkan keprihatinan dan kecemasan kepada orang lain, sehingga dengan begitu dapat diperoleh pandangan baru dan lebih baik (Hurlock, 1999).

Hal yang sering menjadi masalah bagi remaja salah satunya adalah perilaku asertif. Perilaku asertif adalah perilaku yang menampakkan kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Kebanyakan orang enggan berperilaku asertif karena dalam dirinya ada rasa takut mengecewakan orang lain, takut jika akhirnya dirinya tidak lagi disukai ataupun diterima. Para ahli (Albert dan Emmons dalam Setiono, 2005) menyatakan bahwa tingkah laku asertif sebagai bentuk ketrampilan sosial yang tepat untuk berbagai situasi sosial. Orang menilai tingkah laku asertif sebagai pilihan respon yang tepat dalam berbagai situasi sosial. Sebaliknya, ada pula orang-orang yang menganggap perilaku asertif adalah perilaku agresif. Perbedaannya ialah perilaku asertif tidak melanggar hak-hak orang lain, sementara perilaku agresif seringkali melanggar hak-hak orang lain. Untuk menjalin hubungan interpersonal yang baik, seseorang membutuhkan kemampuan berperilaku asertif. Individu yang sering berperilaku tidak asertif akan merasa tidak nyaman. Apabila hal ini terjadi terus menerus akan menimbulkan konflik intra ataupun interpersonal. Asertivitas bukanlah sesuatu yang sudah ada sejak lahir, sehingga untuk membentuk dan membiasakan seseorang berperilaku asertif diperlukan pelatihan asertivitas yang bertahap dan sebaiknya dimulai sejak usia dini. Proses pembentukan perilaku asertif juga tidak lepas dari pengaruh lingkungan tempat tinggal, baik itu pengaruh keluarga maupun masyarakat sekitar.

Bagi remaja sikap dan perilaku asertif sangatlah penting karena beberapa alasan sebagai berikut: pertama, sikap dan perilaku asertif akan memudahkan remaja tersebut bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan lingkungan seusianya maupun di luar lingkungannya secara efektif. Kedua, dengan kemampuan untuk mengungkapkan apa yang dirasakan dan diinginkannya secara langsung, terus terang maka para siswa bisa menghindari munculnya ketegangan dan perasaan tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakannya. Ketiga, dengan memiliki sikap asertif, maka para siswa dapat dengan mudah mencari solusi dan penyelesaian dari berbagai kesulitan atau permasalahan yang dihadapinya secara efektif, sehingga permasalahan itu tidak akan menjadi beban pikiran yang berlarut-larut. Keempat, asertivitas akan membantu para siswa untuk meningkatkan kemampuan kognitifnya, memperluas wawasannya tentang lingkungan, dan tidak mudah berhenti pada sesuatu yang tidak diketahuinya (memiliki rasa keingintahuan yang tinggi). Kelima, asertif terhadap orang lain yang bersikap atau berperilaku kurang tepat bisa membantu remaja yang bersangkutan untuk lebih memahami kekurangannya sendiri dan bersedia memperbaiki kekuarangan tersebut.

Di usia remaja individu mulai belajar bagaimana hidup berorganisasi, dengan mengikuti berbagai wadah organisasi baik disekolah maupun di lingkungan masyarakat. Organisasi tersebut antara lain OSIS, Pramuka, PMR, PKS, Karang Taruna dan lain-lain. Dalam kehidupan berorganisasi ini para remaja mulai belajar bagaimana harus bersikap dihadapan orang banyak, bagaimana cara menyampaikan pendapat, bagaimana cara mengambil keputusan dalam suatu diskusi dan sebagainya. Maka seorang remaja harus mampu bersikap asertif, karena dalam kehidupan berorganisasi seorang remaja pasti akan dihadapkan pada situasi yang mengharuskan dirinya untuk bersikap asertif.

Subyek penelitian yang diambil adalah siswa-siswi SMA Negeri 1 Gemolong. Penulis memilih lokasi ini karena peneliti ingin mengetahui tingkat asertivitas dan tingkat kecerdasan emosi pada siswa-siswi di SMA Negeri 1 Gemolong. Selain itu peneliti juga sudah mengenal SMA Negeri 1 Gemolong sehingga dapat memudahkan peneliti dalam pengambilan data.

Ciri-ciri orang dengan perilaku asertif, antara lain memiliki kepercayaan diri yang tinggi, memiliki kemampuan mengekspresikan perasaan dengan sungguh-sungguh menyatakan tentang kebenaran, tidak menghina, mengancam atau meremehkan orang lain sehingga dalam hubungan antar pribadi mampu bertukar pengalaman, pikiran dan perasaan dengan orang lain serta lebih banyak menerima tanggapan positif dan merasa lebih dimengerti oleh orang lain yang memunculkan kesanggupan bermasyarakat, berempati dan berkomunikasi dengan baik. Ciri-ciri tersebut dimiliki oleh orang dengan perilaku asertif.

Cyntia (dalam Astuti, 2001) menjelaskan lebih lanjut bahwa perilaku asertif merupakan contoh perilaku yang mengungkapkan pikiran, perasaan, kehendak dan kepentingan secara jujur dan terus terang dengan cara-cara yang bisa diterima dan sesuai dengan sopan santun tanpa melanggar harga diri dan hak-hak pribadi orang lain. Remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang rendah akan memperlihatkan emosi yang meledak-ledak, rendahnya toleransi terhadap rasa frustrasi, kurang mampu dalam memecahkan masalah kurang mampu menerima kritik. Berbeda dengan remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi menunjukkan kemampuan untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain (Goleman, 2000). Ini pula yang merupakan tuntutan yang sebaiknya dilaksanakan oleh seorang remaja. Terdapat norma-norma tertentu bagi seorang remaja dalam pergaulannya. Dengan kecerdasan

emosional yang baik, maka segala kemungkinan buruk yang akan terjadi pada remaja ketika melakukan hal yang berkaitan dengan penyampaian pendapat atau dalam pergaulan seorang remaja dapat meredam emosinya dan dapat berperilaku asertif pada teman-temannya, sehingga tercipta suatu hubungan yang baik dan tanpa menyakiti salah satu pihak. Dan sikap asertif itu sendiri akan menjadi lebih baik apabila seorang remaja itu sendiri memiliki kecerdasan emosional yang baik pula. Remaja yang memiliki kecerdasan emosi yang baik maka akan mampu mengendalikan emosinya sendiri.

Remaja dalam mengatasi berbagai masalah hidup yang muncul, tidak hanya dituntut untuk menggunakan kemampuan intelektualnya saja, tetapi juga diperlukan ketrampilan – ketrampilan emosi dan sosial. Kemampuan ini oleh Salovey dan Mayer disebut kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* (Goleman, 2000).

Menurut Goleman (dalam Malik, 2003) individu yang mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi akan lebih luas pengalaman dan pengetahuannya daripada individu yang lebih rendah kecerdasan emosionalnya. Individu yang kecerdasan emosionalnya tinggi akan lebih optimis dalam menghadapi berbagai macam masalah. Dengan demikian individu yang kecerdasan emosionalnya tinggi akan memikirkan pula akibat – akibat yang mungkin terjadi di masa yang akan datang bagi kelangsungan hidupnya.

Kecerdasan emosional berarti belajar menilai rangsangan yang menimbulkan emosi sebelum bereaksi dan belajar mengekspresikan emosi dalam pola perilaku yang dapat diterima secara sosial. Kecerdasan emosional inilah yang sekiranya diperlukan oleh remaja dalam menghadapi masalah sehari – hari. Tujuan dari pengendalian emosi adalah keseimbangan emosi, bukan menekan emosi karena setiap perasaan mempunyai nilai dan makna, yang dikehendaki dalam hal ini adalah emosi yang wajar,

keselarasan antara perasaan dan lingkungan. Apabila emosi terlampau ditekan terciptalah kebosanan jarak, bila emosi tidak dikendalikan terlampau ekstrim dan terus menerus, emosi akan menjadi sumber penyakit seperti depresi berat, cemas berlebihan, amarah yang meluap – luap serta gangguan emosi yang berlebihan atau mania (Goleman, 2000).

Seseorang yang mempunyai kecerdasan emosi yang baik mampu mengendalikan emosi dan mampu bersikap asertif dalam menyampaikan pendapat atau perasaannya. Karena perilaku asertif dapat menjadi salah satu cara untuk meluapkan emosi, orang yang kecerdasan emosinya baik akan meluapkan emosinya dengan baik pula tidak akan menyakiti orang lain dan dalam berbicara menggunakan perkataan yang baik, tidak menyakiti perasaan orang lain. Namun orang yang memiliki kecerdasan emosi yang rendah dalam menyampaikan perasaan atau pendapatnya sering kali menyakiti atau menyinggung perasaan orang lain dan tidak mampu mengendalikan emosi yang meluap-luap.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja yang mempunyai kecerdasan emosi yang baik dapat berperilaku asertif, karena remaja tersebut mampu mengendalikan emosi dan mampu menempatkan diri dimana remaja tersebut berada. Permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan yaitu : apakah ada hubungan antara kecerdasan emosi dengan asertifitas pada remaja di SMA Negeri 1 Gemolong. Dari rumusan masalah tersebut di atas penulis mengambil judul “Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Asertivitas Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Gemolong”

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah :

1. Mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan asertivitas pada remaja di SMA Negeri 1 Gemolong.
2. Mengetahui sejauhmana tingkat kecerdasan emosi pada remaja di SMA Negeri 1 Gemolong.
3. Mengetahui sejauhmana tingkat asertivitas pada remaja di SMA Negeri 1 Gemolong.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

1. Bagi orang tua, hasil penelitian ini memberikan informasi khususnya yang berkaitan dengan hubungan kecerdasan emosi dengan asertifitas pada remaja, sehingga dapat dijadikan sebagai acuan dan kajian dalam mendidik putra-putrinya agar menunjang pengembangan asertivitasnya.
2. Bagi para remaja, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi para remaja agar dapat menyalurkan aspirasinya secara tepat dan asertif.
3. Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk informasi dan acuan dalam penelitian lain yang berkaitan dengan kecerdasan emosi dan sikap asertif pada remaja.