

HUBUNGAN ANTARA ASERTIVITAS DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

SARI DEWI BAINA ROHMAH
F 100 150 018

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA ASERTIVITAS DENGAN PENYESUAIAN
DIRI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

SARI DEWI BAINA ROHMAH

F 100 150 018

Telah diperiksa dan disetujui oleh :

Dosen Pembimbing



Dra. Zahrotul Uyun M.Si Psi
NIP/NIDN. 592/0607066401

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA ASERTIVITAS DENGAN PENYESUAIAN DIRI
PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA

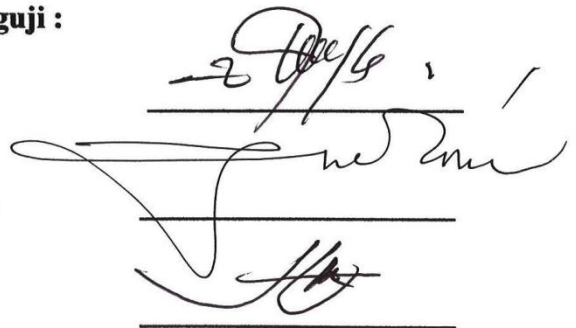
OLEH:

SARI DEWI BAINA ROHMAH
F 100 150 018

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari sabtu, 11 Mei 2019
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji :

- 1. Dra. Zahrotul Uyun M.Si, Psikolog**
(Ketua Dewan Penguji)
- 2. Drs. Mohammad Amir, M.Si, Psikolog**
(Anggota I Dewan Penguji)
- 3. Achmad Dwityanto O., S.Psi., M.Si**
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

Susatyo Yuwono., S.Psi., M.Si., Psikolog

NIP/NIDN. 838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Adapun kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya

Surakarta, 3 Mei 2019



Penulis

SARI DEWI BAINA ROHMAH

F100150018

HUBUNGAN ANTARA ASERTIVITAS DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama. Subjek penelitian ini terdiri dari 4 kelas yaitu A, B, D dan E yang berjumlah 130 orang. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terdiri dari 6 kelas yaitu A, B, C, D, E dan F yang berjumlah 324 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu cluster random sampling. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala asertivitas dan skala penyesuaian diri. Teknik analisis data menggunakan korelasi product moment dari Pearson. Hasil analisis yang diperoleh dari penelitian ini yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi asertivitas, maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah asertivitas maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri. Hal ini ditunjukkan dengan koefisien korelasi = 0,669 dengan sig. = 0,00 ($p < 0,01$). Kategori asertivitas tergolong tinggi dan kategori penyesuaian diri tergolong tinggi. Sumbangan efektif (SE) variabel asertivitas sebesar 44%. Hal ini berarti masih terdapat 56% variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian diri.

Kata Kunci : Asertivitas, Penyesuaian Diri.

Abstract

The purpose of this study to determine whether there is a relationship between assertiveness with self adjustment. The hypothesis is a positive correlation between assertiveness and self adjustment of first year university student's. The subject of this research were 130 first year university student's. the population on this research were student's of class 2018 faculty of Psychology Muhammadiyah University of Surakarta total 324 people's. The sampling technique used was cluster random sampling. Data collection tool in this study using a scale of assertiveness and a scale of self adjustment. Data were analyzed using Pearson's product moment correlation. The result of the analysis of this research that there is a significant positive relationship between assertiveness between self adjustment . the higher the assertiveness, the higher the self adjustment. On the contrary, the lower assertiveness the lower self adjustment. this is indicated by the correlation coefficient = 0,669 with sig. = 0,00; ($p < 0,01$). Assertiveness included in the high category. Self adjustment included in the high category. Effective contribution (SE) assertiveness with self adjustment variable by 44%. This means there are 56% of other variables that can influence the self adjustment.

Keywords : Assertiveness, Self Adjustment

1. PENDAHULUAN

Di masa sekarang ini, pendidikan menjadi hal yang sangat penting. Bukan hanya pendidikan di sekolah dasar namun juga pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini membuat keberadaan perguruan tinggi setiap tahun semakin bertambah jumlahnya. Berdasarkan data dari

Kementrian Riset Teknologi dan Perguruan Tinggi (Ristek Dikti), di Indonesia jumlah perguruan tinggi yang telah terdaftar sebesar 4.504 unit. Jumlah mahasiswa yang telah terdaftar pada tahun 2017 yaitu sebesar 6.924.511 mahasiswa (RistekDikti, 2017).

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menjalani pendidikan di suatu perguruan tinggi untuk mendapatkan gelar sarjana. Pada tahun pertama memasuki perguruan tinggi, mahasiswa disebut sebagai mahasiswa baru. Ketika memasuki dunia perkuliahan, mahasiswa tahun pertama atau biasa disebut mahasiswa baru mendapat bermacam – macam pengalaman, baik pengalaman di bidang akademik, bertemu dengan individu – individu yang baru, mengeksplorasi peran dan status yang baru serta menyesuaikan diri di lingkungan yang baru (David & Nita, 2014). Mahasiswa tahun pertama sebagian besar berusia antara 17 tahun sampai 19 tahun yang termasuk dalam kategori remaja. Remaja merupakan tahap transisi dari anak – anak ke dewasa yang meliputi berbagai perubahan baik kognitif, fisik, maupun emosional serta remaja harus memenuhi harapan orang tua, sekolah dan teman sebaya (Mofrad & Mehrabi, 2015). Pada masa tersebut, remaja melakukan tugas-tugas perkembangannya, salah satu diantara tugas perkembangan tersebut adalah melakukan penyesuaian diri (Misnita, Lubis, & Aziz, 2015).

Mahasiswa harus mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik agar mereka mampu mengikuti dengan baik proses pembelajaran yang ada di perguruan tinggi. Apabila mahasiswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan baik maka bukan tidak akan memaksa mahasiswa untuk meninggalkan lembaga (Santrock, 2013). Individu yang mempunyai penyesuaian diri yang tinggi ditandai dengan hal – hal berikut, diantaranya tidak menunjukkan ketegangan emosional yang berlebihan, tidak menunjukkan adanya frustasi pribadi, selalu berperilaku objektif dan realistis, memiliki pertimbangan yang masuk akal, serta mampu mengambil hikmah dari suatu pengalaman. Sedangkan individu yang mempunyai penyesuaian diri yang rendah, ditandai dengan hal – hal berikut, diantaranya sering memutarbalikan fakta, menunjukkan sikap dan perilaku yang bersifat meyerang atau konfrontasi untuk menutupi kekurangannya, serta individu cenderung akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan konflik atau kegagalannya (Fatimah, 2010).

Penyesuaian diri adalah suatu usaha individu untuk mengurangi frustasi, tekanan yang meliputi respon mental serta perilaku, yang bertujuan untuk mendapatkan kesinambungan antara harapan dan tuntutan dari lingkungan (Schneiders, 1964). Aspek – aspek dari penyesuaian diri menurut Atwater (1983) adalah aspek penyesuaian pribadi, yaitu kemampuan individu untuk menyadari keadaan dirinya sendiri sehingga tercipta hubungan

yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya dan aspek penyesuaian sosial yang artinya yaitu kemampuan individu berinteraksi secara harmonis dengan lingkungan sosial. Lingkungan tersebut bisa berupa lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, *peer group* dan lingkungan masyarakat. Faktor – faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Fatimah (2010) yaitu faktor biologis, psikologis, perkembangan dan kematangan, lingkungan dan asertivitas. .

Asertivitas dapat membantu seseorang mengkomunikasikan apa yang dirasakannya sehingga ketika seseorang dapat mengkomunikasikan apa yang dirasakan maka orang tersebut akan mampu menyesuaikan diri di lingkungannya (Simarmata & Rahayu, 2017), selain itu asertivitas dapat membantu memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain, dan membantu terhindar dari ketakutan menyinggung perasaan orang lain ketika mengungkapkan apa yang dirasakan (Eslami, Rabiei, Afzali, Hamidizadeh, & Masoudi, 2016). Mahasiswa yang mampu berperilaku asertif juga akan memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan dosen, teman di kampus maupun orang lain yang berada di sekitarnya, selain itu perilaku asertif juga akan membantu mahasiswa untuk bernegosiasi dengan orang lain apabila mengalami kesulitan (Lambertz-Bendt & Blight, 2016).

Menurut Alberti & Emmons (2008) asertivitas adalah ekspresi jujur tentang apa yang dibutuhkan, apa yang dipikirkan, apa yang diinginkan dan apa yang dirasakan seseorang tanpa menyangkal hak orang lain. Aspek – aspek dari asertivitas menurut Alberti & Emmons (2008) yaitu menyatakan perasaan dan pendapat, bertindak sesuai apa yang dibutuhkan dan apa yang penting bagi diri sendiri, mempertahankan apa yang menjadi hak diri sendiri, menjaga hak yang dimiliki orang lain, berkontribusi dalam hal menjaga kesetaraan antara sesama manusia. Faktor – faktor yang mempengaruhi asertivitas menurut Rathus & Nevid (2005), yaitu jenis kelamin, kepribadian, intelegensi dan kebudayaan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama. Hipotesis dari penelitian ini yaitu ada hubungan yang positif antara asertivitas dengan penyesuaian diri.

2. METODE

Subjek penelitian menggunakan mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang terdiri dari 6 kelas A, B, C, D, E dan F dengan jumlah 324 mahasiswa, kemudian dengan menggunakan teknik *cluster random sampling* diperoleh kelas A, B, D, dan E dengan jumlah 130 mahasiswa.

Data asertivitas diperoleh dari skala asertivitas. Skala asertivitas terdiri dari 28 item dengan 14 item *favourable* dan 12 item *unfavourable* yang disusun berdasarkan aspek – aspek asertivitas yang dikemukakan oleh Alberti & Emmons (2008) yaitu menyatakan perasaan dan pendapat, bertindak sesuai apa yang dibutuhkan dan apa yang penting bagi diri sendiri, mempertahankan apa yang menjadi hak diri sendiri, menjaga hak yang dimiliki orang lain, berkontribusi dalam hal menjaga kesetaraan antara sesama manusia.. Pengujian validitas menggunakan validitas isi Aiken's V untuk menghitung koefisien validitas. Hasil pengujian diperoleh koefisien validitas bergerak dari 0,66 sampai 1 dengan $p \geq 0,6$ dan koefisien reliabilitas sebesar 0,814.

Data penyesuaian diri diperoleh dari skala penyesuaian diri. Skala penyesuaian diri terdiri dari 35 item dengan 18 item *favourable* dan 17 item *unfavourable* yang disusun berdasarkan aspek – aspek yang dikemukakan oleh Atwater (1983) yaitu aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Pengujian validitas menggunakan validitas isi Aiken's V untuk menghitung koefisien validitas. Hasil pengujian diperoleh koefisien validitas bergerak dari 0,66 sampai 1 dengan $p \geq 0,6$ dan koefisien reliabilitas sebesar 0,845. Penelitian ini menggunakan teknik analisis *product moment* dari Pearson dengan program SPSS 16 for Windows untuk menguji hipotesis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson, diketahui bahwa koefisien korelasi sebesar 0,669 dengan nilai signifikanis $p = 0,00$; ($p < 0,01$) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi asertivitas, maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri, sebaliknya semakin rendah asertivitas maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Aliyah, Novianti, & Kurnia (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara perilaku asertif dengan penyesuaian diri Hasil ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Tavakoli, Lumley, Hijazi, Slavin-Spenney, & Parris, (2009) yang menyatakan bahwa semakin tinggi asertivitas seseorang maka akan semakin tinggi pula penyesuaian diri orang tersebut. Sebaliknya semakin rendah asertivitas seseorang, maka akan semakin rendah pula penyesuaian diri orang tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitian Bazleh, Tarkhan Morteza, & Syeikhmahmoudi, (2012) yang menunjukkan bahwa perilaku asertif memberikan dampak yang sangat kuat terhadap penyesuaian diri. Hal ini juga sesuai pendapat Fatimah (2010), salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu asertivitas.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, diketahui variabel asertivitas mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 87,83 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 80 yang berarti kategori asertivitas tergolong tinggi. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa pada dasarnya subjek penelitian yaitu mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UMS sudah mampu menyatakan perasaan dan pendapat, bertindak sesuai apa yang dibutuhkan dan apa yang penting bagi diri sendiri, mempertahankan apa yang menjadi hak diri sendiri, menjaga hak yang dimiliki orang lain, berkontribusi dalam hal menjaga kesetaraan antara sesama manusia dengan baik yang merupakan aspek – aspek dari asertivitas. Variabel penyesuaian diri mempunyai rerata empirik (RE) sebesar 105,95 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 87,5 yang berarti kategori penyesuaian diri tergolong tinggi. Hal ini dapat diinterpretasikan bahwa pada dasarnya subjek penelitian yaitu mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi UMS sudah mampu melakukan penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial dengan baik yang merupakan aspek – aspek dari penyesuaian diri.

Berdasarkan kategorisasi skala asertivitas dapat diketahui bahwa terdapat 0% (0 orang) yang memiliki asertivitas sangat rendah, 0% (0 orang) memiliki asertivitas yang rendah, 9,2% (12 orang) memiliki asertivitas sedang, 76,1% (99 orang) memiliki asertivitas tinggi dan 14,6% (19 orang) memiliki asertivitas yang sangat tinggi. Jumlah dan persentase terbanyak menempati kategori tinggi. Subjek dalam kategori ini artinya telah mampu secara baik mengungkapkan apa yang dirasakan secara jujur tanpa melukai perasaan orang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Eslami, Rabiei, Afzali, Hamidizadeh, & Masoudi (2016) asertivitas dapat membantu memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain, dan membantu terhindar dari ketakutan menyinggung perasaan orang lain ketika mengungkapkan apa yang dirasakan. Berdasarkan kategorisasi skala penyesuaian diri dapat diketahui bahwa terdapat 0% (0 orang) yang memiliki penyesuaian diri sangat rendah, 0% (0 orang) memiliki penyesuaian diri yang rendah, 29,2% (38 orang) memiliki penyesuaian diri sedang. 63,8% (83 orang) memiliki penyesuaian diri tinggi dan 6,9% (9 orang) memiliki penyesuaian diri yang sangat tinggi. Jumlah dan persentase terbanyak menempati kategori tinggi sehingga artinya subjek sudah melakukan usaha dengan baik untuk mengurangi frustrasi, tekanan yang meliputi respon mental serta perilaku, yang bertujuan untuk mendapatkan kesinambungan antara harapan dan tuntutan dari lingkungan. Hal ini sesuai dengan pendapat Fatimah (2010) yang menyatakan bahwa Individu yang mempunyai penyesuaian diri yang tinggi ditandai dengan hal – hal berikut, diantaranya tidak menunjukkan ketegangan emosional yang berlebihan, tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi, selalu berperilaku objektif dan realistic, memiliki pertimbangan yang masuk akal, serta mampu mengambil hikmah dari suatu pengalaman.

Asertivitas memiliki kontribusi terhadap penyesuaian diri mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi UMS sebesar 44% sehingga masih terdapat 56% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri seperti biologis, psikologis, perkembangan dan kematangan, dan faktor lingkungan (Fatimah , 2010).

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat ditarik kesimpulan yaitu ada hubungan positif yang sangat signifikan antara asertivitas dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama. Asertivitas mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta tergolong tinggi. Penyesuaian diri mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta tergolong tinggi. Sumbangan efektif (SE) variabel asertivitas terhadap penyesuaian diri sebesar 44%. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada 56% variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian diri selain asertivitas. Penulis memberikan sumbangan saran bagi Fakultas Psikologi untuk menyediakan akses agar mahasiswa menyampaikan pendapatnya secara langsung serta menyediakan lembaga yang programnya membuat mahasiswa terlibat dalam menjaga kesetaraan antara sesama manusia. Bagi para dosen disarankan ketika melakukan kegiatan belajar mengajar di kelas dapat memberikan stimulus (rangsangan) yang akan membuat para mahasiswa terbuka dan mau menyampaikan pendapatnya. Bagi mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Psikologi UMS disarankan untuk mempertahankan asertivitas yang dimiliki dan mengikuti seminar atau pelatihan yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan menyatakan perasaan dan pendapat. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penyesuaian diri, disarankan untuk meneliti penyesuaian diri lebih mendalam lagi serta peneliti lain diharapkan dapat meneliti penyesuaian diri dari berbagai variabel lain yang ada serta dapat memperluas subjek penelitian karena bukan hanya mahasiswa yang membutuhkan penyesuaian diri, tetapi juga dari berbagai kalangan sehingga akan mengungkapkan fakta – fakta lain yang belum terungkap di penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Atwater, E. (1983). *Psychology of Adjustment*. New Jersey : Prentice-Hall
- Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2008). *Your Perfect right*. California: Impact publisher.
- David, L. T., & Nita, G. L. (2014). Adjustment To First Year Of College Relations Among Self Perception, Trust, Mustery and Alinetion. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 127, 139-143.

- Eslami, A. A., Rabiei, L., Afzali, S. M., Hamidizadeh, S., & Masoudi, R. (2016). The Effectiveness Of Assertiveness Training On The Level Of Stress, anxiety and Depression Of High School Student. *Iran Red Crescent Medical Journal*.18(1).
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Ceria.
- Lambertz-Bendt, M. M., & Blight, M. G. (2016). "You Don't Have To Like Me But You Have To Respect Me" The Impact Of Assertiveness, Cooperativeness and Group and Satisfaction In Collaborative Assignment. *sagepub.com/Journal Permission.nav*. 79(2). 180-199.
- Misnita, H., Lubis, L., & Aziz, A. (2015). Hubungan Keyakinan Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa. *jurnal psikologi*, 31-38.
- Mofrad, S. H., & Mehrabi, T. (2015). The Role of Self Efficacy and Assertiveness in Agretion Among High-School Student In Isfahan. *journal Of Medicine and Life*, 8(4), 225-231.
- Rathus, S. A., & Nevid, J. A. (2005). *Adjusment and Growth*. New York: Harcourt Brace College Publishers.
- Santrock, J. W. (2013). *Life-Span Development : Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Simarmata, E. R., & Rahayu, A. (2017). Correlation Between Assetiveness and Empathy With Adolescent's Social Adjusment and Social Home Of South Jakarta. *Advances and Social Science, Education and Humanities Research* , 139, 157-163.