

HUBUNGAN ANTARA ASERTIVITAS DAN KEMATANGAN DENGAN KECENDERUNGAN NEUROTIK PADA REMAJA

Pauline Dwiana Chrisma Widjaja
Universitas Katolik Soegijapranata

Ratna Wulan
Universitas Gadjah Mada

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the correlations between neuroticness, assertivity, and maturity. It was hypothesized that there were relationships between neuroticness, assertivity and maturity; and there was a negative correlation between neuroticness and assertivity, also there was a negative correlation between neuroticness and maturity.

The subjects were 95 male and female students of SMK 7 in Yogyakarta, 15 – 18 years old. Three questionnaires were applied to measure neuroticness, assertivity, and maturity. Multiple regression analysis was used as a statistical method.

Results of the study showed that there was relationship between neuroticness, assertivity, and maturity ($F = 6,88$; $R_y(1-2) = 0,36$; $p < 0,01$); and there were positive correlation between neuroticness and asertivity $r_{x1y} = 2,12$ ($p < 0,05$), there were positive correlation between neuroticness and maturity $r_{x2y} = 0,28$ ($p < 0,05$). These two minor hypotheses were failed.

Keywords: *Neurotic, Assertivity, Maturity.*

Dalam rangkaian proses perkembangan individu, remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, tidak termasuk golongan anak, tapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa (Monks, dkk., 1998). Selanjutnya dikatakan remaja masih belum mampu untuk menguasai perubahan fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya.

Masa remaja merupakan suatu masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru, padahal emosi remaja dalam keadaan tidak stabil atau masih bergejolak, Jersild, dkk. (1978) menyebut masa remaja sebagai masa *storm and stress*, oleh karena itu masa remaja merupakan masa yang peka dan kecenderungan neurotiknya tinggi.

Perilaku yang menunjukkan adanya gejala neurotik pada remaja biasanya berupa hal-hal yang negatif, dari kenakalan kecil biasa sampai yang sudah cukup mencemaskan seperti misalnya perkelahian antar pelajar, penggunaan obat-obat terlarang, pergaulan bebas, dan berbagai bentuk kenakalan lain bahkan sampai kriminal (Suranto dalam Kedaulatan Rakyat 16 Juni 1997), selanjutnya dikatakan oleh Suranto, mabok lem yang banyak dilakukan anak-anak jalanan akhir-akhir ini menambah panjang daftar bentuk kenakalan remaja tersebut.

Berdasarkan catatan polisi jumlah kasus perkelahian dari tahun ke tahun cenderung terus meningkat, pada tahun 1989 sedikitnya terjadi kasus tawuran yang menyebabkan enam pelajar tewas, 29 luka berat dan 136 luka ringan; 193 ditangkap, 82 ditahan dan 28 diajukan ke pengadilan. Pada tahun 1990 jumlahnya meningkat, tidak kurang terjadi 212 kasus perkelahian pelajar, pada tahun 1991 tercatat 260 kasus perkelahian pelajar. Sampai Oktober 1992 jumlah pelajar yang tewas akibat tawuran sebanyak delapan orang (Nurdin, 1995).

Kasus aborsi yang terjadi akhir-akhir ini pelakunya sebagian besar adalah remaja yang hamil di luar nikah, setiap tahun sekitar dua juta wanita di negara-negara berkembang yang mendapat "pelayanan" aborsi, sepertiga dari jumlah tersebut adalah remaja di bawah usia 20 tahun (dalam Kompas 8 Desember, 1997).

Diharapkan remaja mampu menyesuaikan diri dan dapat menerima

perubahan-perubahan yang terjadi sehingga dapat berkembang menjadi seorang dewasa yang baik, akan tetapi kenyataan yang ada dalam menghadapi masa transisi ini banyak remaja yang tidak dapat menghadapi dengan baik sehingga mereka mempunyai kecenderungan neurotik yang tinggi dengan gejala-gejala negatif seperti misalnya penggunaan obat-obat terlarang, pergaulan bebas, perkelahian dan kenakalan lain bahkan sampai kriminal. Diduga apabila remaja dapat bersikap lebih asertif dan matang, maka kecenderungan neurotiknya dapat berkurang sehingga mereka dapat berkembang sesuai dengan yang diharapkan, maka penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah benar dugaan tersebut. Menurut Kartono (1981) neurotik dapat disembuhkan dengan *assertive training* melalui terapi kelompok dan kematangan dapat dibina maupun dilatihkan.

Neurotik adalah jenis gangguan mental yang paling ringan (Yudono, 1985), individu sadar kalau bermasalah namun tidak tahu bagaimana mengatasinya. Dalam Pedoman Penggolongan Diagnosa Gangguan Jiwa (PPDGJ), dikatakan gangguan neurotik adalah gangguan mental yang tidak mempunyai dasar organik, individu mempunyai *insight*, dan hubungan dengan realitasnya tidak terganggu.

Warga (1983) mengemukakan bahwa neurotik merupakan suatu bentuk perilaku maladaptif karena adanya tekanan-tekanan psikologik sebagai faktor penyebab yang

mendasar. Gangguan neurotik dilatar-belakangi oleh tekanan emosi, konflik, dan frustrasi (Page, 1980).

Berdasarkan batasan-batasan di atas disimpulkan kecenderungan neurotik adalah kecenderungan perilaku individu yang maladaptif karena tidak dapat diselesaikannya suatu konflik secara wajar meskipun individu menyadari kalau ia terganggu, tampak dengan munculnya gejala kecemasan, depresi, adanya konflik-konflik, dan frustrasi.

Faktor psikologis maupun faktor kultural merupakan penyebab timbulnya gangguan neurotik. Kecemasan dan ketakutan terus menerus mengakibatkan stress atau ketegangan batin yang kuat dan kronis sehingga orang-orang mengalami frustrasi yang hebat, konflik emosional, kepatahan fisik, dan kepatahan mental, ditambah pula ketidakseimbangan pribadi, dan kurangnya usaha serta kemauan. Hal ini akan menambah semakin banyaknya kecemasan yang akhirnya menjadi gejala neurotik (Kartono, 1981).

Kecenderungan neurotik erat kaitannya dengan perkembangan dan dinamika kepribadian seseorang. Individu harus selalu belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Remaja harus mampu bersikap terbuka dan tegas dalam menyatakan pendapat atau pikirannya terhadap orang lain tanpa kehilangan rasa percaya diri. Fensterheim dan Baer (1980) mengatakan bahwa individu dapat menjadi orang normal atau bukan orang yang neurotik

apabila individu tersebut membiasakan diri dengan situasi yang penuh ketegasan atau asertif. Dengan demikian memungkinkan individu mampu memperoleh jalan keluar, mendapat dukungan sosial, dan dapat terlepas dari beban mental.

Perilaku asertif bukan bawaan ataupun muncul secara kebetulan pada tahap perkembangan individu, namun merupakan pola-pola yang dipelajari sebagai reaksi terhadap situasi sosial dalam kehidupannya (Rathus & Nevis, 1982). Menurut Alberti & Emmons (dalam Weiten & Lloyd, 1994) perilaku asertif lebih adaptif daripada submisif atau agresif, asertif menimbulkan harga diri yang tinggi dan hubungan interpersonal yang memuaskan. Kemampuan asertif memungkinkan orang untuk mengemukakan apa yang diinginkan secara langsung dan jelas sehingga menimbulkan rasa senang dalam diri dan orang lain menilai baik.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, disimpulkan seorang yang asertif adalah seorang yang mempunyai kemampuan untuk mempertahankan hak, menyatakan perasaan, pendapat, dan keinginan pada orang lain secara langsung, terus terang, dan tegas tanpa ada rasa cemas dan tidak merugikan orang lain.

Individu yang asertivitasnya tinggi akan menggunakan mekanisme pertahanan diri yang efektif dan adaptif, sedang bagi individu yang asertivitasnya rendah akan cenderung mengalami gangguan mental. Individu yang asertif ditandai oleh kemampuan mengenal dirinya sendiri dengan baik,

mengetahui kelebihan, dan kekurangannya serta menerima semua itu seperti apa adanya sehingga pada gilirannya individu mampu merencanakan tujuan hidupnya, mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, mampu mengambil keputusan. Individu yang tidak asertif cenderung bersifat emosional, tidak jujur, tidak terbuka, terhambat dan menolak diri sendiri (Bloom, dkk., 1985). Remaja perlu memiliki kemampuan untuk asertif ini agar dapat mengurangi stres maupun konfliknya sehingga tidak melarikan diri ke hal-hal yang negatif.

Kecenderungan neurotik juga berkaitan dengan kematangan atau maturitas. Kematangan menurut Piaget (dalam Monks, dkk. 1998) adalah suatu kondisi fisik yang dimiliki oleh individu untuk menunjukkan suatu kesiapan bertindak atau bersifat biologis, kemasakan fisik ini pada dasarnya muncul secara alami atau merupakan bawaan. Erikson (1989) mengatakan individu dewasa yang matang adalah pribadi yang memetik hasil dari semua konfrontasi dengan krisis-krisis yang dihadapi. Hurlock (dalam Mapiare, 1983) menyamakan antara dewasa dan matang dalam artian psikologis. Istilah dewasa boleh dikenakan pada individu-individu yang telah memiliki kekuatan tubuh secara maksimal dan siap bereproduksi dan sudah dapat diharapkan memainkan peranannya bersama dengan individu lain dalam masyarakat, mempunyai arti sebagai keadaan psikososial sehingga seseorang dapat menemukan identitasnya sendiri. Julius dan Chandra (1995) mengartikan kedewasaan dalam

sikap mental yang sebenarnya adalah suatu pandangan hidup yang selain tumbuh dalam pengalaman dapat juga dipelajari.

Berdasarkan uraian di atas disimpulkan kematangan adalah suatu proses atau hasil dari pertumbuhan dan perkembangan fisik yang disertai perubahan-perubahan dalam perilaku, dan berpikir karena adanya pengalaman dalam proses psikososial.

Berdasarkan teori-teori yang sudah dikemukakan, diajukan hipotesis mayor yang berbunyi: Ada hubungan antara asertivitas dan kematangan dengan kecenderungan neurotik. Diajukan juga hipotesis minor: 1) Ada hubungan negatif antara asertivitas dengan kecenderungan neurotik. 2) Ada hubungan negatif antara kematangan dengan kecenderungan neurotik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMK 7 Yogyakarta, subjek yang diteliti adalah siswa yang duduk di kelas II dan III, serta berusia antara 15 sampai 18 tahun. Sampel diambil dengan teknik *cluster random sampling*, diperoleh 3 kelas dari 13 kelas di sekolah tersebut. Setelah dilakukan pemeriksaan ternyata diperoleh 95 subjek yang datanya memenuhi syarat untuk diteliti.

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Kecenderungan neurotik sebagai variabel tergantung, yaitu kecenderungan perilaku seseorang yang menunjukkan gejala-gejala kecemasan, depresi, dan kepekaan

emosional. Untuk mengungkap kecenderungan neurotik digunakan angket NSQ (Neuroticism Scale Questionnaire) aspeknya adalah *tender-mindedness, depressiveness, submissiveness, anxiety*. Semakin tinggi skor angket berarti kecenderungan neurotik semakin tinggi.

2. Asertivitas sebagai variabel bebas, yaitu cara yang digunakan seseorang dalam mengekspresikan emosi, perasaan, dan hak personal, serta adanya komunikasi langsung, wajar, jujur, tanpa perasaan cemas dan dapat diterima orang lain. Untuk mendapatkan data tentang asertivitas digunakan angket asertivitas yang aspek-aspeknya adalah ekspresif, pemahaman terhadap hak-hak personal, dan komunikatif. Semakin tinggi skor berarti semakin asertif.
3. Kematangan juga sebagai variabel bebas, yaitu suatu proses atau hasil akhir dari pertumbuhan dan perkembangan fisik yang disertai perubahan-perubahan dalam bertingkah laku, berpikir, dan kemampuan dalam menyelesaikan masalah secara realistis. Untuk mendapatkan data tentang kematangan digunakan angket kematangan dengan aspek-aspeknya adalah bertujuan hidup jelas dan meletakkan dasar yang kuat; bertanggung jawab; mandiri; objektif, mau menerima kritik dan saran; kreatif, intensif dan berorientasi pada tugas; sadar siapa dirinya; penyesuaian terhadap situasi baru secara realistis; mampu

mengendalikan perasaan pribadi; kemampuan akan keintiman. Semakin tinggi skor berarti semakin matang.

Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik analisis regresi dua prediktor untuk menguji hipotesis mayor, dan hipotesis minor diuji dengan korelasi product moment dari Pearson.

HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI

Hasil analisis regresi dua prediktor menunjukkan nilai $F = 6,88$; $Ry(1,2) = 0,36$ dengan $p < 0,01$ berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara asertivitas dan kematangan dengan kecenderungan neurotik.

Korelasi antara asertivitas dengan kecenderungan neurotik diperoleh angka korelasi = 0,212 dengan $p < 0,05$ hal ini menunjukkan ada hubungan positif antara asertivitas dengan kecenderungan neurotik berarti semakin tinggi asertivitas pada remaja maka kecenderungan neurotik juga semakin tinggi, jadi hipotesis minor pertama ditolak. Untuk korelasi antara kematangan dengan kecenderungan neurotik, diperoleh angka korelasi = 0,28 dengan $p < 0,01$ hal ini menunjukkan ada hubungan positif antara kematangan dengan kecenderungan neurotik berarti semakin tinggi kematangan pada remaja maka akan semakin tinggi pula kecenderungan neurotiknya, hipotesis minor kedua juga ditolak.

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan

antara asertivitas dan kematangan dengan kecenderungan neurotik. Secara teoritis seharusnya hubungan tersebut negatif yaitu semakin asertif dan semakin matang seseorang akan semakin rendah kecenderungan neurotiknya. Namun hasil penelitian ini secara statistik menunjukkan arah yang berlawanan yaitu arah yang positif, berarti semakin asertif dan matang seseorang akan semakin tinggi pula kecenderungan neurotiknya, keadaan ini dapat dijelaskan sebagai berikut.

Fensterheim dan Baer (1980) mengatakan bahwa kecenderungan neurotik erat kaitannya dengan perkembangan dan dinamika kepribadian seseorang, individu dapat menjadi orang normal dan bukan orang yang neurotik apabila individu dapat menyesuaikan diri dengan situasi lingkungan dengan segala masalah yang ada didalamnya. Individu harus selalu belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mampu bersikap terbuka, tegas dalam menyatakan pendapat atau pikiran terhadap orang lain tanpa kehilangan rasa percaya diri, hal seperti ini disebut asertif. Erikson (1989) mengatakan kecenderungan neurotik juga berkaitan dengan kematangan atau maturitas. Individu dewasa yang matang adalah pribadi yang memetik hasil dari konfrontasi dengan krisis-krisis yang berada didalamnya serta dapat menemukan identitas diri sendiri. Berdasarkan kedua teori tersebut dapat disimpulkan seorang individu yang asertif dan masak kecenderungan neurotiknya akan rendah.

Teori tersebut adalah teori yang muncul di dunia Barat, yang ternyata tidak sesuai dengan budaya di Timur khususnya di Jawa, Indonesia. Seperti yang dikatakan Skinner dan Watson (dalam Corey, 1988) bahwa manusia pada dasarnya dibentuk dan ditentukan oleh lingkungan sosial budayanya. Situasi dalam dunia obyektif masa lampau dan hari ini menentukan tingkah laku manusia, jadi kecemasan atau tingkah laku neurotik juga dipelajari atau merupakan suatu respon yang dipelajari.

Sasongkowati (1991) mengatakan bahwa budayalah yang menentukan perilaku manusia. Rakos (1991) mengatakan bahwa konsep asertivitas berkaitan dengan kebudayaan. Pada salah satu budaya, suatu perilaku dipandang asertif dan sesuai dengan budaya setempat, akan tetapi hal yang sama tidak dapat ditolerir oleh masyarakat dengan latar belakang budaya tertentu. Setiap kebudayaan mempunyai aturan dan norma yang berbeda, perbedaan ini dapat mempengaruhi pembentukan pribadi masing-masing individu termasuk berperilaku asertif. Negara Indonesia terdiri dari berbagai suku bangsa yang masing-masing memiliki kebudayaan yang khas, jadi faktor budaya ini akan berperan dalam asertivitas seseorang.

Hurlock (1973) mengatakan bahwa pencapaian kematangan emosi individu ditandai dengan adanya kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan, jadi semakin individu memiliki kematangan maka akan semakin mampu menyesuaikan

keadaan yang menimbulkan tekanan pada emosinya.

Seseorang yang asertif dan matang, sebetulnya ingin menyalurkan segala sesuatu dalam dirinya secara terbuka dan terus terang, namun tampaknya hal tidak dapat dilakukan karena hambatan faktor budaya. Misalnya seorang remaja yang ingin terbuka kepada orangtuanya atau orang lain yang lebih tua, justru hal tersebut tidak sesuai dengan norma masyarakat setempat, khususnya di Yogyakarta yang masih ada budaya *unggah-ungguh* dan *pekewuh*, norma masyarakat menuntut seorang anak hendaknya menghormati dan menurut saja apa yang dikehendaki oleh orangtuanya. Jadi faktor kebudayaan ini berbalik sebagai faktor yang menyebabkan neurotik, seperti yang dikatakan Kartono (1986) bahwa penyebab utama dari gangguan neurotis adalah faktor-faktor psikologis dan kultural, khususnya frustrasi dan konflik-konflik emosional. Keadaan ini justru menyebabkan mereka semakin tertekan, ingin asertif tetapi tidak dapat diekspresikan, jadi semakin asertif dan matang seseorang semakin cenderung neurotis karena tidak dapat menyalurkan dorongan yang ada dalam dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian dan diskusi yang telah diuraikan di atas, dipetik suatu simpulan yang perlu digaris bawahi bahwa teori yang tumbuh di suatu latar belakang kebudayaan tertentu belum tentu cocok untuk ditrapkan di kebudayaan lain, jadi kita harus berhati-hati dan

cermat untuk menerapkan teori yang sudah ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Bloom, L.Z.; Coburn, K. & Pearlam, J. 1985. *The Asertive Woman*. New York: Dell Publishing Co.Inc.
- Corey, G. 1988. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan oleh E. Koeswara. Bandung: Eresco.
- Erikson, E. 1989. *Identitas dan Siklus Hidup Manusia*. Jakarta: Gramedia.
- Fensterheim, H. & Baer, J. 1980. *Jangan Bilang Ya Bila Anda Akan Mengatakan Tidak*. Jakarta: Gunung Jati.
- Hurlock, E.B. 1973. *Adolescent Development*. Japan: Kosaldo Printing Co. LTD.
- Jersild, A.T. ; Brook, J.S. & Brook, P.W. 1978. *The Psychology of Adolescence*. New York: Mac Millan Publishing Co.
- Julius. & Chandra, R. 1995. *Melangkah Kealam Kedewasaan*. Yogyakarta: Kanisius.
- Kartono, K. 1981. *Gangguan-gangguan Psikis*. Bandung: Sinar Baru.
- Kompas 8 Desember 1997.
- Mapiare, A. 1983. *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Monks, F.J. ; Knoers, A.M.P. & Haditono, S.R. 1998. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Cet.11. Gadjah Mada University Press: Yogyakarta.

- Page, J.D. 1980. *Abnormal Psychology*. New Delhi: Tata Mc.Graw Hill Publishing Co.Ltd.
- Rakos, F.R. 1991. *Assertive Behavior*. New York:Routledge Champan and Hall, Inc.
- Rathus, S.A. & Nevis, J.S. 1980. *Behavior Therapy, Strategy for Solving Problems in Living*. New York: The Hearst of Corp.
- Sasongkowati, S. 1991. Hubungan antara Tingkat Masulinitas dengan Sikap Emansipasi pada Mahasiswi AKABA 17 Semarang. *Skripsi*. Tidak diterbitkan. Semarang:Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
- Suranto, 1997. Fenomena Mabuk Lem dan Persoalan Kenakalan Remaja. *Kedaulatan Rakyat*. 16 Juni 1997: Yogyakarta.
- Warga, R.G. 1983. *Personal Awareness, A Psychology of Adjustment*. Boston: Houghton Mifflin Co.
- Weiten, W. & Lloyd, A.M. 1994. *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in the 90's*. California: Books/Cole Publishing Company.
- Nurdin, 1995. *Perilaku Remaja dan Permasalahannya, Berikut Ketentuan-ketentuan Hukum Pidana Bagi Remaja*. Yayasan Penerus Nilai-nilai Luhur perjuangan 1945: Jakarta.
- Yudono. 1985. Anti Depressantio. *Makalah*. HUT XXXIX Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada: Yogyakarta.