

HUBUNGAN ANTARA *SELF-DETERMINATION* DENGAN ASERTIVITAS PADA SISWA SMA NEGERI 2 SEMARANG

Dita Indah Sari Mulyanto¹, Prasetyo Budi Widodo¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

therealditaindah@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-determination* dengan asertivitas pada siswa SMA Negeri 2 Semarang. *Self-determination* merupakan kemampuan individu untuk mengarahkan dirinya secara bebas tanpa paksaan pihak lain dan bertanggung jawab atas pilihan yang ia pilih dalam hidupnya, sementara asertivitas merujuk pada kemampuan individu untuk mengekspresikan pemikiran, pendapat, dan perasaannya secara jujur dan nyaman dengan tetap menghormati hak dan martabat orang lain. Teknik sampling yang digunakan yaitu *proportionate stratified random sampling*, dengan jumlah partisipan sebanyak 270 siswa. Alat ukur yang digunakan yaitu dengan konstruksi skala *self-determination* (23 aitem) dan skala asertivitas (32 aitem), kemudian dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-determination* dengan asertivitas ($R = 0.581$, $p < 0.001$). *Self-determination* memberikan sumbangan efektif sebesar 33,7% terhadap asertivitas ($R^2 = 0.337$). Tingkat *self-determination* dan asertivitas siswa secara umum berada dalam kategori tinggi. Tidak ditemukan perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin dalam *self-determination* ($p = 0.221$), namun terdapat perbedaan signifikan dalam asertivitas ($p < 0.001$), dengan siswa laki-laki menunjukkan tingkat asertivitas yang lebih tinggi, meski kedua kelompok berada pada kategori skor tinggi. Temuan ini memberikan kontribusi dalam memperkuat dan memperluas kajian tentang peran *self-determination* dalam membentuk asertivitas siswa. Implikasi praktis dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pihak sekolah dan pendidik dalam merancang program pembinaan yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, namun juga pada pengembangan psikologis siswa, khususnya dalam membentuk kemandirian dan keberanian menyuarakan pendapat.

Kata Kunci: self-determination; asertivitas; siswa; regresi linear sederhana.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-DETERMINATION WITH
ASSERTIVENESS IN STUDENTS AT SMA NEGERI 2 SEMARANG***

Dita Indah Sari Mulyanto¹, Prasetyo Budi Widodo¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

therealditaindah@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-determination and assertiveness among students at SMA Negeri 2 Semarang. Self-determination refers to an individual's ability to direct themselves freely without coercion from others and to take responsibility for the choices they make in life, while assertiveness refers to an individual's ability to express their thoughts, opinions, and feelings honestly and comfortably while respecting the rights and dignity of others. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling, with a total of 270 participants. The measurement tools used were the self-determination scale (23 items) and the assertiveness scale (32 items), which were then analyzed using simple linear regression. The analysis results showed a significant relationship between self-determination and assertiveness ($R = 0.581$, $p < 0.001$). Self-determination contributed effectively to 33.7% of assertiveness ($R^2 = 0.337$). The levels of self-determination and assertiveness among students were generally high. No significant differences were found based on gender in self-determination ($p = 0.221$), but there were significant differences in assertiveness ($p < 0.001$), with male students showing higher levels of assertiveness, although both groups were in the high score category. These findings contribute to strengthening and expanding research on the role of self-determination in shaping student assertiveness. The practical implications of this study are expected to serve as a reference for schools and educators in designing development programs that not only focus on academic aspects but also on students' psychological development, particularly in fostering independence and the courage to express opinions.

Keywords: self-determination; assertiveness; students; simple linear regression.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sistem pendidikan yang baik merupakan sistem pendidikan yang dapat memfasilitasi kebutuhan peserta didik secara inklusif sehingga mampu menghasilkan individu berkualitas tanpa terkecuali. Pergantian kurikulum sejak masa kemerdekaan Indonesia menjadi upaya pemerintah untuk terus meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Permendikbudristek) Nomor 12 Tahun 2024 tentang Kurikulum pada Pendidikan Anak Usia Dini, Jenjang Pendidikan Dasar, dan Jenjang Pendidikan Menengah, per tahun ajaran 2024/2025, kurikulum nasional yang berlaku di Indonesia adalah Kurikulum Merdeka.

Kurikulum Merdeka yang menggantikan kurikulum sebelumnya (Kurikulum 2013) dikembangkan secara lebih fleksibel. Prinsip Kurikulum Merdeka yakni memusatkan pembelajaran sepenuhnya kepada peserta didik, sehingga peserta didik dapat menentukan apa dan bagaimana menyelesaikan pekerjaannya sebagai siswa sesuai jadwal yang ada (Cholilah et al., 2023; Ramadhan, 2023). Hal ini dikuatkan dengan penerapan metode pembelajaran *Student Centered Learning* (SCL) yang telah digiatkan oleh instansi pendidikan sejak berlakunya Kurikulum 2013.

Di antara prinsip metode pembelajaran SCL yaitu prinsip aktif belajar. Metode ini mengharuskan peserta didik untuk aktif melibatkan diri dalam proses belajar. Prinsip lainnya yaitu prinsip otonomi, yakni peserta didik dapat terlibat

dalam pekerjaannya tanpa merasa diawasi dan tetap mampu membuat pilihan yang bermakna secara mandiri (Coleman dan Money, 2024). Dengan demikian, metode pembelajaran SCL yang diterapkan pada Kurikulum Merdeka di Indonesia diharapkan mampu membangkitkan keaktifan peserta didik, termasuk aktif bertanya, meminta bantuan, berdiskusi, mengemukakan pendapat maupun ide, aktif terlibat dalam proyek, hingga aktif dalam berinteraksi sosial di lingkungan pendidikan.

Pada peserta didik usia remaja, seperti peserta didik SMP dan SMA, kemampuan berinteraksi sosial perlu ditingkatkan, mengingat mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya menjadi salah satu tugas perkembangan remaja (Hurlock, 1994). Di sisi lain, interaksi sosial secara langsung dengan orang tua dan teman sebaya juga dibutuhkan remaja untuk mengembangkan identitas diri (Branje, 2022). Pada penelitian yang sama, Branje (2022) menyebutkan bahwa mengembangkan identitas diri menjadi kunci dari tugas perkembangan pada remaja. Artinya, mengembangkan interaksi sosial merupakan pengalaman penting yang perlu dijalani remaja dalam fase perkembangannya.

Salah satu aspek yang diprediksi berkorelasi dengan interaksi sosial yaitu asertivitas (Sitota, 2018). Parmaksiz dan Kiliçarslan (2020) menafsirkan asertivitas sebagai kemampuan individu untuk mempertahankan hak dan mengungkapkan perasaan serta pikirannya dengan mudah. Individu yang memiliki asertivitas mampu mempertahankan hak dan kebutuhan pribadinya dengan tetap menghargai orang lain (Yuliani et al., 2020). Di sisi lain, Niyogi et al. (2020) menyatakan bahwa individu yang asertif dapat dengan tegas mengungkapkan keinginan, nilai-nilai, pemikiran, membuat batasan terhadap orang lain, dan menyampaikan perasaannya

tanpa bersikap agresif. Dengan demikian, individu yang asertif dapat dengan percaya diri mengungkapkan kebutuhan dan ide-idenya tanpa mengkerdikan kebutuhan maupun gagasan orang lain.

Mengembangkan asertivitas dapat memberikan dampak langsung kepada seseorang. Dengan asertivitas, seseorang dapat menumbuhkan komunikasi yang efektif dan dapat meminimalisasi dirinya dalam menghadapi masalah serta mengatasi masalah dengan lebih baik (Parmaksiz, 2019). Adapun Sarah dan Indriana (2018) menyatakan bahwa asertivitas dapat meningkatkan *self-esteem* (harga diri), mengurangi gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, lebih dihargai oleh orang lain, individu dapat lebih memahami diri dan menentukan tujuan hidup, serta memperbaiki komunikasi menjadi lebih efektif. Di sisi lain, asertivitas menjadi bagian penting bagi peserta didik untuk meningkatkan prestasi akademik dan menjaga hubungan sosialnya dengan orang lain (Blegur et al., 2023).

Individu yang asertif menunjukkan kriteria tertentu dalam bersikap dan berperilaku. Asertivitas ditunjukkan oleh individu melalui kemampuan bahasa yang baik, citra diri yang baik, memiliki interaksi yang positif dengan orang lain, mampu bekerja sama, dapat mengatasi masalah dengan baik, percaya diri, dan memiliki kemampuan komunikasi yang kuat dan efektif (Sarah dan Indriana, 2018). Ciri lainnya ditunjukkan ketika individu mampu berkomunikasi secara terbuka, tenang dan percaya diri dalam menghadapi masalah, dan memberikan kesempatan untuk orang lain menyampaikan pendapat dan ide-idenya (Sukiah, 2018).

Setiap individu perlu memiliki sifat asertif untuk dapat bertahan di lingkungan masyarakat (Parmaksiz, 2019). Dalam proses pembelajaran, penting

bagi peserta didik usia remaja untuk menumbuhkan asertivitas dalam diri. Hal ini karena asertivitas menunjukkan internalitas, otonomi, integritas, dan aktivitas regulasi diri yang tinggi yang dapat memengaruhi kualitas pendidikan (Smolinska et al., 2024). Dengan asertivitas, seseorang dapat menentukan sikap diri tanpa khawatir dengan penilaian orang lain terhadap dirinya. Salah satu bentuk asertivitas seseorang adalah apabila ia mampu berkata “tidak” secara tegas (Pratiwi, 2014).

Dalam penelitian yang sama, Pratiwi (2014) menyebutkan jika tanpa asertivitas, remaja dapat kehilangan hak-hak dirinya dan menjadi pribadi yang tidak bebas karena selalu berada di bawah dominasi individu lainnya. Kurangnya kemampuan komunikasi asertif pada remaja juga dapat menimbulkan perilaku agresif (Yuliani et al., 2020). Hal ini juga disampaikan oleh Sitota (2018) yang menyatakan bahwa individu dengan asertivitas rendah dapat menunjukkan kepasifan atau perilaku agresif. Adapun kepasifan dan perilaku agresif dapat mengarahkan seseorang pada perasaan-perasaan negatif seperti cemas, takut, marah, benci, dan ketidak berdayaan (Sarah dan Indriana, 2018). Dengan demikian, rendahnya asertivitas dapat menimbulkan berbagai macam emosi negatif dalam diri seseorang.

Pada peserta didik yang pasif atau agresif, mereka akan kesulitan mengekspresikan diri dengan baik. Individu yang pasif cenderung menyembunyikan perasaan dan pendapatnya, senang berpura-pura, menyetujui segala hal, enggan berbicara untuk dirinya, dan menunjukkan keragu-raguan, yang menyebabkan ia kesulitan untuk bergerak maju, tidak mampu membuat keputusan secara mandiri, dan merasa khawatir bahwa dirinya tidak cukup baik (Bocar, 2017; Bulantika dan Sari, 2019; Parmaksiz dan Kiliçarslan, 2020). Adapun individu yang

agresif menunjukkan kesulitan memahami sudut pandang orang lain, senang menginterupsi dan memonopoli orang lain (Bocar, 2017).

Jika peserta didik tidak memiliki asertivitas, maka ia akan kesulitan mengungkapkan aspirasinya baik di dalam kelas, organisasi, maupun dalam lingkungan sosialnya. Bulantika dan Sari (2019) menyebutkan bahwa peserta didik yang tidak mampu bersikap asertif akan dirugikan oleh teman sebayanya. Lebih jauh, jika yang ditunjukkan adalah kepasifan, seseorang tidak akan mengetahui keberpihakannya dan akan kehilangan *self-esteem* (harga diri) secara perlahan, sedangkan jika perilaku agresif yang lebih dominan ditunjukkan, maka seseorang akan cenderung menantang orang lain dan bisa jadi mendapat serangan balasan yang memicu perasaan tidak senang dan kebencian pada orang lain (Bocar, 2017).

Berdasarkan hasil wawancara dengan wakil kepala sekolah bidang hubungan masyarakat (Wakahumas) yang sekaligus menjadi guru mata pelajaran Bahasa Indonesia kelas XI di SMA Negeri 2 Semarang, didapatkan bahwa masih terdapat peserta didik yang tidak menunjukkan asertivitas. Dinamika keaktifan kelas akan berjalan secara situasional, tergantung mata pelajaran yang berlangsung. Jika peserta didik senang dengan mata pelajaran di hari itu, maka ia akan lebih bersemangat dibanding dengan peserta didik yang tidak menyukai materi pembelajaran di kelas. Terdapat juga peserta didik yang enggan menyampaikan ide atau enggan menjawab pertanyaan di urutan awal untuk pertanyaan yang diajukan oleh guru.

Wakahumas SMA Negeri 2 Semarang juga menyebutkan bahwa beberapa peserta didik cukup berani mengungkapkan perasaan, namun ada juga yang memilih bercerita kepada guru secara tidak langsung melalui pesan WhatsApp.

Bahkan banyak lainnya yang tidak berani untuk menyatakan apa yang sedang mereka rasakan secara jujur kepada guru. Pada siswa yang menunjukkan kepasifan, terutama dalam hal berpendapat atau saat berdiskusi, mereka merasa tidak percaya diri karena menilai temannya yang lain lebih pintar atau melihat teman yang menyampaikan pendapat dengan baik, sehingga merasa bahwa dirinya tidak mampu melakukan hal yang sama. Hal inilah yang akhirnya mencegah mereka berinisiatif untuk menunjukkan keaktifan di dalam kelas.

Ada berbagai faktor yang diprediksi memiliki korelasi dengan asertivitas seseorang, salah satunya yaitu situasi tertentu lingkungan sekitar (Alberti dan Emmons dalam Istiqomah dan Hariyadi, 2022). Hal ini juga disampaikan oleh Qaddura et al. (2019) yang menyebutkan bahwa individu akan mengamati situasi dan lingkungan di sekitarnya sebelum berperilaku. Situasi dan kondisi ini dapat berdampak pada keputusan yang dibuat oleh seseorang (Nevid dan Rathus, 2019). Pengambilan keputusan adalah hal yang krusial dalam kehidupan seseorang, karena dapat menentukan keberlangsungan hidup setelah keputusan tersebut diambil. Dalam mengambil sebuah keputusan, terdapat peran determinasi diri (*self-determination*), seperti yang dikemukakan oleh Mamahit dan Situmorang (2016) bahwa *self-determination* dapat membantu peserta didik dalam membuat keputusan karir berdasarkan dorongan dan keyakinan yang kuat untuk meraih kesuksesan. Lebih jauh, *self-determination* melibatkan pengambilan pilihan yang sejalan dengan nilai dan tujuan individu dan bagaimana individu tersebut bertanggung jawab atas pilihan dan keputusan yang dibuatnya (Ye dan McCoy, 2024).

Self-determination merupakan kemampuan individu untuk menentukan pilihan dan mengatur tindakannya. Deci dan Ryan (dalam Davids et al., 2017)

mengemukakan *self-determination theory* (SDT) yang menjadi dasar asumsi bahwa individu mampu memotivasi diri untuk mencapai potensi terbesar mereka. *Self-determination* dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengidentifikasi keinginan yang berkaitan dengan otonomi (*autonomy*), kompetensi (*competence*), dan keterhubungan sosial (*relatedness*) dalam mencapai target atau tujuan tertentu (Mamahit dan Situmorang, 2016). Adapun Bandura et al. (dalam Ye dan McCoy, 2024) menyatakan bahwa *self-determination* adalah kemampuan dalam diri manusia untuk bertindak dengan kesadaran dan kemauan sendiri, serta mengendalikan hidup mereka secara langsung atau tidak langsung.

Penelitian mengenai hubungan antara *self-determination* dengan asertivitas pernah dilakukan oleh Nota et al. (2011) terhadap peserta didik usia remaja di Italia, yang mana temuannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-determination* dengan perilaku asertif. Semakin tinggi *self-determination* pada diri remaja, maka semakin tinggi pula kepercayaan dirinya dalam kemampuan membuat keputusan secara mandiri, mengatasi permasalahan sosial, mengekspresikan pujian, dan mengelola keterbatasan dan kesulitan pribadi. Penelitian serupa juga pernah dilakukan oleh Marissa et al. (2023) terhadap 1.130 subjek berusia 18-25 tahun yang menemukan bahwa *self-determination*, *social anxiety*, dan *agreeableness* memengaruhi asertivitas sebesar 35.9%. Hasil temuan mereka juga menunjukkan bahwa *self-determination* antara subjek perempuan dan subjek laki-laki tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan, namun tingkat asertivitas subjek perempuan lebih tinggi dibanding subjek laki-laki.

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa asertivitas berperan penting dalam pengambilan keputusan dan penentuan pilihan untuk mengatur kehidupan

individu. Sejauh yang peneliti ketahui, penelitian mengenai hubungan antara *self-determination* dengan asertivitas pada peserta didik usia remaja di Indonesia masih sangat terbatas. Didukung dengan hasil wawancara dengan Wakahumas SMA Negeri 2 Semarang, peneliti berusaha mengkaji hubungan *self-determination* dengan asertivitas pada peserta didik SMA Negeri 2 Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *self-determination* dengan asertivitas pada siswa SMA Negeri 2 Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan permasalahan penelitian yang dirumuskan di atas, penelitian ini bertujuan untuk membuktikan secara empirik bahwa terdapat hubungan antara *self-determination* dengan asertivitas pada siswa SMA Negeri 2 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, seperti berikut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memperkuat, melengkapi, dan mengembangkan temuan sebelumnya terkait hubungan antara *self-determination* dengan asertivitas, dan mampu memberikan informasi aktual dalam bidang psikologi, terutama pada psikologi pendidikan dan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Bidang Psikologi

Hasil penelitian diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan dan psikologi sosial.

b. Bagi Peserta Didik Usia Remaja

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya mengembangkan *self-determination* agar individu mampu membuat keputusan dengan bijaksana dan bertanggung jawab atas keputusan yang diambil, serta pentingnya menumbuhkan asertivitas agar mampu dengan percaya diri menyampaikan aspirasi dengan tetap menghargai dan tidak merendahkan orang lain.

c. Bagi Sekolah dan Guru

Penelitian ini diharapkan mampu mengarahkan para guru untuk mendorong peserta didik dalam meningkatkan asertivitas mereka sehingga menumbuhkan rasa percaya diri, terutama dalam proses pemenuhan tugas perkembangannya sebagai remaja. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan acuan rancangan program pembinaan dan penyusunan kebijakan oleh pihak sekolah, yang tidak hanya berfokus pada hal akademik, namun juga dinamika psikologis peserta didik.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai rujukan dan panduan bagi peneliti lainnya yang akan meneliti variabel serupa, yaitu *self-determination* dan asertivitas.