



Perilaku Asertif ditinjau dari Harga Diri pada Siswa SMA PAB 4 Sampali

Najwa Azzahra¹, Beby Astri Tarigan², Raphita Sahania Morani Simbolon³, Natasya Triana Bella Napitupulu⁴, Winida Marpaung⁵, Nur Afni Safarina⁶

PUI-PT Personality Growth Center, Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia, najwaaz.138@gmail.com

²Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia, bebyastritarigan@unprimdn.ac.id

³Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia, simbolonraphita0@gmail.com

⁴Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia, tasyanapitupulu140@gmail.com

⁵Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia, Indonesia, winidamarpaung@unprimdn.ac.id

⁶Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Indonesia, nurafni.safarina@unimal.ac.id

Corresponding Author: bebyastritarigan@unprimdn.ac.id²

Abstract: *This study focuses on revealing the relationship between self-esteem and assertive behavior among students of SMA PAB 4 Sampali. The method applied was quantitative, involving 114 students as the sample. The sampling technique used was Disproportionate Stratified Random Sampling. The analysis results showed an r value of 0.713 and a significance level (p -value) of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a positive and significant relationship between self-esteem and assertive behavior. The coefficient of determination (R^2) in this study was 50.9% for assertive behavior, while the remaining 49.1% was influenced by other variables not included in the focus of this study. These findings emphasize the importance of self-esteem in enhancing assertive behavior among students.*

Keyword: *Assertive Behavior, Self Esteem*

Abstrak: Penelitian ini berfokus untuk mengungkapkan keterikatan antara harga diri dan perilaku asertif di kalangan siswa SMA PAB 4 Sampali. Metode yang diterapkan yaitu kuantitatif dengan melibatkan 114 siswa sebagai sampel. Teknik pengambilan sampel yang diterapkan adalah *Disproportionate Stratified Random Sampling*. Hasil analisis menunjukkan r sebesar 0.713 dan nilai signifikansi (p -value) sebesar 0.000 ($p < 0.05$), yang mengindikasikan adanya keterikatan positif dan signifikan antara harga diri dan perilaku asertif. Nilai koefisien determinasi (R^2) dalam studi ini adalah 50.9% terhadap perilaku asertif, sementara 49.1%

sisanya terdapat pengaruh dari variabel lain yang tidak menjadi fokus studi ini. Temuan ini menegaskan pentingnya harga diri dalam meningkatkan perilaku asertif di kalangan siswa.

Kata Kunci: Perilaku Asertif, Harga Diri

PENDAHULUAN

Pendidikan memainkan peran penting dalam kehidupan manusia. Standar pendidikan di suatu negara memiliki dampak yang signifikan terhadap kemajuannya, suatu negara akan maju, damai, dan sejahtera jika mampu menghasilkan manusia yang berkualitas tinggi. Pendidikan dianggap sebagai solusi utama untuk memperbaiki karakter dan budaya bangsa Indonesia pada jenjang pendidikan dasar, menengah, dan atas (Mubarak, 2015). Tujuan kurikulum sekolah menengah atas dalam kurun waktu tiga tahun adalah guna memberikan bekal pengetahuan dan kesiapan kepada siswa agar mampu menguasai ilmu pengetahuan dan keterampilan yang lebih luas (Mahyudin, 2019). Siswa SMA akan menghadapi masalah dalam membangun hubungan sehat dan berkualitas, baik pada teman sebaya ataupun orang dewasa. Mereka sering menghadapi masalah seperti perselisihan dengan teman, dikucilkan dari kelompok teman sebaya, dan kesulitan berinteraksi dengan orang tua (Siregar dkk., 2022).

Saat memasuki SMA, siswa seharusnya sudah memiliki keberanian untuk berbicara, mengemukakan pendapat, dan menolak. Faktanya, banyak siswa cenderung lebih memilih memendam perasaan, berpura-pura, dan menahan pendapatnya karena rasa takut dan khawatir mengecewakan perasaan orang. Seperti peristiwa yang terjadi di ruang kelas MAN 2 menunjukkan bahwa masih ada siswa yang kesulitan menerapkan pentingnya mengekspresikan perasaan dan pendapat mereka. Seorang siswi tersebut memilih diam meski diejek temannya dengan perkataan seperti "hitam" dan "miskin", meskipun ia tidak nyaman dengan tindakan demikian, ia takut mengungkapkan perasaannya karena khawatir akan reaksi negatif dan memperburuk situasi. Siswi tersebut juga tidak berani menceritakan kejadian yang terjadi dan meminta pertolongan kepada orang lain, termasuk orang tuanya, sehingga beban emosionalnya terus menumpuk tanpa jalan keluar (www.detik.com).

Pada kasus lain, beberapa siswa terlihat tidak mampu untuk menolak tekanan teman sebaya dan menyatakan ketidaksetujuan mereka terhadap ajakan siswa lain yang merencanakan tawuran. Mereka merasa takut mengecewakan atau ditolak oleh kelompoknya sehingga memilih untuk mengikuti ajakan temannya karena mereka merasa tidak punya hak untuk bersuara yang membuat mereka cenderung mengikuti arus meskipun merasa tidak nyaman, akibatnya mereka mengikuti perkataan temannya hanya karena takut tidak memiliki teman jika menolak ajakan temannya tersebut. Akibatnya mereka ditangkap polres Kebumen, yang pada saat itu mereka hanya bisa menyesali perbuatan mereka terlihat dari tangisan mereka (www.suarabaru.id). Beberapa kasus yang telah dipaparkan menjadi bukti bahwa banyak siswa belum mampu mengembangkan kemampuan untuk mengkomunikasikan perasaan dan keinginan mereka secara terbuka dan tidak berani menolak ajakan-ajakan negatif. Hal ini juga ditemukan pada siswa SMA di SMA PAB 4 Sampali.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa siswa SMA PAB 4 Sampali, terungkap bahwasanya siswa A pada saat ada teman yang mengajak untuk menyontek saat ulangan atau mengerjakan tugas, siswa tersebut sebenarnya tidak setuju dengan tindakan tersebut karena sadar bahwa hal itu merupakan perilaku yang tidak jujur dan melanggar aturan, meskipun dalam hati ia ingin menolak, tetapi ia tetap mengikuti ajakan temannya. Ia khawatir akan dianggap tidak solid, berbeda sendiri, atau bahkan dijauhi oleh teman-temannya jika menolak; Siswa B seringkali saat siswa tersebut duduk sebangku dengan seorang temannya yang sering mengganggu, baik melalui obrolan maupun perilaku-perilaku kecil yang mengganggu konsentrasi, siswa tersebut tidak menunjukkan keberanian untuk

menyampaikan ketidaknyamanannya secara langsung. Meskipun fokus belajarnya terganggu, ia memilih untuk diam dan membiarkan situasi tersebut berlangsung tanpa memberi teguran; Siswa C pada saat menerima pujian dari guru atau teman, siswa tersebut tidak menunjukkan rasa bangga atau ucapan terima kasih sebagaimana semestinya. Sebaliknya, ia justru tampak canggung dan berusaha merendahkan dirinya dengan menganggap pujian tersebut tidak benar adanya. Berdasarkan fenomena tersebut, hasilnya menunjukkan bahwa beberapa masalah yang dihadapi siswa adalah sebagai berikut: (a) sulit memberi penolakan pada dirinya sendiri, yang dapat membuat rugi dirinya sendiri (b) kesulitan dalam mengekspresikan pendapat, perasaan, atau belum memiliki keberanian atau kemampuan untuk mengekspresikan diri secara terbuka dan jelas dalam situasi sosial (c) mencerminkan perilaku tidak asertif, di mana siswa kesulitan menerima apresiasi secara terbuka karena rendahnya kepercayaan diri atau kekhawatiran akan penilaian orang lain

Siswa seharusnya lebih menunjukkan inisiatif dengan tindakan yang langsung, jujur, terbuka, menghormati hak orang lain, dan efisien dalam mencapai apa yang mereka inginkan, mampu menyampaikan perasaan dan pendapat mereka dengan jelas dan tanpa rasa takut, serta menghargai hak-hak orang lain dalam prosesnya (Aryani, 2022). Selain itu, siswa harus memiliki keberanian untuk mengatakan “ya” atau “tidak” sesuai dengan situasi dan teguh dalam menolak pengaruh-pengaruh merugikan yang dapat menghambat potensi pertumbuhan mereka (Alberti & Emmons, 2017). Namun, kenyataannya sering kali berbeda di lapangan. Permasalahan-permasalahan seperti ini menegaskan pentingnya memberikan perhatian lebih besar pada perkembangan perilaku asertif di kalangan siswa SMA.

Alberti dan Emmons (2017) mengemukakan bahwasanya perilaku asertif ialah kemampuan individu dalam berperilaku sesuai dengan kebutuhan atau kepentingan sendiri tanpa mengalami kecemasan yang berlebihan. Perilaku asertif memberikan kesempatan bagi individu untuk menyampaikan perasaan mereka secara jujur, tenang, dan nyaman, dengan tetap menghormati hak orang lain. Individu yang asertif biasanya memiliki ciri-ciri seperti mampu mengekspresikan diri, menolak dan menyatakan ketidaksetujuan, berbicara dengan jujur dan apa adanya, serta menunjukkan perilaku sesuai dengan keinginannya.

Individu yang bersikap asertif memiliki kemampuan untuk mengekspresikan diri serta memahami dirinya dengan baik. Mereka mampu memenuhi kebutuhannya karena memiliki keberanian untuk mengungkapkan kebutuhan tersebut kepada orang lain. Individu yang berperilaku asertif cenderung yang lebih menarik, dapat menjadi dirinya sendiri, jujur dalam perkataan, dan memiliki ketegasan dalam menolak hal negatif yang merugikan diri mereka sendiri (Wijayanti & Nusantara, 2022). Alberti dan Emmons (2017) berpendapat bahwa aspek perilaku asertif, yaitu: (1) aspek permintaan, mampu untuk meminta bantuan atau penolongannya kepada orang lain; (2) aspek pengungkapan diri, dapat dengan jujur menyatakan ketidaknyamanannya pada orang lain; (3) aspek penolakan, dapat menunjukkan metode yang efisien untuk menolak sesuatu yang tidak sejalan; (4) aspek berperan dalam pembicaraan, berani untuk mengawali atau mengambil langkah pertama dalam sebuah pembicaraan; (5) aspek pujian, kapabilitas untuk menerima serta memberikan pujian pada orang lain.

Alberti dan Emmons (dalam Istiqomah & Hariyadi, 2022) mengemukakan bahwasanya harga diri ialah satu dari beberapa elemen yang berpengaruh pada perilaku asertif. Harga diri ialah persepsi seseorang tentang dirinya sendiri, baik dalam hal penerimaan maupun penolakan, yang dipengaruhi oleh komunikasi, pengakuan, dan penerimaan dari orang lain (Coopersmith, 2017). Pendapat lain dikemukakan oleh Branden (dalam Maemunah, 2020) yang memaparkan bahwasanya harga diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan hidup serta merasa berhak meraih kebahagiaan.

Harga diri bukanlah sesuatu bawaan sejak lahir, melainkan elemen dari kepribadian yang berkembang seiring waktu, dimulai dari awal kehidupan seseorang. Salah satu elemen krusial dalam pembentukan kepribadian adalah harga diri (Afrina & Hasanah, 2019). Jika mereka tidak mampu mengapresiasi dirinya, mereka akan mengalami kesulitan dalam

mengapresiasi orang disekelilingnya. Harga diri berpengaruh signifikan terhadap sikap dan perilaku (Srisayekti & Setiady, 2015).

Pribadi yang mempunyai harga diri tinggi percaya pada kemampuan mereka untuk menghadapi berbagai tantangan dalam hidup. Mereka biasanya berperilaku proaktif, memiliki kepercayaan diri, dan dapat mengekspresikan diri dengan baik. Sementara, seseorang yang harga dirinya menurun memiliki kecenderungan bersikap pasif, kurang memiliki kepercayaan diri, serta mengalami hambatan dalam mengungkapkan pikiran dan perasaannya (Husnaniyah dkk., 2019). Coopersmith (dalam Ubaidillah & Primanita, 2023) menjelaskan bahwa aspek harga diri terdiri dari (1) aspek kekuatan, menunjukkan adanya kapabilitas seseorang untuk mengatur dan mengendalikan individu lainnya; (2) aspek keberartian, menunjukkan adanya pengakuan, kepedulian dan kasih yang diperoleh individu dari orang lain; (3) aspek kebajikan, menunjukkan adanya kepatuhan kepada standar etika dan moral yang berlaku; (4) aspek kompetensi, menunjukkan performa terbaik dalam mencapai tujuan guna memenuhi standar prestasi yang diharapkan.

Merujuk pada temuan studi sebelumnya yang dilaksanakan oleh Margretta dkk. (2022) dengan judul 'Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Asertif Pada Remaja Di SMA Yayasan Pendidikan Citra Harapan Percut Sei Tuan', ditemukan nilai $r = 0.637$ dan $p = 0.000$, yang menunjukkan adanya keterikatan positif dan signifikan antara harga diri dan perilaku asertif. Temuan penelitian ini juga searah dengan studi yang dilaksanakan oleh Aryanto dkk. (2021) berjudul 'Hubungan antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif pada Remaja', yang memperlihatkan nilai $r = 0.694$ dan $p = 0.000$, yang mengindikasikan adanya keterikatan positif yang signifikan antara harga diri dan perilaku asertif. Pada dua studi sebelumnya menghasilkan temuan yang searah, yang mengindikasikan adanya keterikatan positif yang signifikan antara harga diri dan perilaku asertif. Studi lain oleh Astuti dan Muslikah (2019) menyatakan bahwasanya selain harga diri, konsep diri juga memiliki pengaruh kuat terhadap perilaku asertif. Semakin meningkat harga diri siswa, semakin meningkat perilaku asertif mereka. Sementara, semakin menurun harga diri, perilaku asertif juga menurun.

Hipotesa yang ditetapkan dalam studi ini mengungkapkan bahwasanya ditemukan keterikatan positif antara harga diri dan perilaku asertif. Asumsi yang mendasari hipotesis ini adalah semakin meningkat harga diri maka semakin meningkat perilaku asertif; sementara semakin menurun harga diri akan semakin menurun perilaku asertif. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti berminat untuk menyelidiki keterikatan antara harga diri dan perilaku asertif melalui studi yang berjudul "Perilaku Asertif ditinjau dari Harga Diri pada Siswa SMA PAB 4 Sampali".

Berdasarkan penjelasan mengenai permasalahan yang telah disampaikan di atas, peneliti merumuskan permasalahan yang ingin diketahui, yaitu "Apakah terdapat hubungan antara Harga Diri dan Perilaku Asertif pada siswa SMA PAB 4 Sampali?". Studi ini juga bertujuan untuk menginvestigasi keterikatan antara harga diri dan perilaku asertif di kalangan siswa SMA PAB 4 Sampali. Manfaat yang diharapkan dari studi ini, yaitu: (1) Secara teoritis, studi ini diharap dapat memperluas pemahaman pada bidang psikologi, khususnya dalam psikologi pendidikan dan sosial, perihal pentingnya penerapan perilaku asertif dalam kehidupan; (2) Secara praktis, studi ini diharapkan dapat memberikan pengaruh yang baik bagi siswa dan pihak sekolah. Bagi siswa, studi ini juga diharapkan dapat membantu mereka dalam mengekspresikan diri dengan jujur dan langsung, serta meningkatkan kepuasan hidup karena merasa dihargai dan dimengerti. Sementara itu, bagi sekolah, kajian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan yang berguna untuk memahami perilaku asertif siswa, sehingga sekolah dapat mendukung siswa dalam meningkatkan dan mengembangkan perilaku asertif yang mereka miliki.

METODE

Pada penelitian ini harga diri berperan menjadi variabel *independent*, sedangkan perilaku asertif merupakan variabel *dependent*. Sasaran populasi terhadap kajian ini merupakan siswa SMA PAB 4 Sampali dengan jumlah 174 orang. Tingkat kesalahan sebesar 5% serta berdasarkan tabel acuan sampel menurut Isaac dan Michael, sampel dipilih sesuai jumlah yang telah ditentukan yakni 114 responden. Metode pemilihan subjek yang dipakai yakni *Disproportionate Stratified Random Sampling*, metode ini diterapkan guna menetapkan total responden ketika populasinya sudah stratifikasi namun belum seimbang (Sugiyono, 2017).

Instrumen pengukuran perilaku asertif dikelompokkan kedalam lima aspek yang dijelaskan oleh Alberti dan Emmons (2017) yaitu: kemampuan menyampaikan permintaan, mengekspresikan diri, melakukan pertentangan, turut andil dalam pembicaraan dan memberikan apresiasi. Instrumen pengukuran harga diri pada studi ini dirancang dengan merujuk pada instrument-instrumen yang telah dijelaskan oleh Coopersmith (dalam Ubaidillah & Primanita, 2023), yakni meliputi aspek kekuatan, kebermaknaan, kebajikan, serta kompetensi individu. Skala studi ini akan melalui tahap pengujian awal untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Pengujian validitas dilakukan oleh pengamat dengan memanfaatkan teknik *Corrected Item Total Correlation*, yang dianalisis menggunakan *SPSS statistic 23 for Windows*, sebuah item dianggap valid apabila menunjukkan nilai r -hitung ≥ 0.30 , serta kebalikannya (Azwar, 2017); sementara itu dalam menguji realibilitas digunakan pendekatan *Alpha Cronbach* dengan mengaplikasikan *SPSS statistics 23 for Windows*. Tingkat reliabilitas suatu skala diukur melalui koefisien yang berkisar antara angka 0.00 hingga 1.00; dimana semakin mendekati nilai 1.00, maka tingkat reliabilitasnya terlihat semakin tinggi. Sementara, jika nilai koefisien mendekati 0,00, reliabilitas alat ukur tersebut dinilai rendah (Azwar, 2017).

Metode pengolahan data yang diterapkan dalam studi ini dilakukan dengan mempergunakan *Pearson Product Moment Correlation* memanfaatkan perangkat lunak yang relevan *SPSS statistics 24 for Windows*. Analisis ini dilakukan guna mengidentifikasi korelasi antara variabel *independen* dan variabel *dependen* (Sugiyono, 2017). Sebelum melakukan analisis terhadap data yang telah dikumpulkan, tahap awal yang dilakukan adalah pengujian asumsi, yaitu mencakup uji normalitas dan uji linearitas. Tujuan dari analisis normalitas yaitu untuk mengidentifikasi kesesuaian distribusi data bersifat normal atau tidak. Pada pengamatan *Product Moment Correlation*, salah satu syarat utama adalah bahwa data harus memiliki distribusi yang normal menggunakan kriteria yang diterapkan adalah jika nilai $P > 0.05$, sementara apabila $P > 0.05$; sebaran data tidak memenuhi asumsi kenormalan (Priyatno, 2018). Uji linearitas dibuat untuk mengidentifikasi apa ada keterikatan antara dua variabel menunjukkan adanya korelasi bersifat linier ataupun tidak. Apabila nilai $P > 0.05$; korelasi kedua variabel dianggap linier. Sementara, apabila $P > 0.05$; dengan demikian, keterkaitan antara kedua variabel tidak menunjukkan pola hubungan linier (Priyatno, 2018).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan dengan memanfaatkan teknik korelasi *Pearson Product Moment Correlation*, untuk menganalisis keterkaitan antara perilaku asertif dan harga diri. Analisis korelasi tersebut dilakukan dengan bantuan *Pearson Product Moment Correlation* dianalisis menggunakan aplikasi *SPSS statistics 24 for Windows*.

Skala Perilaku Asertif terdiri dari 35 aitem, dengan masing-masing aitem menyediakan empat pilihan jawaban bernilai dari satu sampai dengan empat. Skor total antara 35x1 hingga 35x4, yakni 35 hingga 140 dengan mean hipotetik $(35 + 140) : 2 = 87.5$. Standar deviasi hipotetik pada studi ini ialah $(140 - 35) : 6 = 17.5$. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner skala Perilaku Asertif diperoleh nilai mean empirik sekitar 98.95 dan standar deviasi sebesar 13.926.

Tabel 1. Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik Perilaku Asertif

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
Perilaku Asertif	58	127	98.95	13.926	35	140	87.5	17.5

Hasil analisis pada skala perilaku asertif, menunjukkan nilai mean empirik $>$ mean hipotetik yaitu $98.95 > 87$ yang menunjukkan bahwa tingkat perilaku asertif pada subjek studi ini lebih tinggi dibanding populasi umum. Para subjek kemudian dikelompokkan kedalam tiga klasifikasi perilaku asertif yakni rendah, sedang, dan tinggi. Tabel kategorisasi tersebut dapat dilihat berikut ini.

Tabel 2. Kategorisasi Perilaku Asertif

$X < (\mu - 1\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	Sedang
$X \geq (\mu + 1\sigma)$	Tinggi

Pada penelitian ini ditemukan standar deviasi hipotetiknya $\sigma = (140 - 35) : 6 = 17.5$, mean hipotetik $\mu = (35 + 140) : 2 = 87.5$. Berdasarkan rumus, diperoleh $x < (87.5 - 17.5) = x < 70$, $(87.5 - 17.5) \leq x < (87.5 + 17.5) = 70 \leq x < 105$, $x \geq (87.5 + 17.5) = x \geq 105$.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Perilaku Asertif

No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < (\mu - 1\sigma)$	$x < 70$	Rendah	4	3.5%
2	$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$70 \leq x < 105$	Sedang	69	60.5%
3	$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$x \geq 105$	Tinggi	41	36%
Total				114	100%

Tabel 3.7 menunjukkan bahwa dari 114 responden, sebanyak 4 orang atau 3.5% yang tergolong memiliki kecenderungan Perilaku Asertif rendah, 69 orang atau 60.5% yang menunjukkan kecenderungan Perilaku Asertif sedang dan 41 orang atau 36% yang mempunyai kecenderungan Perilaku Asertif tinggi.

Skala Harga Diri terdiri atas 30 aitem pernyataan yang di mana setiap aitem terdapat empat opsi jawaban pada skor satu sampai empat. Dengan batasan minimum dan maksimum 30×1 hingga 30×4 , yakni 30 hingga 120 dengan mean hipotetik $(30 + 120) : 2 = 75$. Standar deviasi hipotetik pada studi ini yaitu $(120 - 30) : 6 = 15$. Berdasarkan analisis data dari pengisian kuisioner yang mengukur skala Harga Diri ditemukan mean empirik sebesar 83.40 dan standar deviasi sebesar 13.169.

Tabel 4. Perbandingan Data Empirik dan Hipotetik Harga Diri

Variabel	Empirik			SD	Hipotetik			SD
	Min	Max	Mean		Min	Max	Mean	
Harga Diri	48	110	83.40	13.169	30	120	75	15

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan pada skala Harga Diri, menunjukkan bahwa mean empirik $>$ mean hipotetik yaitu $83.40 > 75$. Hal ini mengindikasikan bahwa tingkat Harga Diri dari subjek studi berada di atas rata-rata populasi umum. Subjek studi ini dikelompokkan ke dalam tiga klasifikasi yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berikut ini merupakan tabel kategorisasi.

Tabel 5. Kategorisasi Harga Diri

$X < (\mu - 1\sigma)$	Rendah
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	Sedang
$X \geq (\mu + 1\sigma)$	Tinggi

Terdapat standar deviasi hipotetiknya $\sigma = (120 - 30) : 6 = 15$, mean hipotetik $\mu = (30 + 120) : 2 = 75$. Berdasarkan rumus, diperoleh $x < (75 - 15) = x < 60$, $(75 - 15) \leq x < (75 + 15) = 60 \leq x < 90$, $x \geq (75 + 15) = x \geq 90$.

Tabel 6. Kategorisasi Skor Harga Diri

No	Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	$X < (\mu - 1\sigma)$	$x < 60$	Rendah	7	6.1%
2	$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$60 \leq x < 90$	Sedang	70	61.4%
3	$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$x \geq 90$	Tinggi	37	32.5%
Total				114	100%

Pada tabel 3.10 dari total 114 responden yang terlibat dalam studi ini, terdapat 7 individu atau 6.1% yang menunjukkan kecenderungan memiliki Harga Diri Rendah, 70 orang atau 61.4% yang memiliki kecenderungan Harga Diri sedang dan 37 orang atau 32.5% mempunyai kecenderungan Harga Diri tinggi.

Sebelum menganalisis hipotesis, langkah awal yang dilakukan ialah pengujian asumsi untuk memastikan bahwa data yang diperoleh dari instrumen pengumpulan data tidak mengalami penyimpangan. Dalam studi ini, asumsi yang diuji meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

Ujian normalitas dilaksanakan untuk menentukan apakah terdapat error term yang mendekati distributor term. Proses pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan hasil dari uji normalitas mengimplementasikan metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Kriteria penilaian mengacu pada nilai signifikansi jika $p > 0.05$ data dianggap berdistribusi normal (Priyatno, 2011).

Pada variabel Perilaku Asertif, hasil analisis normalitas menunjukkan koefisien KS Z (Test Statistic) = 0.063 dengan Sig (2-tailed) sebesar 0.200 ($P > 0.05$), mengingat studi ini menggunakan hipotesa satu arah, maka untuk itu dipakai uji 1(satu) arah/Sig.1 tailed sebesar 0.100 ($p > 0.05$), hal ini mengindikasikan data pada variabel Perilaku Asertif terdistribusi secara normal. Disisi lain, analisis normalitas untuk variabel Harga Diri menghasilkan nilai KS-Z= 0.066 dengan Sig (2-tailed) sebesar 0.200 ($P > 0.05$) dan uji 1 (satu) arah/Sig. 1-tailed sebesar 0.100 ($p > 0.05$), yang juga menunjukkan bahwa pada variabel ini memiliki terdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan bahwa distribusi data dari kedua variabel berada dalam kategori normal. Hasil dari pengujian normalitas dapat ditemukan pada tabel berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

Variabel	SD	KS-Z	Sig.	P	Keterangan
Perilaku Asertif	13.926	0.063	0.100	$P > 0.05$	Sebaran Normal
Harga Diri	13.169	0.066	0.100	$P > 0.05$	Sebaran Normal

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat keterikatan linear antara dua variabel. Hal ini, variabel Perilaku Asertif dan Harga Diri dianggap mempunyai keterikatan linear jika nilai signifikansi $p < 0.05$. Pernyataan ini mengindikasikan bahwasanya terdapat korelasi linear yang signifikan pada variabel independent dan variabel dependent diketahui adanya korelasi linear. Hasil dari uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig	Keterangan
Perilaku Asertif Harga Diri	119.953	0.001	Linear

Pada tabel 3.12 yang telah disajikan, terlihat adanya keterikatan linear antara kedua variabel tersebut, dengan nilai signifikansi yang ditemukan sebesar 0.001 ($p < 0.05$), oleh karena itu dapat disimpulkan bahwasanya kedua variabel tersebut telah memenuhi kriteria yang diperlukan untuk analisis korelasi *Pearson Product Moment*.

Uji hipotesis dilaksanakan dengan menerapkan teknik Pearson Product Moment Correlation, apabila asumsi–asumsi dasar terpenuhi. Hipotesa yang diajukan dalam studi mengindikasikan adanya keterikatan positif antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif.

Tabel 9. Korelasi antara Harga Diri dengan Perilaku Asertif

Analisis	Pearson Correlation	Signifikansi (p)
Korelasi	0.713	0.000

Hasil analisis mengindikasikan bahwasanya koefisien korelasi yang ditemukan sebesar 0.713 dengan nilai sig sebesar 0.000 ($p < 0.05$), yang mengindikasikan adanya keterikatan positif antara kedua variabel.

Hasil penelitian pada 114 responden yaitu pada siswa SMA PAB 4 Sampali yang menjadi subjek penelitian yang menunjukkan adanya keterikatan yang positif dan signifikan diantara Harga Diri dan Perilaku Asertif, ditemukan nilai Pearson Correlation sebesar $r = 0.713$ dan Sig Sebesar 0.000 ($p < 0.05$) semakin meningkat Harga Diri seseorang maka semakin meningkat pula Perilaku Asertif yang dimiliki. Sementara, apabila seseorang mempunyai harga diri yang menurun, maka kecenderungan untuk menunjukkan perilaku asertif juga akan lebih rendah. Studi yang dilakukan oleh para ahli sebelumnya, juga memberikan kontribusi terhadap hasil penelitian saat ini, seperti penelitian yang dilaksanakan oleh Margretta dkk. (2019) terhadap 60 siswa SMA Citra Harapan Percut Sei Tuan. Studi tersebut menunjukkan hasil $r = 0.637$ dan $p = 0.000$ yang menandakan adanya keterikatan yang positif dan signifikan antara harga diri dengan perilaku asertif.

Hasil ini memperlihatkan bahwa nilai koefisien determinasi R Square (R^2) sebanyak 0.509, yang menandakan bahwa Harga Diri berperan sebesar 50.9% dalam mempengaruhi Perilaku Asertif terhadap siswa SMA PAB 4 Sampali. Adapun 49.1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel yang dikaji. Dari 114 responden sebanyak 4 orang atau 3.5% tergolong memiliki Perilaku Asertif rendah, 69 orang atau 60.5% pada tingkat sedang, dan 41 orang atau 36% menunjukkan tingkat Perilaku Asertif tinggi, hal ini menunjukkan bahwa siswa mampu mengenali dan membedakan tindakan yang patut dilakukan, serta mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan mereka dengan baik.

Siswa yang menunjukkan tingkat Perilaku Asertif yang tinggi akan terlibat aktif dalam segala kegiatan di sekolah. Mereka menunjukkan perilaku yang mencerminkan keberanian dalam menyampaikan pendapat, mengutarakan perasaan, dan menetapkan batasan secara jelas tanpa menyinggung orang lain. Mereka mampu berpartisipasi dalam diskusi kelas, mengungkapkan ide dalam forum resmi seperti OSIS, serta mengambil inisiatif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler. Siswa yang memiliki perilaku asertif juga cenderung tampil percaya diri, tanggap terhadap situasi sosial, serta mampu membela hak dan kebutuhan mereka secara tegas namun santun. Perilaku tersebut menjadikan mereka sebagai individu yang tidak hanya aktif secara fisik, tetapi juga berpikir kritis dan terlibat secara emosional dalam proses pembelajaran dan kehidupan sosial di sekolah (Anfajaya & Indrawati, 2016).

Sebaliknya, siswa yang memiliki perilaku asertif rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, atau kebutuhan secara terbuka dan jelas. Mereka sering kali memilih untuk diam atau menyembunyikan pendapatnya karena merasa takut ditolak, tidak percaya diri, atau khawatir menyinggung orang lain. Siswa seperti ini cenderung pasif dalam diskusi kelas, dan kurang berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler. Siswa yang tidak memiliki kemampuan atau keterampilan untuk bersikap asertif, baik secara sadar maupun tidak di sadari, beresiko kehilangan hak-haknya sebagai individu. Akibatnya mereka kesulitan untuk menjadi pribadi yang mandiri dan cenderung mudah dipengaruhi oleh orang lain (Sakawuni & Silondae, 2022).

Perilaku asertif membantu individu menjaga batas pribadi, mencegah manipulasi atau perlakuan tidak adil dari pihak lain, serta meningkatkan kepercayaan diri saat menjalani berbagai rintangan hidup, baik pada lingkungan sosial, dunia kerja, maupun hubungan personal. Pada keahlian ini, seseorang dapat berkomunikasi lebih efektif, menjaga keseimbangan emosional, dan tetap berpegang pada prinsip yang diyakini, meskipun dalam kondisi penuh tekanan atau konflik (Tarigan dkk., 2025).

Berdasarkan kondisi tersebut, pengembangan perilaku asertif menjadi hal yang sangat penting bagi siswa. Mengembangkan perilaku asertif, siswa cenderung dapat mengekspresikan dirinya serta memahami dirinya lebih baik. Mereka mampu memenuhi kebutuhannya karena memiliki keberanian untuk mengungkapkan kebutuhan tersebut kepada orang lain. Individu yang berperilaku asertif cenderung yang lebih menarik, dapat menjadi dirinya sendiri, jujur dalam perkataan, dan memiliki ketegasan dalam menolak hal negatif yang merugikan diri mereka sendiri (Wijayanti & Nusantara, 2022).

Dalam penelitian ini, peneliti juga mengevaluasi tingkat Harga Diri siswa di SMA PAB 4 Sampali, dari 114 responden, sebanyak 7 orang atau 6.1% memiliki kecenderungan Perilaku Asertif rendah, 70 orang atau 61.4% menunjukkan kecenderungan Perilaku Asertif yang sedang, dan 37 orang atau 32.5% menunjukkan Perilaku Asertif tinggi. Berdasarkan hasil kuisioner peneliti kepada siswa di SMA PAB 4 Sampali, terlihat bahwa mereka mampu menyampaikan keinginan dan pendapat mereka kepada orang lain secara tegas dan jelas.

Siswa dengan harga diri tinggi cenderung menunjukkan perilaku asertif secara konsisten dalam interaksi sosial dan akademik. Mereka mampu mengungkapkan pendapat, kebutuhan, serta perasaan dengan cara yang terbuka, jujur, dan tetap menghormati orang lain. Sikap percaya diri ini memungkinkan mereka untuk menolak permintaan yang tidak sesuai dengan prinsip tanpa rasa bersalah, berdiskusi secara konstruktif dalam situasi konflik, serta menyampaikan ide dalam forum akademik dengan ketegasan yang sehat. Siswa tersebut juga tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial karena memiliki penilaian diri yang kuat dan stabil. Siswa dengan perilaku yang asertif, mereka menjadi lebih aktif dalam menjalin komunikasi, membangun hubungan interpersonal yang sehat, serta mempertahankan integritas diri dalam menjalani kehidupan kampus.

Sementara, seseorang dengan harga diri yang menurun cenderung memperlihatkan perilaku asertif yang terbatas dalam interaksi sosial maupun akademik. Mereka sering kali merasa ragu untuk mengungkapkan pendapat, kebutuhan, atau perasaan secara terbuka karena khawatir akan penolakan, kritik, atau tidak diterima oleh lingkungan sekitar. Ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri membuat mereka enggan menyampaikan ketidaksetujuan, bahkan ketika berada dalam situasi yang tidak nyaman atau merugikan. Mereka sering menahan ekspresi emosional agar tidak terlihat oleh orang lain, membatasi interaksi sosial, serta menunjukkan sikap curiga dan enggan mengungkapkan pendapat secara terbuka. Individu dengan harga diri yang menurun sering kali mengkritik diri mereka sendiri secara berlebihan, yang dapat memicu perasaan gelisah, stres, bahkan depresi karena merasa putus asa untuk memperbaiki dirinya. Individu dengan tingkat harga diri cukup dan meningkat, cenderung termotivasi untuk mencoba berbagai strategi guna meningkatkan harga diri mereka lebih lanjut atau mempertahankan harga diri yang sudah ada (Ardaningrum & Savira, 2022).

Dari hasil studi dan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwasanya terdapat keterikatan antara Harga Diri dan Perilaku Asertif. Studi ini juga membuktikan bahwa Harga Diri memiliki pengaruh terhadap Perilaku Asertif dimana ketika siswa mempunyai Harga Diri yang meningkat maka siswa tersebut mampu mengekspresikan diri, mempertahankan pendapat, serta mengambil keputusan secara percaya diri. Sementara, jika Harga Diri siswa merendah, mereka cenderung menghadapi kesulitan dalam mengambil keputusan mengenai tindakan yang akan dilakukan atau dihindari dengan tegas.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi, dapat disimpulkan bahwasanya hasil analisis *Pearson Product Moment Correlation* untuk pengujian hipotesis menunjukkan *Pearson* terdapat keterikatan positif antara harga diri dengan perilaku asertif pada siswa SMA PAB 4 Sampali. Nilai korelasi (r) sebesar 0.713 dan nilai signifikansi (p -value) sebesar 0.000 ($p < 0.05$), ini berarti bahwasanya lebih meningkat harga diri, lebih meningkat pula perilaku asertif, sementara semakin menurun harga

diri, semakin menurun perilaku asertif. Nilai koefisien determinasi (R^2) dalam studi ini adalah 0.509, yang menunjukkan bahwa harga diri memberikan sumbangan efektif sebesar 50.9% terhadap perilaku asertif, sementara 49.1% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar studi ini yaitu konsep diri, tipe kepribadian, komunikasi interpersonal, kepercayaan diri, keluarga, tingkat pendidikan, usia, jenis kelamin, sosial budaya.

REFERENSI

- Afrina, D., & Hasanah, N. (2019). Studi Kasus Self Esteem Pada Remaja Yang Orang Tuanya Broken Home Di Smp Dharma Patra P. Brandan. *Jurnal Serunai Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 107-116. <https://doi.org/10.37755/jsbk.v8i2.189>
- Alberti, R., & Emmons, M. (2017). *Your perfect right: Assertive and equality in your life and relationships (10th ed)*. Atascadero, CA: Impact Publishers.
- Anfajaya, M. A., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara konsep diri dengan perilaku asertif pada mahasiswa organisatoris fakultas hukum universitas diponegoro semarang. *Jurnal Empati*, 5(3), 529-532. <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15396>
- Ardaningrum, D. Z., & Savira, S. I. (2022). Hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif mahasiswa selama masa pandemi. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 107-120. <https://doi.org/10.26740/cjpp.v9i7.47979>
- Aryani, F. (2022). *Keterampilan Asertif Untuk Remaja*. Bengkulu: El Markaz.
- Aryanto, W., Arumsari, C., & Sulistiana, D. (2021). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Asertif Pada Remaja. *Quanta*, 5(3), 95-105. <https://doi.org/10.22460/q.v5i3p95-105.2815>
- Astuti, D. W., & Muslikah, M. (2019). Hubungan Antara konsep diri dengan perilaku asertif siswa kelas XI. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(2), 168-182. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/5122>
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas (4th ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Coopersmith, S. (2017). *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self-Esteem*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
- Husnaniyah, D., Lukman, M., & Susanti, R. D. (2017). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Harga Diri (Self Esteem) Penderita Tuberkulosis Paru Di Wilayah Eks Kawedanan Indramayu. *The Indonesian Journal Of Health Science*, 9(1), 1–12. <https://doi.org/10.36973/jkih.v5i1.26>
- Istiqomah, A. P., & Hariyadi, S. (2022). Hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif pada mahasiswa yang aktif dalam organisasi. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11(1), 53-60. <https://doi.org/10.15294/sip.v11i1.61553>
- Maemunah, S. E. (2020). Hubungan antara tingkat kepuasan citra tubuh (body image) dengan harga diri (self esteem) pada mahasiswi fakultas psikologi. *E-JURNAL AKSIOMA AL-ASAS*, 1(1). <https://doi.org/10.55171/jaa.v1i1.614>
- Mahyudin, M. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Siswa Melanjutkan Pendidikan Tinggi Ke Universitas Terbuka (Studi Kasus SLTA Negeri dan Swasta Sederajat di Provinsi Jambi). *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 9(1), 32. <http://dx.doi.org/10.33087/dikdaya.v9i1.122>
- Margretta, R., Hasanuddin, & Hasmayni, B. (2022). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Perilaku Asertif Pada remaja di SMA Yayasan Pendidikan citra Harapan percut Sei Tuan. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1103>
- Mubarak, F. (2015). Faktor dan indikator mutu pendidikan islam. *Management of Education*, 1(1), 10-18.
- Priyatno, D. (2018). *SPSS : Panduan Mudah Olah Data Bagi Mahasiswa dan Umum*. Yogyakarta: CV Andi Offset.

- Redaksi. (2024, December 27). *11 remaja Diciduk Polisi hendak tawuran menyesal Dan Menangis*. SuaraBaru.id. <https://suarabaru.id/2024/12/27/11-remaja-diciduk-polisi-hendak-tawuran-menyasal-dan-menangis>
- Sakawuni & Silandoe, D. P. (2022). Faktor Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif Siswa. *Jurnal Bening*, 6(1).
- Saputra, I. B. A., & Soplantila, R. (2023, May 11). *Terungkapnya Penganiayaan Sadis Siswi man 2 makassar setelah 7 bulan*. detiksulsel. <https://www.detik.com/sulsel/berita/d-6714394/terungkapnya-penganiayaan-sadis-siswi-man-2-makassar-setelah-7-bulan/1>
- Siregar, D. A., Andriani, N., & Arila, R. (2022). Peran Hukuman Terhadap Perkembangan Peserta Didik. *Riyadhah Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1).
- Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (*self-esteem*) terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal psikologi*, 42(2), 141-156. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Tarigan, B. A., Lai, J. F., Amanda, J. D., Pangaribuan, M. A., Marpaung, W., & Safarina, N. A. (2025). Konsep Diri dan Perilaku Asertif pada Siswa SMA Swasta Pangeran Antasari Self-Concept and Assertive Behavior in SMA Swasta Pangeran Antasari. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan*, 6(1), 254-264. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v6i1.642>
- Ubaidilah, A., & Primanita, R. Y. (2023). Hubungan Harga Diri dengan Kesejahteraan Psikologis pada Komunitas Vespa Gembel. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1923-1930. <https://doi.org/10.31004/jptam.v7i1.6108>
- Wijayanti, W. A., & Nusantara, E. (2022). Hubungan antara kepercayaan diri dengan perilaku asertif dalam menyampaikan pendapat di kelas pada siswa smpn 21 semarang. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(1), 17-24. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i1.54911>