



Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Perilaku Asertif pada Mahasiswa Prodi Psikologi di Kota Aceh

Firmawati^{1✉}, Nur Sa'adah²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh

firmawati@kampusummah.ac.id

Abstract

Individuals who act as students are required to be more independent, initiative, mature, more mature in thinking and behaving. This can be achieved if individuals can interact well and can behave assertively. Assertive behavior is an action taken by an individual to convey information honestly and politely. The hypothesis put forward in this study is that there is an effect of self-confidence on assertive behavior in students. The approach used in this research is quantitative with associative methods. The population in this study were 51 students aged 18-21 years from the Psychology Study Program, Faculty of Social Sciences and Humanities, Muhammadiyah Mahakarya University, Aceh. Measuring tools used in this study are the self-confidence scale and the assertive behavior scale. The data analysis technique in this study is simple linear regression analysis and the coefficient of determination with the help of SPSS version 22.0 for windows. Based on the results of the study it can be concluded that self-confidence has an influence of 78.3% on the assertive behavior of students in the Psychology Study Program, Faculty of Social Sciences and Humanities, Muhammadiyah Mahakarya University, Aceh. This shows students who have self-confidence by behaving assertively, namely, believing in their own abilities, having an optimistic attitude, looking at everything objectively, being responsible for the decisions taken and having rational and realistic thinking. While the remaining 21.7% is influenced by other factors, namely gender, self-esteem, culture, level of education, personality type and environment.

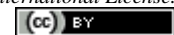
Keywords: self-confidence, assertive behavior, college student, psychology, Aceh

Abstrak

Individu yang berperan sebagai mahasiswa dituntut untuk menjadi lebih mandiri, berinisiatif, dewasa, lebih matang dalam berpikir dan berperilaku. Hal tersebut dapat dicapai apabila individu dapat berinteraksi secara baik dan dapat berperilaku asertif. Perilaku asertif merupakan tindakan yang dilakukan individu untuk menyampaikan informasi secara jujur dan sopan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh kepercayaan diri terhadap perilaku asertif pada mahasiswa. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif dengan metode asosiatif. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa/i yang berusia 18-21 tahun sebanyak 51 orang yang berasal dari Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala kepercayaan diri dan skala perilaku asertif. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana dan koefisien determinasi dengan bantuan SPSS versi 22.0 *for windows*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri memberikan pengaruh sebesar 78,3% terhadap perilaku asertif mahasiswa di prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. Hal tersebut menunjukkan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri dengan cara berperilaku asertif yaitu, yakin pada kemampuan diri sendiri, memiliki sikap optimis, memandang segala hal secara objektif, bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambil serta memiliki pemikiran yang rasional dan realistis. Sedangkan sisanya 21,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu jenis kelamin, harga diri, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian dan lingkungan.

Kata kunci: kepercayaan diri, perilaku asertif, mahasiswa, psikologi, Aceh

Psyche 165 Journal is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Setiap tahapan kehidupan individu memiliki peran-peran yang berbeda. Pada masa kanak-kanak, individu dapat berperan sebagai anak, adik, kakak, atau siswa. Pada masa remaja, individu mengalami peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, dan memiliki peran yang lebih beragam, seperti menjadi anggota organisasi atau pelajar. Pada tahap perkembangan sebagai mahasiswa, yang berada dalam

rentang usia 18 hingga 25 tahun, individu berada pada masa remaja akhir hingga awal dewasa [1].

Mahasiswa dituntut agar memiliki kemampuan sosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain, salah satunya dengan berperilaku asertif. Asertivitas merupakan sebuah keterampilan yang penting dimiliki oleh setiap individu terutama mahasiswa. Mahasiswa ialah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi, baik negeri atau swasta maupun institusi setara lainnya. Dalam kehidupan perkuliahan, mahasiswa tidak hanya berhadapan dengan hal-hal akademik atau

hardskill tetapi juga pada *softskill*. *Softskill* dapat dikembangkan dengan berbagai cara [2].

Perilaku asertif merupakan cara komunikasi yang paling efektif, seseorang yang memiliki perilaku asertif yang tinggi akan cenderung lebih mudah menemukan solusi atas masalah yang mereka hadapi secara efektif, individu yang memiliki perilaku asertif tinggi juga memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi pula dalam melakukan berbagai hal dalam hidupnya. Sebaliknya, individu yang memiliki perilaku asertif rendah, kurang mampu untuk mengungkapkan perasaan secara langsung dan terbuka karena cenderung menjaga hal-hal yang harus disampaikan. Hal seperti ini dapat mempengaruhi kesehatan mental, bahkan kecenderungannya depresi. Selain itu, orang dengan perilaku asertif rendah juga cenderung agresif karena kurang memahami perilaku asertif itu sendiri, sehingga tidak dapat membedakan asertif perilaku dan perilaku agresif [3].

Kesiapan mahasiswa untuk menjalankan tugasnya ini ditunjukkan dengan perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan yang menunjukkan kompetensi dirinya, mampu menghargai kepentingan orang lain, dapat mengekspresikan diri secara penuh, menggunakan hak pribadi tetapi tidak mengabaikan hak orang lain. Perilaku inilah yang disebut sebagai perilaku asertif yang merupakan perilaku bersifat aktif, langsung, dan jujur. Perilaku ini mampu mengkomunikasikan kesan respek kepada diri sendiri dan orang lain sehingga dapat memandang keinginan, kebutuhan, dan hak kita sama dengan keinginan, dan kebutuhan orang lain atau bisa diartikan juga sebagai gaya wajar yang tidak lebih dari sikap langsung, jujur, dan penuh respek saat berinteraksi dengan orang lain [4].

Sikap asertif ini ditandai dengan adanya kesesuaian sosial, dan seseorang yang mampu berperilaku asertif akan mempertimbangkan perasaan dan kesejahteraan orang lain. Beberapa dampak positif dengan berperilaku asertif, yaitu keinginan kebutuhan dan perasaan individu untuk dimengerti oleh orang lain. Dengan demikian tidak ada pihak yang sakit hati karena kedua belah pihak merasa dihargai dan didengar. Ini sekaligus keuntungan bagi individu sebab akan membuat individu diposisi sebagai pihak yang sering meminimalkan konflik atau perselisihan. Selain itu, individu tersebut merasa mengendalikan hidupnya sendiri, dan akan berdampak pada rasa percaya diri dan keyakinan yang bisa terus meningkat [2].

Kepercayaan diri yang tinggi dipengaruhi dan dihasilkan oleh individu yang memiliki perilaku asertif tinggi, karena perilaku asertif dapat meningkatkan kepercayaan diri dan memiliki keberanian untuk mengungkapkan pendapat dan hak-haknya. Sebaliknya bila kepercayaan diri seseorang rendah maka seseorang akan memiliki perilaku asertif yang rendah. Percaya diri merupakan suatu keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri yang melekat pada diri seseorang. Percaya

diri juga menjadi salah satu aspek penting bagi remaja dalam mengembangkan potensi dirinya [5].

Kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya dan muncul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak perlu ragu-ragu dan merasa minder dalam mengambil keputusan dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Idealnya kepercayaan diri yang dimiliki individu harus berada pada kategori sangat tinggi. Mahasiswa yang memiliki sifat percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan teman-temannya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir positif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi remaja yang lain [6].

Lingkungan psikologis dan sosiologis akan menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Seorang individu yang memiliki peran sebagai mahasiswa berada pada lingkungan yang sangat kompleks. Lingkungan yang menuntut mahasiswa tersebut untuk lebih mandiri, lebih inisiatif, lebih dewasa, dan lebih matang dalam berpikir dan berperilaku. Hal ini bukan merupakan proses yang mudah. Setiap mahasiswa berbeda dalam menghadapi lingkungan yang kompleks ini. Proses interaksi dengan lingkungannya, mahasiswa bertujuan untuk memenuhi kebutuhannya [5].

Perilaku yang dimunculkan dalam pemenuhan kebutuhan tersebut akan berbeda dalam menghadapi sesuatu, ada mahasiswa yang bersikap asertif untuk memenuhi tuntutan lingkungannya, akan tetapi ada banyak pula yang tidak. Jika mahasiswa berperilaku asertif, maka bisa menyatakan kebutuhannya secara jujur, langsung, dan berusaha menghargai hak pribadi dan orang lain. Ketika masalah timbul, mahasiswa yang berperilaku asertif akan menghadapi masalah yang timbul dan berusaha mengatasinya. Cara mengatasi masalah secara asertif dilakukan dengan cara pengungkapan yang jujur, langsung, tidak berusaha menjauhi, dan tetap menghargai hak pribadi maupun diri sendiri. Perilaku ini menghasilkan suatu evaluasi terhadap diri sendiri yang menyenangkan yang dapat mendorong terjadinya persetujuan terhadap diri sendiri yang bisa jadi dapat meningkatkan rasa percaya diri pada mahasiswa [4].

Jika mahasiswa berperilaku asertif, maka bisa menyatakan kebutuhannya secara jujur, langsung, dan berusaha menghargai hak pribadi dan orang lain. Ketika masalah timbul, mahasiswa yang berperilaku asertif akan menghadapi masalah yang timbul dan berusaha mengatasinya. Cara mengatasi masalah secara asertif dilakukan dengan cara pengungkapan yang jujur, langsung, tidak berusaha menjauhi, dan

tetap menghargai hak pribadi maupun diri sendiri. Perilaku ini menghasilkan suatu evaluasi terhadap diri sendiri yang menyenangkan yang dapat mendorong terjadinya persetujuan terhadap diri sendiri yang bisa jadi dapat meningkatkan rasa percaya diri [6].

Kenyataan di lapangan menunjukkan berdasarkan hasil wawancara yang dibuktikan dalam hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti bahwa sebagian mahasiswa memilih bersikap diam, malu untuk bertanya ataupun tidak berani mengemukakan pendapat ketika proses belajar mengajar berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswa masih rendah. Komunikasi terjadi di setiap sisi kehidupan di dunia kampus, khususnya dalam proses belajar mengajar diperlukan komunikasi yang efektif agar proses belajar berjalan dengan efektif serta tercapai tujuan.

Hal tersebut didukung dengan penelitian lain, bahwa masih ditemukannya mahasiswa psikologi yang belum sepenuhnya berani mengeluarkan pendapat dalam suatu diskusi kelas maupun diskusi di dalam kelompok kondisi tersebut akan mengakibatkan tidak tercapainya tujuan untuk mendapatkan nilai yang maksimal. Hal itu dikarenakan mereka takut untuk bertanya pada dosen yang bersangkutan karena takut dibilang bodoh ataupun mendapat olok-olokan dari teman-temannya karena menurut mereka hal itu sangat memalukan. Kondisi tersebut menunjukkan masih ada mahasiswa yang lebih memilih bersikap diam, malu untuk bertanya ataupun tidak berani mengungkapkan pendapat ketika proses diskusi berlangsung. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa kurang memiliki sikap asertif [7].

Perilaku asertif adalah perilaku yang membuat seseorang dapat bertindak demi kebaikan dirinya, mempertahankan haknya tanpa cemas, mengekspresikan perasaan secara nyaman, dan menjalankan haknya tanpa melanggar orang lain. Adapun aspek-aspek yang terdapat dalam perilaku asertif, antara lain mendukung kesetaraan dalam hubungan manusia, bertindak sesuai dengan kepentingan dan kebutuhan diri, memiliki kemampuan untuk membuat keputusan tentang karir, hubungan dengan orang lain, gaya hidup dan manajemen waktu, mampu mempertahankan hak-hak pribadi, mengekspresikan perasaan dan berani berpendapat dan mampu menghormati hak-hak orang lain [8].

Mahasiswa diharapkan juga untuk tidak menekuni ilmu dalam bidang akademik saja, tetapi juga harus aktif dalam bidang non akademik untuk dapat meningkatkan kepercayaan dirinya, menambah pengalaman, dan berani untuk berbicara didepan umum. Implementasi didalam bidang akademik dapat diperoleh melalui proses belajar mengajar didalam perkuliahan, sedangkan untuk bidang non akademik dapat diperoleh melalui kegiatan organisasi kemahasiswaan untuk sebagai media mengasah

kemampuan, bakat, dan untuk meningkatkan kepercayaan dirinya [9].

Individu dengan kepercayaan diri tinggi yang berani menyatakan pendirian walaupun berbeda dengan orang lain, sehingga mampu untuk mengekspresikan perasaan, keinginan maupun kebutuhan pada orang lain secara langsung dan jujur, sedangkan individu yang memiliki kepercayaan diri rendah akan memiliki rasa takut yang berlebihan pada situasi tertentu dan suka menyendiri untuk menghindari situasi yang ditakuti. Mahasiswa dengan kepercayaan diri yang tinggi selalu yakin dalam melakukan sesuatu tanpa ragu-ragu, serta tidak mudah menyerah sehingga mampu bertindak asertif dalam mempertahankan hak-hak pribadi. Sebaliknya rendahnya kepercayaan diri membuat mahasiswa bergantung pada orang lain, dan selalu merasa khawatir tentang apa yang dipikirkan orang lain, serta menentukan tingkah lakunya sendiri berdasarkan pikiran orang lain agar dapat diterima yang mengakibatkan individu memiliki asertivitas rendah karena sulit untuk mengutarakan sesuatu yang diinginkan [10].

Kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dalam melakukan sebuah aktifitas dengan penuh tanggung jawab dan motivasi yang tinggi sehingga individu tersebut yakin keinginannya dapat tercapai. Individu yang memiliki kepercayaan pada diri yang tinggi maka ia juga memiliki keyakinan untuk mampu dalam bertindak sehingga ia tidak merasakan adanya kecemasan dan akan bertanggung jawab dengan apa yang telah dilakukannya sehingga ia akan mengevaluasi diri dan mengetahui kekurangan maupun kelebihan yang dimilikinya [11].

Setiap individu memiliki cara tersendiri untuk memandang dirinya, namun seseorang dengan kepercayaan diri yang tinggi mampu memandang dirinya secara utuh dan percaya akan kehidupannya. Percaya diri adalah suatu keyakinan dalam diri seseorang yang merasa bahwa dirinya mampu untuk berperilaku seperti yang diharapkan untuk mewujudkan hasil seperti yang diinginkan. Individu dengan kepercayaan diri yang tinggi memiliki keyakinan diri untuk dapat bertindak sesuai keinginan diri, sehingga individu tidak merasakan adanya kecemasan dan mampu bertanggung jawab, sehingga ia dapat memperbaiki diri dan mengetahui kelemahan maupun kelebihan yang dimilikinya [12].

Pemikiran-pemikiran diatas menjadi konsep dasar untuk dilakukannya penelitian terhadap masalah kepercayaan diri yang berpengaruh terhadap perilaku asertif dan sesuai dengan permasalahan yang terjadi di Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. Alasan lain pentingnya penelitian ini adalah belum banyak penelitian dengan tema tentang kepercayaan diri terhadap perilaku asertif. Adapun perbedaan dan

persamaan penelitian ini dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya terletak pada variabel, subjek, waktu dan tempat penelitian.

2. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode asosiatif yang merupakan hubungan yang sifatnya sebab-akibat, dimana salah satu variabel (independen atau kepercayaan diri) mempengaruhi variabel yang lain (dependen atau perilaku asertif). Adapun populasi dalam penelitian ini berjumlah 51 orang. Sampel dalam penelitian melibatkan seluruh populasi yaitu mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh yang berjumlah 51 orang yang disebut dengan penelitian populasi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala yang merupakan modifikasi dari skala Likert, dengan alternatif jawaban yang terdiri dari: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu Skala Perilaku Asertif dengan jumlah angket sebanyak 30 item. Skala Kepercayaan Diri menggunakan dengan jumlah angket sebanyak 30 item. Responden akan mengisi data diri yaitu inisial nama dan usia sebelum mengisi skala. Responden yang telah mengisi data diri mengisi selanjutnya mengisi skala yang telah dibuat yaitu untuk mengukur kepercayaan diri dan perilaku asertif pada mahasiswa.

Sebelum instrumen digunakan untuk pengumpulan data, maka sebaiknya instrumen diuji cobakan terlebih dahulu guna pembakuannya yakni dengan melakukan uji lapangan dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas terlebih dahulu. Uji validitas dan reliabilitas pada sebuah instrumen penelitian harus dilakukan guna untuk mendapatkan instrumen yang relevan terhadap variabel penelitian [13]. Analisis data pada penelitian ini adalah menggunakan analisis regresi linear berganda, yang dianalisis menggunakan program spss karena peneliti bermaksud meramalkan bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel dependen (kriterium), bila dua atau lebih variabel independent sebagai faktor prediktor dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya) [14].

3. Hasil dan Pembahasan

Setelah mendapatkan data penelitian yang diperlukan, selanjutnya akan dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas terhadap skala kepercayaan diri dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan hasil sebesar 0,70 ($p>0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kepercayaan diri memiliki distribusi yang normal. Uji normalitas terhadap skala perilaku asertif dilakukan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan hasil sebesar 0,830 ($p>0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data perilaku asertif memiliki distribusi yang

normal. Hasil uji linier yang dilakukan dengan menggunakan Uji F menunjukkan korelasi linier antara perilaku asertif dengan kepercayaan diri. Hal ini ditunjukkan dengan nilai $F_{linier}=92,017$ ($p<0,05$). Hasil analisis regresi linier sederhana tentang perilaku asertif terhadap kepercayaan diri dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi Linier Perilaku Asertif Terhadap Kepercayaan Diri

	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Constant)	9.017	3.001		3.004	.005
Kepercayaan Diri	.959	.023	.792	41.850	.000

Berdasarkan tabel di atas, koefisien regresi yang digunakan adalah *standardized coefficients* karena data berupa angket yaitu data yang diperoleh secara langsung melalui teknik pengumpulan data. Persamaan regresi sebagai berikut: $Y = 0,792 X$. Berdasarkan persamaan terlihat bahwa kepercayaan diri mempunyai pengaruh terhadap perilaku asertif dengan nilai pengaruh dari *standardized coefficients*=0,792. Menguji pengaruh kepercayaan diri (X) terhadap perilaku asertif (Y) secara parsial dengan taraf signifikan 0,05. Hipotesis diterima jika $\beta>0$ dan hipotesis ditolak jika $\beta<0$. Hasil uji hipotesis dapat berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku asertif. Hasil penelitian diketahui kepercayaan diri menghasilkan koefisien regresi 0,792 dan tingkat signifikan sebesar $0,000<0,05$ sehingga hipotesis kepercayaan diri berpengaruh dan signifikan terhadap perilaku asertif diterima. Adapun hasil koefisien determinasi yang merupakan suatu alat untuk mengetahui pengaruh dari variabel dependent terhadap variabel independent. Hasil koefisien determinasi pengaruh kepercayaan diri (X) terhadap perilaku asertif (Y) dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Koefisien Determinasi Kepercayaan Diri Terhadap Perilaku Asertif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.792 ^a	.783	.783	2.142

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai koefisien determinasi atau didapatkan angka koefisien *R Square* (R^2) sebesar 0,783. Hal ini berarti bahwa besarnya pengaruh kepercayaan diri terhadap perilaku asertif adalah 78,3%. Sementara 21,7% dijelaskan oleh dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Penelitian ini juga menunjukkan terdapat pengaruh positif antara kepercayaan diri dengan perilaku asertif pada mahasiswa. Artinya, bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri, maka semakin tinggi pula perilaku asertif yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kepercayaan diri yang dimiliki, maka semakin rendah pula perilaku asertif yang dimiliki.

Perilaku asertif dapat dikategorikan tinggi jika individu mampu untuk berinteraksi dengan orang baru dikenal. Hal itu terjadi karena individu mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan serta bisa menolak permintaan

teman tanpa rasa ragu. Hal tersebut dipengaruhi oleh tingginya kepercayaan diri pada individu. Jadi dapat dikatakan semakin tinggi kepercayaan diri akan mempengaruhi atau berdampak pada peningkatan perilaku asertif [10].

Kemampuan untuk mengungkapkan kebutuhan-kebutuhan maupun keinginan-keinginan secara langsung dan jujur kepada orang lain dengan tetap menghormati hak orang lain merupakan perilaku asertif. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi menimbulkan perilaku asertif yang baik karena memungkinkan seseorang untuk mengemukakan keinginan secara langsung dan jelas sehingga menimbulkan perasaan senang dalam diri pribadi dan orang lain, ada rasa percaya akan kompetensi atau kemampuan.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa hasil penelitian di atas maka disimpulkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh terhadap perilaku asertif terutama pada mahasiswa Prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. Mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, berarti memiliki perasaan mampu dan yakin akan dirinya sendiri, sehingga akan berdampak pada peningkatan perilaku asertifnya yang dicerminkan dalam memiliki keyakinan serta keberanian untuk bertindak maupun berpendapat, walaupun tindakan dan pemikirannya berbeda dengan lingkungannya.

Mahasiswa yang cenderung kurang percaya diri, tidak yakin akan kemampuannya maka sulit untuk memunculkan keberanian untuk bertindak maupun berpendapat dan secara pasif mengikuti apa saja yang menjadi kehendak orang lain atau lingkungannya dan akan menurunkan perilaku asertifnya. Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa kepercayaan diri sebagai variabel bebas memberi sumbangan efektif (SE) sebesar 78,3% sedangkan sisanya 21,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yaitu jenis kelamin, harga diri, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian dan lingkungan.

Pengaruh kepercayaan diri dengan perilaku asertif pada penelitian ini terjadi karena adanya manfaat apabila individu berperilaku asertif seperti dapat menyampaikan pendapat sesuai dengan dirinya tanpa menyakiti orang-orang disekitarnya, sehingga individu dapat mengendalikan masalah atau konflik yang dimilikinya dan hal ini disebabkan karena adanya rasa percaya diri yang dimiliki individu. Semakin tinggi percaya diri yang dimiliki seseorang maka semakin baik pula perilaku asertif dalam menyampaikan pendapat yang dialaminya tersebut. Sebaliknya jika semakin rendah percaya diri yang dimiliki mahasiswa maka semakin buruk pula perilaku asertifnya dalam menyampaikan pendapat yang dialami.

Individu yang dapat mengembangkan perilaku asertif akan dapat mengekspresikan kesenangan-kesenangan

dan minat pribadi secara spontan, membicarakan dirinya pada orang lain (prestasi atau kelebihan) pada saat yang diperlukan tanpa melakukan monopoli, bersikap ramah dan bersahabat pada orang lain (dapat menyapa dengan sikap ringan tanpa malu-malu), menerima pujian dengan cara yang ramah, menggunakan ekspresi wajah dan perubahan nada suara sesuai dengan kata-kata yang disampaikan, dapat menyatakan ketidaksetujuan misalnya dengan mengangkat alis, memahami topik pembicaraan, berani meminta penjelasan atas petunjuk atau penjelasan yang membingungkan, berani menanyakan alasan pada permintaan seseorang yang kurang masuk akal atau kurang beralasan [15].

Selain itu mahasiswa mampu memenuhi kebutuhan-kebutuhannya, karena dia berani untuk terbuka dalam menyampaikan kebutuhannya pada orang lain. Mahasiswa yang berperilaku asertif menjadi pribadi yang lebih menarik, mampu tampil apa adanya, jujur dalam perkataannya dan tegas dalam menolak sesuatu yang bersifat negatif atau merugikan dirinya. Individu dalam perkembangannya akan menemukan serangkaian tugas perkembangan yang harus dilalui sesuai dengan tahap perkembangannya. Secara khusus proses pendidikan pada tingkat universitas diharapkan membuat setiap mahasiswa dalam hal ini individu yang tergolong remaja, mampu memperoleh pendidikan secara wajar menuju proses pendewasaan. Hakekatnya tugas mendewasakan sebenarnya ada pada keluarga dengan lingkungan yang kondusif, namun melihat fenomena yang ada pada saat ini institusi pendidikan merupakan salah satu lembaga yang membantu dalam proses pendewasaan dan mempersiapkan serta membentuk manusia muda menuju kematangan.

Perilaku asertif dipengaruhi pada kepercayaan diri seseorang, sehingga ketika individu memandang dirinya secara positif maka ia akan memandang orang lain secara positif juga [16]. Individu yang memiliki kepercayaan diri dan keberanian maka dapat berperilaku secara asertif, sehingga ketika individu tidak memiliki kepercayaan diri maka perilaku asertif yang dimiliki tidak akan muncul. Seorang individu yang cukup memiliki kepercayaan diri tinggi maka akan yakin atas kemampuan yang dimilikinya, sehingga individu mengetahui kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan tidak akan merasa cemas dan dapat bertanggung jawab dengan apa yang dilakukan [17].

Kepercayaan diri juga merupakan kondisi mental atau psikologis dimana individu dapat mengevaluasi keseluruhan dari dirinya sehingga memberi keyakinan kuat pada kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan dalam mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya [18]. Secara umum dapat digambarkan bahwa kepercayaan diri menjadi salah satu indikator kepribadian dengan dampak yang besar pada perkembangan mahasiswa, khususnya dalam peningkatan pengembangan perilaku asertif. Adanya

keyakinan dan kemampuan yang ada dalam diri untuk meraih suatu keberhasilan dan tetap memberikan penilaian positif pada diri sendiri serta lingkungan adalah percaya diri karena mampu memberikan penilaian yang positif akan kemampuan dirinya [19].

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa adalah dengan bersikap dan berperilaku secara asertif, sehingga akan menghasilkan komunikasi yang efektif. Sikap dan perilaku asertif bagi remaja sangat penting karena beberapa alasan, yaitu yang pertama, sikap dan perilaku asertif akan memudahkan mahasiswa tersebut bersosialisasi dan menjalin hubungan dengan lingkungan secara efektif.

Kedua, dengan kemampuan untuk mengungkapkan apa yang dirasakan dan diinginkannya secara langsung dan terus terang maka para mahasiswa dapat menghindari munculnya ketegangan dan perasaan tidak nyaman akibat menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakannya. Ketiga, dengan memiliki sikap asertif, maka para mahasiswa dapat dengan mudah mencari solusi dan penyelesaian dari berbagai kesulitan atau permasalahan yang dihadapinya secara lebih efektif. Keempat, asertivitas akan membantu mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan kognitifnya, memperluas wawasannya tentang lingkungan dan tidak mudah berhenti pada sesuatu yang tidak diketahuinya (memiliki rasa keingintahuan yang tinggi) [20].

4. Kesimpulan

Kepercayaan diri memberikan pengaruh sebesar 78,3% terhadap perilaku asertif mahasiswa di prodi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh. Semakin tinggi tingkat perkuliahan seseorang, maka akan cenderung tinggi kepercayaan dirinya. Hal ini dikarenakan semakin tinggi tingkat perkuliahan seseorang akan semakin banyak wawasan dan pengalaman yang didapatnya dan berpengaruh pada rasa percaya diri seseorang. Pengalaman dan wawasan individu yang telah lama berada dalam suatu bidang, misalnya pada lamanya proses pendidikan di universitas, akan membuat mahasiswa lebih percaya diri. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa sudah lebih dulu merasakan lingkungan kampus sehingga sedikit banyak telah mampu menyesuaikan diri dan memiliki pergaulan yang cukup luas dan hal ini mampu menumbuhkan rasa percaya diri.

Daftar Rujukan

- [1] Khairun, Y.D & Hakim, A.I. (2019). Profil Tugas Perkembangan Mahasiswa Prodi Pendidikan Kimia Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. *Jurnal Penelitian dan Bimbingan Konseling*. Vol 4, No. 2. <https://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v4i2.6550>.
- [2] Dwilestari, K.A.M.N & Widiasavitri, N.P. (2022) Asertivitas Mahasiswa Organisatoris Ditinjau dari Kecerdasan Emosional dan Jenis Kelamin. *Jurnal Psikologi Udayana*. Vol. 9, No 1. <https://doi.org/10.24843/JPU.2022.v09.i01.p02>.
- [3] Zahdia, T. F & Erlina, L. W. (2021). Effect between Big Five Personality and Gender on Assertive Behavior in Students. *International Conference of Psychology*. Vol 1, No.1. <https://doi.org/10.26555/intl%20con.v1i1.8778>.
- [4] Wastuti, S.N.Y., dan Haryati, F., (2019). Pengaruh Self-Efficacy dan Coping Terhadap Perilaku Asertif Mahasiswa. *In Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 2(01), 54-60. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v2i1.3036>.
- [5] Untung, S. Sonia, H. S. Katzuko, A.N.K. Gustina, T. Timothy, L. & Shafa, N.R. (2022). Pelatihan Pengembangan Diri untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Remaja di Dusun Girang, Indramayu. *Jurnal Bhakti Masyarakat Indonesia*, Vol 5, No 1. <https://doi.org/10.24912/jbmi.v5i1.18416>.
- [6] Muhammad, R.S. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) dan Perkembangannya. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. Vol. 12, No. 1. <https://dx.doi.org/10.30829/alirsyad.v12i1.11935>.
- [7] Wulandari, G.P. & Rosiana, D. (2018). Hubungan Self Esteem dengan Perilaku Asertif pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Bandung Angkatan 2015. *Prosiding Psikologi*, Vol 4, No. 2. <https://dx.doi.org/10.29313/v0i0.11130>.
- [8] Pahmiah, Mubarak, & Mahdia, F. (2021). Perbedaan Perilaku Asertif Ditinjau dari Tipe Kepribadian Menurut Carl Gustav Jung (Studi Komparatif pada Mahasiswa Organisatoris Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin). *Jurnal Al Husna*, Vol. 2, No. 1. <https://doi:10.18592/jah.v2vi1i.4617>.
- [9] Chalidaziah, W. Nasir, M & Nuraida. (2021). Kepercayaan Diri Mahasiswa Aktif Organisasi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 2, No. 2. <https://dx.doi.org/10.32505/syifaulqulub.v2i2.3828>.
- [10] Wijayanti, W., & Nusantoro, 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*, Vol 11, No. 1, 17-24. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i1.54911>.
- [11] Chasanah, E.M & Rohmatun, R. (2018). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Asertivitas dalam Menyampaikan Pendapat pada Aktifis Mahasiswa/i di Unissula. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, Vol 13, No. 1. <https://dx.doi.org/10.30659/jp.13.1.88-97>.
- [12] Amien, W. & Sri, M.A. (2021) Pengaruh Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Remaja dengan Orangtua Bercerai. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 23, No. 2, pp. 186–194. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v23i2.1589>.
- [13] Krisphianti, D.Y, Setyaputri, Y.N & Gumilang, G.S. (2020) Validitas dan Reliabilitas Skala Psikologis Percaya Diri untuk Mengukur Tingkat Percaya Diri Siswa SMK Kota Kediri. *Jurnal PINUS: Jurnal Penelitian Inovasi Pembelajaran*, Vol 6, No.1 <https://doi.org/10.29407/pn.v6i1.14551>.
- [14] Amanah, F, Situmorang. Z.N, & Tentama, F. (2023). Hubungan antara Mindfulness, Hope, dan Employability dengan Subjective Well-Being pada Mahasiswa di Politeknik ATK Yogyakarta. *Psiche: Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 1. <https://doi.org/10.36269/psyche.v5i1.454>.
- [15] Nurrahmah, Titin, P.F, Hasniar A. R. (2021). Harga Diri, Regulasi Emosi, dan Perilaku Asertif pada Mahasiswa. Vol. 1, No.1. <https://doi.org/10.56326/jpk.v1i1.1092>.
- [16] Sholiha, S., & Aulia, L. A.-A. (2020). Hubungan Self Concept Dan Self Confidence. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 7(1), 41–55. <https://doi.org/10.35891/Jip.V7i1.1954>.

- [17] Wikhayah, A. & Abdullah, S.M. (2021). Pengaruh Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri pada Remaja dengan Orangtua Bercerai. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 23, No. 2. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v23i2.1589>.
- [18] Santoso, B.M & Ramadhini, S.Ps (2019). Assertveness Training untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Narapidana Remaja. *Prosiding Penelitian & Pengabdian kepada Masyarakat*, Vol 6, No. 2. <https://doi.org/10.24198/jppm.v6i2.21905>.
- [19] Jalal, N. M., Gaffar, S. B., Syam, R., Syarif, K. A., & Idris, M. (2023). Pemberian Pelatihan Public Speaking untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Keterampilan Presentasi di Depan Umum. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 3(2), 192–200. <https://doi.org/10.53769/jai.v3i2.460>.
- [20] Lestari, R., Helmi Hammam Wicaksono, Kirana Hayu Kinanthi, & Safina Salsabilla. (2022). Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Remaja Panti. *Abdi Psikonomi*. <https://doi.org/10.23917/psikonomi.vi.517>.