

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Manusia mengalami perkembangan mulai dari bayi hingga dewasa yang terdiri dari beberapa tahapan perkembangan. Salah satu tahap perkembangan yang dilalui manusia adalah masa remaja. Menurut Papalia (2008) remaja berada dalam rentang usia 11 atau 12 tahun sampai dengan usia 20 tahun. Dalam tahap perkembangannya, remaja memiliki kebutuhan berinteraksi yang paling menonjol, seperti kebutuhan akan dukungan teman sebaya, adanya pengelompokan sosial yang terdiri dari teman dekat, kelompok kecil, kelompok besar, kelompok yang terorganisir dan kelompok geng (Hurlock, 1980). Keberhasilan interaksi dan komunikasi remaja dengan teman sebaya dan lingkungan sekitarnya dapat terjalin dengan baik apabila remaja memiliki kualitas hubungan yang baik dengan orang tua. Menurut Ali dan Asrori (2011) hubungan timbal balik secara aktif antara remaja dengan orang tua yang terwujud dalam kualitas hubungan akan memungkinkan remaja untuk mengembangkan potensinya.

Namun, pada kenyataannya tidak semua anak hingga ia beranjak remaja mendapatkan dan memperoleh fungsi-fungsi dari keluarga. Hal ini dikarenakan salah satunya remaja harus berada dipanti asuhan. Dari data statistik dalam sebuah laporan yang diluncurkan oleh Departemen Sosial Republik Indonesia (Depsos RI) *Save the Children* dan UNICEF (2007) menunjukkan bahwa jumlah seluruh remaja di Indonesia yang berada di panti asuhan pada tahun 2003 mencapai 52,02%. Lebih lanjut Depsos RI, *Save the Children* dan UNICEF

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengungkapkan bahwa remaja yang berada dipanti asuhan berkisar antara usia 10 hingga 17 tahun.

Panti asuhan atau Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) menurut Departemen Sosial RI (2010) adalah organisasi sosial atau perkumpulan sosial yang melaksanakan penyelenggaraan kesejahteraan sosial anak yang dibentuk oleh masyarakat, baik yang berbadan hukum maupun yang tidak berbadan hukum. Hasil penelitian Hartini (2001) menunjukkan bahwa anak-anak panti asuhan sangat kaku dalam berhubungan sosial dengan orang lain dan sebagian besar dari mereka mengalami kesulitan dalam kompetensi interpersonalnya. Menurut Buhrmester dan Furman (1988) salah satu bagian dari kompetensi interpersonal adalah kemampuan untuk bersikap asertif.

Hal ini senada dengan apa yang diungkapkan oleh Paterson (2000) mengenai 4 tipe gaya individu dalam menghadapi situasi, yaitu asertif, pasif, agresif, dan pasif-agresif. Asertif merupakan gaya komunikasi yang dapat digunakan dalam semua situasi dan yang paling efektif. Sayangnya, kebanyakan orang tidak menggunakan gaya asertif sesering yang mereka bisa. Akibatnya, interaksi mereka dengan orang lain tidak memuaskan. Menurut Pratiwi (2015) perilaku asertif sangat penting bagi remaja. Apabila remaja tidak memiliki keterampilan untuk berperilaku asertif atau bahkan tidak dapat berperilaku asertif, maka akan disadari ataupun tidak remaja tersebut akan kehilangan hak-hak pribadinya sebagai individu dan cenderung tidak dapat menjadi individu yang bebas dan akan selalu berada dibawah kekuasaan orang lain. Namun pada kenyataannya masih banyak remaja yang mengalami kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Faktor yang menghambat munculnya asertivitas menurut Rathus (dalam Anindyajati, 2004) adalah pengaruh budaya dan relasi sosial setempat; pandangan-pandangan yang menyesatkan tentang cara-cara atau etika bertingkah laku, konflik-konflik pribadi, seperti pola asuh yang salah atau tidak menguntungkan, dimana hal ini membuat tidak adanya kesempatan untuk mengembangkan tingkah laku asertif. Perkembangan kepribadian terhambat, sehingga individu belum mencapai taraf kedewasaan tertentu.

Dalam beberapa hasil penelitian sebelumnya ditemukan dampak negatif remaja yang tidak asertif menurut Sriyanto, Abdulkarim, Zainul dan Maryani (2014) dapat meningkatnya kecenderungan kenakalan remaja sehingga kepribadiannya menjadi lemah dan sering terjerumus kedalam hal-hal yang negatif. Selain itu, dampak positif remaja yang memiliki asertivitas yang tinggi menurut Al'ain dan Mulyana (2013) dapat meningkatkan komunikasi interpersonal sesama individu sebagai makhluk yang berinteraksi.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti kepada 20 orang remaja panti asuhan pada tanggal 07-14 April 2017 di panti asuhan Amanah, Al-Ilham, Istiklal dan Al-Fath mengenai asertivitas, menunjukkan ada beberapa remaja yang belum memiliki aspek-aspek asertivitas dari Alberti dan Emmons (2001). Hal ini ditunjukkan pada indikator didalam aspek-aspek asertivitas tersebut. Masalah-masalah yang timbul dalam aspek bertindak sesuai dengan keinginan sendiri adalah ketidaksanggupan remaja panti asuhan memilih jurusan ketika akan melanjutkan pendidikannya karena membutuhkan bantuan dari orang lain atau orang tua.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*“butuh pendapat dari orang tua kak, karena mungkin itu yang terbaik untuk saya kak” (WR)*

*“iya butuh, karena apapun pasti yang terbaik dari orang tua kak” (AA)*

Selanjutnya, tidak mampu mengambil inisiatif dalam memulai percakapan.

*“nggak berani kak, kalau saya yang memulai duluan saya malu kak” (WNP)*

*“nggak bisa kak, karena saya ragu-ragu” (NH)*

Dalam aspek mengekspresikan perasaan jujur dan nyaman,

*“kalau marah saya diam aja kak, karena ga tega untuk marahin orang” (MA)*

*“saya diam saja kak, tapi kalau nanti sudah tidak ada orangnya saya nangis kak, sedih gitu” (R)*

Aspek mempertahankan diri

*“Kalau dikritik dan dicela sama orang saya diam aja, tapi dalam hati saya sebenarnya ga suka” (GR)*

*“saya kalau dikritik dan dicemooh diam aja kak” (IJ)*

Aspek menyatakan pendapat

*“nggak berani menegurnya kak, saya diam aja, biarkan saja jadi urusan mereka” (RF)*

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja panti asuhan kurang asertif berdasarkan pada indikator dari setiap aspek asertivitas Alberti dan Emmons (2001). Cara yang digunakan dalam meningkatkan kemampuan asertivitas remaja adalah dengan membuang pikiran-pikiran negatif yang ada pada remaja dan mengubah pandangan-pandangan yang menyesatkan tentang cara-cara atau etika bertingkah laku dengan cara berpikir positif. Berpikir positif menurut Elfiky (2009) adalah proses berpikir berkaitan erat dengan konsentrasi, perasaan, sikap, dan perilaku.

Bishop (2010) dalam bukunya *“Develop Your Assertiveness”* mengatakan bahwa orang yang asertif dapat mengembangkan dirinya, meningkatkan kesadaran

diri, keyakinan diri dan harga diri yang lebih besar, keterampilan komunikasi yang jujur, kuat dan efektif. Serta mereka memiliki rasa hormat untuk diri mereka sendiri dan orang lain. Pusat semua ini adalah berpikir positif. Berpikir positif menurut Peale (dalam Ria, 2015) dapat dideskripsikan sebagai suatu cara berpikir yang lebih menekankan pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain maupun situasi yang dihadapi.

Menurut Kholidah dan Alsa (2012) berpikir positif merupakan suatu keterampilan kognitif yang dapat dipelajari melalui pelatihan. Menurut Ellis (dalam Ertyastuti, Andayani, & Priyatama, 2012) pelatihan ini ditujukan untuk membantu seseorang mengenali pola pikirnya dan memahaminya, mengubah pola pikir yang negatif menjadi pola pikir yang positif melalui serangkaian pelatihan dan menggunakan pola pikir yang terbentuk itu dalam menghadapi masalah kehidupan yang akan datang. Ellis dan Bernard (1985) mengembangkan sebuah pendekatan kognitif *Rational Emotif Therapy ABC* dimana dalam pendekatan ini seseorang dibantu agar lebih mampu berpikir secara rasional, dan dengan perasaan yang tepat.

Menurut Ellis dan Bernard (1985) *Rational Emotif Therapy* adalah aliran psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat. Oleh sebab itu, manusia bertanggung jawab atas penciptaan reaksi-reaksi emosional dan gangguan-gangguannya sendiri. Hal tersebut terjadi karena putusan-putusan yang tidak logis yang terus-menerus diulang oleh individu.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan remaja panti asuhan yang memiliki asertif yang rendah seperti cenderung membutuhkan bantuan orang lain dalam mengambil keputusan sendiri mengenai karir/jurusan, kurang berani

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dalam memulai percakapan, lebih memilih diam dan tidak meluapkan kemarahannya kepada orang lain, cenderung diam jika mendapatkan kritik dan celaan dari orang lain dan kurang mampu dalam menanggapi pelanggaran yang dilakukan oleh orang lain dan dirinya sendiri. Hal tersebut menurut Ellis dan Bernard (1985) berawal dari peristiwa (*Antecedent Event*) yang mengacu pada kejadian yang dapat dilihat dan diperhatikan, dapat juga berupa peristiwa internal baik yang pernah dirasakan sendiri oleh remaja atau dari pengalaman orang lain. Kemudian, berdasarkan pengalaman tersebut melahirkan keyakinan (*belief*) yang terdiri dari keyakinan rasional dan irasional.

Keyakinan irasional yang dimiliki oleh remaja berdasarkan hasil wawancara, terdiri dari remaja tidak berani mengutarakan pendapatnya dalam forum diskusi karena takut disalahkan dan ditertawakan oleh orang lain, kurang berani berkata “tidak” pada hal-hal yang tidak sesuai dengan keyakinan dirinya, dan remaja cenderung mengikuti pendapat temannya dan orang lain dikarenakan takut dikucilkan dan disishkan dari kelompok. Keyakinan-keyakinan irasional tersebut berakibat kepada reaksi emosional dan perilaku remaja (*Emotional Consequence*) yang berupa remaja menjadi kurang berperilaku asertif.

Sebelumnya, penelitian ini pernah dilakukan oleh Ertyastuti, Andayani, dan Priyatama (2012) tentang pengaruh berpikir positif terhadap asertivitas remaja panti asuhan di Jogjakarta menunjukkan hasil bahwa berpikir positif efektif meningkatkan asertivitas remaja panti asuhan. Dengan menggunakan teori yang sama yaitu *Rational Emotif Therapy ABC* dari Ellis dan Bernard (1985).

Dari penjelasan yang telah diuraikan di atas pelatihan berpikir positif dinilai penting untuk membantu remaja dalam mendapatkan dan meningkatkan asertivitas. Dengan adanya pelatihan berpikir positif, remaja diharapkan dapat

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

menantang keyakinan-keyakinan irasional (*Desputing*) yang telah mengakibatkan gangguan-gangguan tingkah laku sehingga, remaja panti asuhan memiliki atau bahkan meningkatkan asertivitas yang dapat digunakan dalam situasi apapun dan dimanapun. Jika remaja sudah memiliki pikiran yang positif maka ia akan mampu untuk mengungkapkan apa yang ia rasakan kepada orang lain dengan baik. Untuk itu, peneliti ingin melihat pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap peningkatan asertivitas remaja panti asuhan.

### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap peningkatan asertivitas remaja panti asuhan?

### **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap peningkatan asertivitas remaja panti asuhan.

### **D. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada penelitian terdahulu baik yang dilakukan didalam maupun diluar negeri, diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ertyastuti, Andayani, dan Priyatama (2012) mengenai pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap asertivitas remaja panti asuhan di panti asuhan yatim Mardhatilah Sukoharjo menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap asertivitas remaja panti asuhan.

Persamaan dengan penelitian ini adalah memiliki variabel bebas dan terikat, yaitu berpikir positif dan asertivitas serta teori berpikir positif.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Perbedaannya adalah tempat penelitian, subjek penelitian dan teori asertivitas yang digunakan, dalam penelitian Ertyastuti, Andayani, & Priyatama (2012) menggunakan teori asertivitas dari Fensterheim dan Baer, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan teori asertivitas dari Alberti dan Emmons (2001).

2. Saparini (2014) hubungan antara husnuzzhan (berpikir positif) dan perilaku asertif pada mahasiswa UIN Suska Riau menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara husnuzzhan (berpikir positif) dan asertivitas mahasiswa UIN Suska Riau.

Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat.

Perbedaannya adalah terletak pada tempat penelitian, subjek penelitian, metode penelitian yang digunakan, teori asertif dan teori berpikir positif yang digunakan.

3. Lioni dan Pratiwi (2013) penerapan pelatihan asertif untuk mengurangi perilaku negatif berpacaran pada siswa kelas X-1 di SMA Negeri 1 Porong menunjukkan bahwa pelatihan asertif dapat digunakan untuk mengurangi perilaku negatif berpacaran pada siswa kelas X-1 di SMA Negeri 1 Porong.

Persamaan dalam penelitian ini adalah terletak pada salah satu variabelnya yaitu asertif.

Perbedaannya adalah terletak pada subjek penelitian, variabel bebas yaitu pada penelitian ini variabel bebasnya adalah berpikir positif, sedangkan dalam penelitian sebelumnya adalah asertif.

4. Kashani, dan Bayat (2010) *The Effect Of Social Skills Training (Assertiveness) On Assertiveness And Self-Esteem Increase Of 9 To 11 Year-Old Female*

## Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*Students In Tehran, Iran* menunjukkan bahwa pelatihan asertif dapat meningkatkan harga diri siswa perempuan yang berusia 9 sampai 11 tahun di Teheran, Iran.

Persamaan adalah terletak pada salah satu variabel yaitu asertivitas.

Perbedaannya dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas dalam penelitian sebelumnya variabel bebasnya adalah asertivitas sedangkan penelitian ini variabel bebasnya adalah berpikir positif.

5. Kholidah dan Alsa (2012) berpikir positif untuk menurunkan stres psikologis pada mahasiswa, menunjukkan hasil bahwa pelatihan berpikir positif dapat menurunkan tingkat stres psikologis pada mahasiswa.

Persamaan dengan penelitian ini adalah terletak pada variabel bebas.

Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada subjek penelitian, teori yang digunakan, dan tempat penelitian.

6. Menurut Marthan, Hardjanta, dan Yudiati (2013) pengaruh pelatihan berpikir positif terhadap depresi pada penderita diabetes melitus menunjukkan hasil bahwa pelatihan berpikir positif dapat menurunkan depresi pada penderita diabetes melitus yang mengalami depresi.

Persamaan dengan penelitian ini adalah terletak pada variabel bebas.

Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada subjek penelitian, teori yang digunakan, dan tempat penelitian.

## E. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat dalam pengembangan ilmu atau teori yang berkaitan dengan pengaruh berpikir positif terhadap asertivitas serta dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini bermanfaat agar remaja panti asuhan dapat memiliki perilaku yang asertif setelah diberikan pelatihan berpikir positif.

