

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah pelajar yang selalu diharapkan mampu berperan sebagai agen perubahan (*the agent of change*) disetiap masanya. Mahasiswa merupakan aset terbesar suatu bangsa karena dengan eksistensi dan usaha pencapaian aktualisasi diri yang mereka miliki, tercermin idealisme yang kuat dan kental sebagai modal dalam menghadapi tatanan dunia yang pada saat ini semakin mengancam kehidupan manusia.

Mahasiswa tidak hanya dituntut memiliki kemampuan prestasi akademik, namun mereka juga dituntut memiliki keterampilan sosial dan kepiawaian dalam menghadapi dan memecahkan masalah dengan cara yang baik. Penelitian ini difokuskan pada mahasiswa yang menempuh pendidikan di universitas, karena universitas merupakan miniatur sebuah Negara, di dalamnya terdapat para calon pemimpin yang sedang dihadapkan dengan berbagai konflik atau permasalahan.

Semasa di bangku perkuliahan, mahasiswa memiliki kesempatan untuk bereksistensi melalui berbagai kegiatan dan organisasi, baik di dalam maupun di luar kampus. Dalam proses ini mahasiswa selalu dihadapkan dengan berbagai situasi yang menuntut kemampuan mereka untuk berperilaku sesuai tuntutan dan norma yang berlaku. Berikut ini berbagai situasi yang mungkin atau pernah terjadi dalam kehidupan mahasiswa:

Pada sebuah rapat organisasi, seorang mahasiswa menyatakan pendapatnya kepada beberapa orang yang seharusnya mendengar, akan tetapi perhatian orang-orang tersebut hanya sebentar, sementara itu masih banyak hal yang harus disampaikan oleh mahasiswa tersebut. Dalam situasi seperti itu ada mahasiswa yang bisa kembali menarik perhatian pendengar, serta ada yang dengan sopan meminta kesediaan rekan-rekannya itu untuk memperhatikan. Ada pula mahasiswa yang terus saja menyampaikan pendapatnya dalam kondisi tidak diperhatikan dan membiarkan keadaan tidak menyenangkan itu terjadi, sedangkan ia sangat terganggu. Kemudian ada pula mahasiswa yang mengungkapkan ketidaksenangannya terhadap situasi tersebut dengan kemarahan atau bahkan dengan kata-kata yang membuat rekan-rekannya tidak senang.

Beberapa orang memperlihatkan tanda-tanda bahwa mereka tidak setuju dengan pendapat seorang mahasiswa, lalu motivasi mahasiswa tersebut menurun, ia tidak yakin lagi dengan apa yang ingin disampaikan selanjutnya.

Ada seseorang yang memiliki pendirian dan prinsip tertentu, tiba-tiba rekan kerja yang juga sahabatnya, memintanya untuk membantu dan melakukan hal yang bertentangan dengan prinsip yang ia miliki, individu tersebut terpaksa melakukannya karena takut persahabatan terputus.

Seorang individu tidak setuju dengan pendapat orang lain dan menyampaikannya kepada orang yang bersangkutan. Namun, ternyata cara penyampaiannya itu telah melanggar hak orang tersebut sebagai individu.

Seseorang tidak suka dengan apa yang telah dinyatakan orang lain tentang dirinya, namun orang tersebut tidak berusaha menyatakan prinsip yang ia miliki dengan jelas dan meyakinkan kepada orang lain tersebut.

Permasalahan yang tidak jarang ditemui di kalangan mahasiswa adalah perilaku yang dimunculkan ketika mereka berhadapan dengan berbagai konflik, misalnya ketika mereka tidak bisa menerima kebijakan yang dikeluarkan oleh pihak universitas atau bahkan tidak menyenangi sikap para pengajar. Di antara mereka ada yang membalasnya dengan cara yang tidak tepat, misalnya merusak nama baik, memprovokasi, membocorkan ban dan merusak kendaraan dosen, melakukan teror, dan lain sebagainya.

Hal-hal di atas mencerminkan sikap dan perilaku yang seharusnya tidak lagi didapati pada mahasiswa, akan tetapi masih begitu banyak perilaku mahasiswa yang seharusnya dirubah agar mereka bisa menjadi lebih bijaksana dalam menghadapi berbagai permasalahan karena kehidupan mahasiswa tidak hanya akan berakhir di bangku perkuliahan, namun kehidupan setelah perkuliahan akan dijalani bersama konflik yang lebih beragam, maka dari itu mahasiswa dituntut supaya lebih mampu berperilaku secara baik.

Dari beberapa contoh situasi di atas, maka perhatian banyak orang akan tertuju pada bagaimana respon individu yang berhadapan dengan situasi seperti di atas. Respon adalah istilah psikologi yang digunakan untuk menamakan reaksi terhadap rangsang yang diterima oleh panca indra. Hal yang menunjang dan melatarbelakangi ukuran sebuah respon adalah sikap, persepsi, dan partisipasi (Sobur: 2003).

Respon pada prosesnya didahului sikap seseorang karena sikap merupakan kecenderungan atau kesediaan seseorang untuk bertingkah laku jika menghadapi suatu rangsangan tertentu. Jadi, berbicara mengenai respon atau tidak respon terlepas dari pembahasan sikap. Respon juga diartikan sebagai suatu tingkah laku atau sikap yang berwujud baik sebelum pemahaman yang mendetail, penelitian, pengaruh atau penolakan, suka atau tidak suka serta pemanfaatan pada suatu fenomena tertentu (Sobur, 2003). Dengan demikian, bisa dilihat ada tiga cara atau gaya yang biasanya muncul dalam merespons situasi, yaitu asertif, pasif dan agresif.

Gaya merespon situasi dalam perilaku agresif dan pasif, dimunculkan sebagai bahan perbandingan untuk menilai perilaku manakah yang lebih diharapkan dalam membantu meningkatkan kualitas keterampilan sosial. Sementara pada gaya asertif, individu yang asertif dapat membela diri ketika diperlakukan tidak adil, mampu memberikan tanggapan terhadap masalah yang mempengaruhi hidupnya. Mampu mengatakan cintanya terhadap orang yang berarti dalam hidupnya. (Atkinson: 1999).

Munandar (1999), mengemukakan bahwa perilaku asertif mengandung sifat-sifat yang sangat penting dalam pembentukan pribadi yang kreatif, yaitu sifat percaya diri yang tinggi, kemampuan mengekspresikan perasaan, keinginan, gagasan secara jujur, tegas dan terbuka tanpa perasaan cemas. Asertif juga merupakan keterampilan sosial yang berperan untuk pengembangan diri, aktualisasi diri maupun untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam kehidupan.

Menurut pengamatan peneliti, masih banyak perilaku mahasiswa yang cenderung mengarah kepada perilaku yang pasif dan agresif. Perilaku pasif dimaksudkan kepada respon individu yang tidak menunjukkan perlawanan atau pertahanan ketika individu terjebak pada situasi yang membuatnya tertekan, dan perilaku agresif merupakan kebalikannya, yaitu melakukan perlawanan dengan cara menyerang dan berusaha merugikan pihak lawan.

Permasalahan yang menjadi perhatian peneliti adalah perilaku agresif yang sering ditimbulkan ketika menghadapi situasi demikian. Lalu apa yang menyebabkan mereka lebih cenderung berperilaku agresif? Dari beberapa literatur, peneliti menarik kesimpulan bahwa perilaku agresif timbul karena adanya prasangka atau yang dikenal dengan berpikir negatif yang memicu timbulnya perilaku agresif.

Jika dibandingkan dengan gaya merespons situasi secara pasif dan agresif, maka secara umum perilaku asertif masih jarang ditemui di kalangan mahasiswa bahkan masyarakat pada umumnya. Tetapi pada beberapa kesempatan, peneliti kerap mendapati orang-orang dan juga mahasiswa yang cenderung menampilkan perilaku asertif, kemudian setelah diamati, orang yang memiliki perilaku asertif memiliki latar belakang pemahaman agama Islam yang cukup baik.

Kondisi-kondisi demikian menarik peneliti untuk mengetahui mengapa seseorang bisa berperilaku asertif dan apakah mungkin pemahaman dan perilaku beragama yang mereka miliki mampu mendorongnya untuk berperilaku asertif? Perilaku beragama yang peneliti maksud di sini adalah *husnuzhan*.

Husnuzhhan secara bahasa berarti berbaik sangka atau berpikir positif, yaitu cara pandang seseorang yang membuatnya melihat segala sesuatu secara positif, seseorang yang memiliki sikap *husnuzhhan* akan mempertimbangkan segala sesuatu dengan pikiran jernih, pikiran dan hatinya bersih dari prasangka yang belum tentu kebenarannya (Sagir: 2011).

Menurut peneliti, *husnuzhhan* bisa menyebabkan seseorang merasa tenang dan aman. Sedangkan perasaan aman sangat mendukung seseorang orang untuk bisa berperilaku asertif, ini selaras dengan pendapat Townend (2007) yang menyatakan bahwa *“It is not possible for people to be assertive if they do not feel safe. Many people do not feel safe and are not safe, and live and work in fear because they are different and unable to be themselves”*.

Kutipan tersebut menegaskan bahwa untuk bisa memiliki perilaku asertif, maka individu harus memiliki rasa aman sehingga ia bisa merespon berbagai situasi dengan cara yang baik. Rasa aman biasanya akan muncul jika seseorang mampu berpikir positif, karena berpikir positif menyebabkan seseorang menjadi lebih optimis dan terhindar dari pikiran-pikiran negatif yang menyebabkan individu merasa tidak aman.

Perilaku asertif, jika dikaitkan dengan akhlak, maka ia termasuk akhlak yang baik. Dalam Islam, akhlak merupakan perilaku yang bisa dilihat melalui reaksi spontanitas dari seorang individu ketika berhadapan dengan berbagai situasi. Oleh karena itu peneliti menggunakan variabel perilaku asertif untuk menggambarkan keterampilan sosial yang membantu seseorang untuk mencapai tujuan.

Berdasarkan hasil wawancara singkat pada beberapa orang teman yang ditanyai tentang bagaimana respons mereka ketika sedang berada di angkot kemudian ada seorang penumpang yang merokok di sebelahnya dan mereka merasa terganggu. Dari jawaban yang diberikan, sebagian besar jawaban mereka menunjukkan perilaku yang pasif dan juga agresif dengan berbagai alasan.

“Yaa, diam aja, atau aku tutup mulut saja sih, tutup hidung atau bahkan muka kita dengan jilbab, kalau dia ngerti pasti dimatiin rokoknya.” “Ah, gak berani, ntar malah kita yang dibentak-bentak, orang kayak gitu susah diajak ngomong.” “Menurut aku sih gitu, yakin aja sih, liat aja tuh, di angkot mereka gak tau apa orang pada terganggu sama asap rokoknya, kalo dia orang baik-baik ya pasti ngerti aturanlah.”

Dari fenomena di atas, peneliti menyimpulkan bahwa penumpang merasa tidak aman jika harus mengatakannya secara baik kepada penumpang yang merokok, selain itu juga penumpang yang peneliti tanyai juga mengira bahwa perokok tidak bisa diajak berbicara secara baik, ini menunjukkan bahwa orang tersebut sudah berprasangka negatif pada seorang perokok sehingga ia tidak mampu untuk berperilaku asertif.

Fenomena yang peneliti dapati dari hasil wawancara singkat lainnya yaitu pada seorang mahasiswi yang peneliti kenal memiliki pemahaman agama yang cukup baik menurut peneliti. Selain itu, mahasiswi tersebut juga kerap peneliti amati secara tidak sengaja ketika berhadapan dengan beberapa situasi yang kurang menyenangkan, ia bisa mengatasinya dengan baik. Misalnya ketika dalam sebuah rapat di sebuah ruangan yang bersebelahan dengan sekretariat dari organisasi lain, terdengar suara musik yang mengganggu jalannya rapat, tidak ada yang berinisiatif untuk menegur orang yang memutar musik tersebut, dan mahasiswi tersebutlah yang berani melakukannya. Setelah rapat selesai, peneliti sempat

menanyakan mengapa ia berani menegur dan bagaimana cara ia bisa melakukannya, sementara yang lain hanya diam ataupun bergumam kesal di belakang saja, mahasiswi tersebut menjawab:

“Ya bilangin aja baik-baik, daripada kita terganggu kan? Emang sih banyak yang males menegur kesalahan orang lain karena takut, udah gitu yang paling sering tuh suka parno sama pikiran negatif duluan gitu, padahal belum tentu juga orang itu marah. Wajar sih kalo khawatir, tapi ya coba aja lah, lagipula kan ngomongnya baik-baik kok, kecuali kita gk bisa ngomong baik-baik. Yakin aja sih harusnya, kan Inallaha ‘inda ‘abdi zhanni.”

Dari penjelasan tersebut peneliti menjadi tertarik untuk mengetahui mengapa ada orang yang bisa berperilaku asertif dan mengapa pula sebaliknya? Dengan demikian peneliti beranggapan bahwa berpikir positif (*husnuzzhan*) yang mengedepankan konsep keislaman sebagai salah satu kontributor penyebab timbulnya perilaku asertif.

Peneliti memfokuskan salah satu variabel dalam pembahasan ini pada bagaimana konsep *husnuzzhan*. Untuk merepresentasikan konsep tersebut, peneliti menggunakan sumber yang mengutamakan literatur-literatur teks Al-Qur’an dan Hadits. Selanjutnya peneliti juga menggunakan sumber dari beberapa kajian akhlak untuk memperoleh kejelasan konsep *husnuzzhan* yang diambil dari penjelasan dalam beberapa penelitian yang sudah lebih dahulu membahas mengenai berpikir positif dalam perspektif Islam.

Pendekatan dalam tinjauan literatur ini dapat dikatakan dengan pendekatan psikologi Islam skriptural atau pendekatan psikologi Islam religius. Yakni pendekatan kajian dalam psikologi Islam yang sumber utamanya adalah teks Al-Qur’an dan Hadits yang mengkaji masalah perilaku dan sikap beragama.

Psikologi, secara spesifik memang tidak membahas istilah *husnuzzhan* ini, namun istilah yang dimunculkan adalah berpikir positif dan inilah yang menjadi bahan rujukan analisis terhadap *term* tasawuf (*husnuzzhan*), sebagaimana yang akan dibahas dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan mengenai keterkaitan antara *husnuzzhan* (berpikir positif) dengan perilaku asertif, maka peneliti ingin mengetahui “Apakah ada hubungan antara *Husnuzzhan* (berpikir positif) dan Perilaku Asertif pada mahasiswa UIN SUSKA RIAU?”

C. Tujuan Penelitian

1. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *husnuzzhan* dengan perilaku asertif.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh *husnuzzhan* terhadap perilaku asertif.
3. Mengetahui tingkatan *husnuzzhan* pada mahasiswa.
4. Mengetahui tingkatan perilaku asertif pada mahasiswa.

D. Keaslian Penelitian

Jenis-jenis penelitian yang pernah dilakukan, baik pada variabel *Husnuzzhan* dan Perilaku Asertif, diantaranya yaitu:

1. Rusydi (2012) menulis disertasinya pada program doktor bidang Psikologi Islam UIN Syahid dengan judul “Husn Al-zhann: Konsep Berpikir Positif dalam Perspektif Psikologi Islam dan Manfaatnya Bagi Kesehatan Mental”. Penelitian ini meneliti korelasi antara konsep husnal-zhann dengan kesehatan mental. Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah konsep *husnuzzhan* sebagai variabel bebas serta alat ukur yang digunakan pada variabel *husnuzzhan*. Alat ukur yang peneliti gunakan adalah alat ukur yang juga digunakan oleh Rusydi, namun telah peneliti modifikasi. Perbedaannya jelas terdapat pada variabel terikat. Jika Rusydi menggunakan Kesehatan mental sebagai variabel yang dipengaruhi oleh *husnuzzhan*, maka peneliti menjadikan perilaku asertif sebagai variabel terikatnya.
2. Hapsari & Retnaningsih (2007) dalam sebuah jurnal psikologi pada penelitian yang berjudul “Perilaku Asertif dan Harga Diri pada Karyawan”. Salah satu hal penting yang perlu dikembangkan terkait dengan harga diri yang tinggi adalah perilaku asertif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan perilaku asertif terhadap harga diri pada karyawan. Kesamaan penelitian ini yaitu pada pembahasan perilaku asertif yang ketika dikaitkan dengan harga diri, ada dimensi optimisme. Jika pada penelitian ini optimisme digunakan untuk mengetahui hubungan perilaku asertif dan harga diri karyawan, maka pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini adalah mengenai optimisme yang bersumber dari *husnuzzhan* dan hubungannya dengan perilaku asertif. Jadi, penelitian ini jelas berbeda dengan apa yang akan dilakukan oleh peneliti.

E. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini, ada dua manfaat yang dapat diambil, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan sumbangan pemikiran dalam khazanah psikologi Islam mengenai relevansi *husnuzhan* dengan perilaku asertif.
- b. Untuk memberitahukan apakah *husnuzhan* berperan aktif dalam menimbulkan perilaku asertif.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai usaha mengubah pola pikir menjadi positif sehingga memungkinkan pembaca menjadi lebih asertif.
- b. Pembaca memiliki rujukan pengetahuan tentang ajaran Islam yang berkontribusi dalam usaha membangun sikap yang tepat dalam merespon situasi dan kondisi apapun.