

Perilaku asertif dan tipe kepribadian remaja yang mengalami kecenderungan neurotik

Rizki Maulana Hidayatullah¹
Finanin Nur Indana²

^{1,2} Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Ibrahimy, Situbondo
E-mail: rizkimaula7@gmail.com

Abstract

This study aims to examine the relationship between assertive behavior and personality type in adolescents with neurotic tendencies. The subjects of this research are teenagers who live in Surabaya as many as 351 students. The measuring instrument used in this study is the assertiveness scale, totaling 54 items, while measuring personality type using the introvert and extrovert personality scales totaling 65 items, and then measuring neurotic tendencies using the NSQ scale which amounts to 40 items. Data were analyzed using simple regression analysis. The results of the analysis show that The coefficient of determination obtained is 0.780, meaning that the ability of the independent variable to explain the variance of the dependent variable is 78%. F count obtained is 15.981. With a significance level of 5%, the F table obtained is $f(\alpha; k; n-k)$ or $f(0.05; 2; 10) = 4.1$. Where the value of n is the number of data and k is the number of independent variables. Because $f_{count} > f_{table} = 4.1$, then H_0 is rejected, so it can be concluded that the score of assertive behavior and extrovert personality type significantly influence neurotic tendencies.

Keywords: Neurotic Tendency; Adolescents; Assertive Behavior; Personality Types

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menguji hubungan perilaku asertif dan tipe kepribadian pada remaja yang mengalami kecenderungan neurotik. Subjek penelitian ini adalah para remaja yang tinggal di Surabaya sebanyak 351 siswa. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala asertifitas yang berjumlah 54 aitem, sedangkan untuk mengukur tipe kepribadian menggunakan skala kepribadian introvert dan extrovert yang berjumlah 65 aitem, lalu untuk mengukur kecenderungan neurotik menggunakan skala NSQ yang berjumlah 40 aitem. Data dianalisis menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan koefisien determinasi yang didapatkan sebesar 0,780, berarti kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan varians dari variabel terikatnya sebesar 78%. Fhitung yang didapatkan sebesar 15,981. Dengan tingkat signifikansi 5%, didapatkan ftabel yaitu $f(\alpha; k; n-k)$ atau $f(0,05; 2; 10) = 4,1$. Dimana nilai n adalah banyaknya data dan k adalah banyaknya variabel independen. Karena $f_{hitung} > f_{tabel} = 4,1$, maka H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa skor perilaku asertif dan tipe kepribadian extrovert berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan neurotik.

Kata kunci: Kecenderungan Neurotik; Remaja; Perilaku Asertif; Tipe Kepribadian

Pendahuluan

Munculnya fenomena kecenderungan neurotik pada remaja akhir-akhir ini menjadi permasalahan yang mengkhawatirkan baik dari perspektif pendidikan, psikologi, sosial, maupun budaya. Data dari Riskedas tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan pada individu berusia 15 tahun keatas mencapai 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia. Menurut Santrock (2012) Masa remaja merupakan salah satu periode transisi dalam kehidupan manusia dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa. Kehidupan remaja yang ditandai oleh berbagai macam kenakalan remaja, adalah bukti lemahnya moralitas dan kepribadian usia remaja. Di Indonesia selama dasawarsa terakhir ini, menunjukkan adanya kecenderungan yang semakin serius tentang permasalahan remaja Indonesia khususnya masalah sosial, psikologi, budaya, dan moralitas. Sebagai contoh, gambaran tentang banyaknya remaja Indonesia mengalami masalah sosial yang ditunjukkan dalam bentuk perbuatan kriminal, asusila, dan pergaulan bebas; masalah budaya dalam bentuk kehilangan identitas diri, terpengaruh budaya barat; dan masalah degradasi moral yang diwujudkan dalam bentuk kurang menghormati orang lain, tidak jujur sampai ke usaha menyakiti diri seperti mengkonsumsi narkoba, minum minuman keras dan bunuh diri adalah salah satu bentuk dari kecenderungan neurotik (Puspitawati dalam Sriyanto, 2014).

Beberapa penelitian yang disebutkan oleh Cristóbal-Narváez, dkk., (2016), telah terbukti bahwa kesulitan pada masa kanak-kanak dapat menimbulkan risiko yang lebih tinggi untuk memunculkan simtom dari beberapa domain gangguan psikologis. Kenakalan remaja memiliki sifat psikis, interpersonal, antarpersonal, dan kultural sebab perilaku kenakalan selalu berlangsung dalam konteks antarpersonal dan sosio-kultural (Sriyanto, 2014). Individu menjadi faktor utama dalam memilih dan menentukan eksistensi dirinya dalam membentuk karakter agresif, asertif, atau pasif. Pendidikan selayaknya menjadi sarana yang efektif untuk mengembangkan kemampuan dan membangun karakter peserta didik, sebab pendidikan memberi pelajaran nilai-nilai kearifan dan budaya masyarakat. Selaras dengan hal itu maka, pendidikan yang bermakna dan bermutu pada dasarnya harus selalu mengacu ke masa depan. Pendidikan bermakna juga harus bersifat komprehensif dan holistik, untuk mempersiapkan masa depan peserta didik. Sebab peserta didik akan menghadapi kehidupan yang kompleks karena tuntutan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Berkaitan dengan pendidikan, keluarga menjadi faktor yang penting dalam perkembangan psikologi dan sosial anak. Pola asuh dan komunikasi yang dilakukan orang tua dapat memberikan pengalaman pada masa kanak-kanak yang akan memengaruhi perkembangan berikutnya. Kemudian dalam konteks sosio-budaya, orang tua dengan sistem nilai-norma melaksanakan tugasnya menjalankan peran kedewasaan, termasuk menjadi pendidik terhadap anak dengan mewakili atau sebagai perantara (mediasi) dari dunia makna-nilai (abstrak namun bersifat imperatif-operasional) yang berwibawa atas dirinya dan juga orang dewasa umumnya. Namun, kehidupan masyarakat modern saat ini yang serba kompleks sebagai hasil

perkembangan teknologi modern, industrialisasi, dan juga mekanisasi dapat berdampak terhadap kehidupan sosial.

Steinberg & Borden (dalam Santrock, 2012) menjelaskan pada rentang usia remaja terjadi perubahan peran sosial, kognitif, emosi, moral serta transisi sekolah. Sehingga, remaja cenderung berperilaku agresif. Adaptabilitas masing-masing individu terhadap keadaan tersebut menjadi hal yang tidak mudah sebab dapat memunculkan konflik, kecemasan, dan kebingungan jika individu tidak memiliki kontrol diri yang baik. Konflik dalam diri individu dapat berupa konflik eksternal yang terbuka, dan internal dalam batin yang tersembunyi dan tertutup sifatnya. Timbulnya konflik pada masyarakat modern didukung pula ketidaksiapan masyarakat dengan kemajuan teknologi informasi yang cepat, yang tidak diimbangi oleh perkembangan pola pikirnya. Dalam beberapa penelitian yang disebutkan oleh Cristóbal-Narváez, dkk., (2016), telah terbukti bahwa kesulitan pada masa kanak-kanak dapat menimbulkan risiko yang lebih tinggi untuk memunculkan simtom dari beberapa domain gangguan psikologis. Globalisasi, kemajuan teknologi informasi dan komunikasi melalui internet, dan telepon seluler (ponsel) adalah fenomena masyarakat modern dengan segala kemudahan yang ditawarkan, tetapi juga berdampak luas bagi masyarakat baik positif maupun negatif. Dunia modern yang ditandai oleh perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang semakin maju, berdampak signifikan terhadap tata kehidupan manusia di berbagai aspek.

Perilaku yang menunjukkan adanya gejala neurotik pada remaja biasanya berupa hal-hal yang negatif, dari kenakalan kecil biasa sampai yang sudah cukup mencemaskan. Menurut Sriyanto (2020) menjelaskan bahwa para remaja terjerumus ke dalam hal negatif seperti tawuran, narkoba, seks bebas, salah satunya disebabkan oleh kepribadian yang lemah yaitu ketidakmampuan para remaja untuk bersikap asertif. Perilaku asertif bagi remaja bermanfaat untuk memudahkan bersosialisasi dalam lingkungannya, menghindari konflik karena bersikap jujur dan terus terang, dan dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi secara efektif. Kondisi ini dalam pandangan Habermas, disebut distorsi komunikasi yaitu ketidakmampuan para remaja memahami atau sengaja tidak mau untuk menyepakati aturan-aturan budaya, masyarakat, dan komunitas, sehingga para remaja terlibat dalam perilaku negatif. Padahal, dalam aturan-aturan tersebut dapat ditelusuri latar belakang sosial dan kultural yang memberikan kemungkinan membayangkan dirinya dalam posisi orang lain. Filosofi asertivitas didasarkan pada satu premis bahwa setiap individu memiliki hak dasar yang sama sebagai pribadi dan sebagai bagian dari kelompok sosial.

Kenyataannya, dalam proses berinteraksi dengan kondisi eksternalnya, seseorang dapat merasa mengalami potensi gangguan mental, seperti: tertekan atau stres, depresi dan atau submisif. Situasi stres, depresif atau submisif ini, merupakan kondisi internal individu, yang dialami saat melakukan adaptasi atau penyesuaian dengan kondisi eksternal atau lingkungannya. Kondisi eksternal juga dapat menjadi pemicu seseorang mengalami potensi gangguan mental. Tuntutan internal ataupun eksternal berdampak pada individu, karena tuntutan performansi yang terus menerus dari individu, perubahan lingkungan yang berubah secara cepat, dan dukungan sosial terhadap

individu. Gangguan neurotik dapat terjadi karena kondisi-kondisi eksternal, yang dirasa sulit diterima oleh individu. Perubahan kepribadian dari individu dapat saja memunculkan adaptasi yang kurang cocok dan bahkan tidak cocok dengan apa yang diharapkan. Mengalami penurunan unjuk kerja, dan bahkan menimbulkan gangguan mental yang nyata. Berikut melalui penelitian ini, hendak dicari hubungan antara pola-pola kepribadian tertentu memiliki kecenderungan gangguan mental.

Gejala neurotik yang berlebihan dan persisten dapat berkembang menjadi gangguan neurotik. Gejala neurotik dan gangguan terkait dapat menyebabkan kinerja akademis yang buruk, putus sekolah, dan ide bunuh diri di kalangan remaja. Diungkapkan lebih lanjut bahwa perbedaan individu dalam sifat kepribadian dapat memainkan peran dalam pengembangan gejala kecemasan. Pada gejala kecemasan, untuk pola kepribadian extraversion tampaknya melindungi terhadap gejala yang terjadi. Pernyataan dari Hatemi dan Verhulst (2015), menyatakan bahwa: 1) ciri-ciri kepribadian terbentuk di awal hidup dan tetap konsisten di sepanjang usia; 2) meskipun beberapa dimensi tertentu sedang diteliti, sifat kepribadian sangat stabil baik secara temporal maupun kontekstual. Kepribadian bukanlah hasil dari perjalanan hidup, namun sebagai satu kesatuan disposisi yang terbentuk secara kuat dalam individu, justru berfungsi membentuk perjalanan hidup. Individu bukan sebagai alat kemudi yang mudah dikendalikan oleh lingkungan, namun sebagai pelaku aktif yang gigih mengejar gaya perilaku mereka sendiri sepanjang hidupnya. 3) Ciri-ciri kepribadian sebagai hampir stabil sempurna di kehidupan seseorang dan didorong oleh penyebab genetik yang kemudian mempengaruhi sikap dalam berbagai segi kehidupan. Hal ini juga termasuk dalam nilai pribadi dalam hidup seseorang memiliki pengaruh yang sangat besar dalam berpikir, proses emosi dan berperilaku. Nilai-nilai pribadi mempengaruhi pola pikir dan emosi, sehingga orang tersebut merasa nyaman dengan perilakunya. Nilai-nilai pribadi seseorang sangat dilatarbelakangi oleh keteladanan, pengalaman, dan genetis. Pertama, nilai pribadi sangat dipengaruhi oleh keteladanan. Nilai-nilai yang dianut oleh seseorang, terbentuk saat berinteraksi dengan keluarga, individu tersebut memperoleh teladan atau model dari berbagai perilaku anggota keluarganya. Kedua, nilai-nilai pribadi seseorang sangat dipengaruhi situasi dan kondisi kehidupan seseorang. Penelitian dari Sriyanto, dkk. (2014) menyatakan bahwa berbagai peristiwa dalam kehidupan seseorang pada jangka waktu tertentu sangat berkaitan dengan pengalaman hidup yang relevan (misal: kecelakaan, kematian orang yang dekat, promosi), perubahan yang berarti (misal: relokasi, kelahiran anak kandung, PHK oleh atasan), dan perubahan transisi normatif dalam hidup (misal: memulai sebuah keluarga, pensiun). Sementara secara rasional, berbagai peristiwa kehidupan mencerminkan pengaruh eksternal pada individu. Ketiga, tindakan seseorang menunjukkan heritabilitas berperan untuk sebagian besar peristiwa kehidupan. Perbedaan individu menunjukkan pengalaman peristiwa kehidupan, dan bagaimana meresponnya, setidaknya dapat dijelaskan oleh perbedaan genetik. Sriyanto, dkk. (2014) menyatakan bahwa perbedaan genetik antara satu orang dengan orang lain, menyebabkan perbedaan untuk keberlanjutan peristiwa dalam kehidupan.

Perilaku asertif diartikan sebagai perilaku individu dalam bentuk keaktifan terhadap lingkungan sosial serta kemampuan individu dalam mengutarakan gagasan, ide, dan inovasi sesuai dengan apa yang dirasakan (Ngatini, 2021). Menurut Ampuno (2020) perilaku asertif akan menolong individu untuk mengungkapkan perasaan dan keinginannya secara langsung dan terus terang, pengungkapan asertif akan menghindarkan munculnya ketegangan dan perasaan tidak nyaman karena menahan dan menyimpan sesuatu yang ingin diutarakan. Kemampuan asertif memungkinkan orang untuk mengemukakan apa yang diinginkan secara langsung dan jelas sehingga menimbulkan rasa senang dalam diri dan orang lain menilai baik.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, disimpulkan seorang yang asertif adalah seorang yang mempunyai kemampuan untuk mempertahankan hak, menyatakan perasaan, pendapat, dan keinginan pada orang lain secara langsung, terus terang, dan tegas tanpa ada rasa cemas dan tidak merugikan orang lain.

Menurut Jung (dalam Alwisol, 2012) kepribadian manusia dapat dibedakan menjadi dua, yaitu kepribadian ekstrovert dan kepribadian introvert. Apabila orientasi segala sesuatu ditentukan oleh faktor-faktor objektif, faktor-faktor luar, maka orang yang demikian dikatakan memiliki orientasi yang ekstrovert. Sebaliknya jika ada orang yang mempunyai tipe dan orientasi introvert, dimana dalam menghadapi sesuatu, faktor-faktor yang berpengaruh adalah faktor subjektif yaitu faktor-faktor yang berasal dari dunia batin sendiri. Orang dengan tipe kepribadian ekstrovert memiliki ciri periang, sering berbicara, lebih terbuka dan lebih dapat bersosialisasi. Sedangkan ciri-ciri orang dengan tipe kepribadian introvert adalah memiliki sifat pemalu, tidak banyak bicara dan cenderung berpusat pada diri mereka sendiri. Tipe kepribadian yang dimiliki ini akan mempengaruhi bagaimana individu dalam menghadapi tuntutan beban serta masalah yang akan menimbulkan stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusprasetyo (2016) menunjukkan kepribadian ekstrovert memiliki peluang besar untuk menjadi seseorang dengan kesehatan mental yang baik, sebaliknya seseorang dengan tipe kepribadian introvert rentan mengalami kecenderungan gangguan mental. Penelitian yang dilakukan tersebut menunjukkan korelasi yang negative antara tipe kepribadian ekstrovert dengan kesehatan mental seseorang. Penelitian lain yang dilakukan oleh Azizah (2016) dari 70 subjek penelitian 45 subjek mengalami gangguan mental dan 67% nya memiliki tipe kepribadian introvert. Dari penelitian tersebut menunjukkan rata-rata yang mengalami gangguan mental adalah orang dengan kepribadian introvert. Penelitian-penelitian yang telah dilakukan tersebut menunjukkan terdapat hubungan antara tipe kepribadian introvert dan ekstrovert dengan kesehatan mental seseorang. Hal tersebut sangat dimungkinkan karena seseorang dengan kepribadian ekstrovert adalah pribadi yang terbuka karenanya sangat memungkinkan melakukan perilaku asertif dalam menghadapi setiap peristiwa.

Remaja yang mampu menyesuaikan diri dan dapat menerima perubahan-perubahan dalam kehidupannya sehingga dapat berkembang menjadi seorang dewasa yang baik, akan tetapi kenyataan yang ada dalam menghadapi masa transisi ini banyak remaja yang tidak dapat menghadapi dengan baik sehingga mereka mempunyai kecenderungan neurotik yang tinggi dengan gejala-gejala negatif seperti misalnya

penggunaan obat-obat terlarang, pergaulan bebas, perkelahian dan kenakalan lain bahkan sampai kriminal. Diduga apabila remaja dapat bersikap lebih asertif dan memiliki keibadian yang baik, maka kecenderungan neurotiknya dapat berkurang sehingga mereka dapat berkembang sesuai dengan yang diharapkan, maka penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah benar dugaan tersebut. Dalam teori psikoanalitik Freud, neurosis terjadi akibat pemakaian mekanisme pertahanan untuk melawan kecemasan yang disebabkan oleh konflik bawah sadar. Cattel mengatakan neurosis adalah pola tingkah laku yang ditunjukkan oleh seseorang yang merasa dirinya mengalami kesulitan emosional (Alwisol, 2012).

Berdasarkan batasan-batasan di atas disimpulkan kecenderungan neurotik adalah kecenderungan perilaku individu yang maladaptif karena tidak dapat diselesaikannya suatu konflik secara wajar meskipun individu menyadari kalau ia terganggu, tampak dengan munculnya gejala kecemasan, depresi, adanya konflik-konflik, dan frustrasi. Neurotik erat kaitannya dengan perkembangan dan dinamika kepribadian seseorang. Individu harus selalu belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Remaja harus mampu bersikap terbuka dan tegas dalam menyatakan pendapat atau pikirannya terhadap orang lain tanpa kehilangan rasa percaya diri. Menurut Indrawati (2014) mengatakan bahwa individu yang memiliki perilaku asertif mampu membuatnya lebih sehat psikologisnya daripada seseorang yang tidak berperilaku asertif. Dengan demikian memungkinkan individu mampu memperoleh jalan keluar, mendapat dukungan sosial, dan dapat terlepas dari beban mental.

Individu yang asertivitasnya tinggi akan menggunakan mekanisme pertahanan diri yang efektif dan adaptif, sedang bagi individu yang asertivitasnya rendah akan cenderung mengalami gangguan mental. Individu yang asertif ditandai oleh kemampuan mengenal dirinya sendiri dengan baik, mengetahui kelebihan, dan kekurangannya serta menerima semua itu seperti apa adanya sehingga pada gilirannya individu mampu merencanakan tujuan hidupnya, mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, mampu mengambil keputusan. Remaja perlu memiliki kemampuan untuk asertif ini agar dapat terjaga kesehatan mental sehingga tidak mengarahkan diri ke hal-hal yang negatif disaat mereka menghadapi setiap permasalahan.

Berdasarkan teori-teori yang sudah dikemukakan, diajukan hipotesis mayor yang berbunyi: Ada hubungan antara asertivitas dan tipe kepribadian extrovert dengan kecenderungan neurotik. Diajukan juga hipotesis minor: 1) Ada hubungan negatif antara asertivitas dengan kecenderungan neurotik. 2) Ada hubungan negatif antara tipe kepribadian extrovert dengan kecenderungan neurotik.

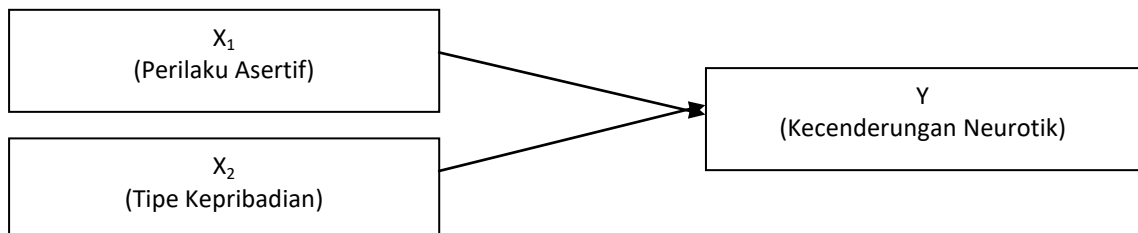
Metode

Penelitian ini dilakukan di beberapa sekolah ditingkat SMP di kota Surabaya, subjek yang diteliti adalah siswa yang duduk di kelas II dan III, serta berusia antara 15 sampai 18 tahun. Sampel diambil dengan teknik *random sampling*, dengan menggunakan skala yang disebarluaskan secara semua siswa ditingkat SMP di kota Surabaya menggunakan skala virtual atau google form yang disebarluaskan dalam

kurun waktu dua bulan dan diperoleh 351 sampel penelitian yang berasal dari 19 sekolah yang berbeda di kota Surabaya.

Penelitian ini menguji hubungan perilaku asertif dan tipe kepribadian terhadap kecenderungan neurotik pada remaja. Ketiga variabel tersebut dapat dilihat pada gambar selanjutnya, dimana kedua variabel X (X_1 dan X_2) mempengaruhi variabel Y.

Gambar 1
Variabel X_1 , X_2 , dan Y



Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Kecenderungan neurotik sebagai variabel tergantung, yaitu kecenderungan perilaku seseorang yang menunjukkan gejala-gejala kecemasan, depresi, dan kepekaan emosional. Untuk mengungkap kecenderungan neurotik digunakan angket NSQ (Neuroticism Scale Questionnaire) aspeknya adalah *tender-mindedness*, *depressiveness*, *submissiveness*, *anxiety*. Semakin tinggi skor angket berarti kecenderungan neurotik semakin tinggi.
2. Asertivitas sebagai variabel bebas, yaitu cara yang digunakan seseorang dalam mengekspresikan emosi, perasaan, dan hak personal, serta adanya komunikasi langsung, wajar, jujur, tanpa perasaan cemas dan dapat diterima orang lain. Untuk mendapatkan data tentang asertivitas digunakan angket asertivitas yang aspek-aspeknya adalah ekspresif, pemahaman terhadap hak-hak personal, dan komunikatif. Semakin tinggi skor berarti semakin asertif.
3. Kepribadian adalah suatu ciri dari individu yang dapat menggambarkan perilaku, pemikiran, dan emosinya serta dapat diamati yang menjadi ciri seseorang dalam menghadapi dunianya. Tipe kepribadian terbagi menjadi dua jenis yaitu tipe kepribadian ekstrovert dan tipe kepribadian introvert. Tipe kepribadian didasarkan atas perbedaan respon, kebiasaan, dan sifat yang ditampilkan individu dalam melakukan relasi interpersonal. Aspek-aspek tipe kepribadian yaitu *sociable*, *lively*, *active*, *assertive*, *sensation seeking*, *carefree*, *dominance*, *surgent*, *venture some*. Untuk mengukur tipe kepribadian, peneliti menggunakan skala penelitian yang memiliki pernyataan-pernyataan. Bentuk skala dalam penelitian ini menggunakan skala *semantic differential* yaitu skala untuk mengukur sikap tetapi bentuknya bukan pilihan ganda maupun *checklist*, tetapi tersusun dalam satu garis kontinum dimana jawaban yang sangat positif terletak dibagian kanan garis dan jawaban yang sangat negatif terletak dibagian kiri garis.

Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik analisis regresi dua prediktor untuk menguji hipotesis mayor, dan hipotesis minor diuji dengan korelasi product moment dari Pearson.

Hasil

Berdasarkan hasil dari penelitian yang disebarakan secara virtual menggunakan *google form* yang meliputi tiga variable : perilaku asertif, tipe kepribadian, dan kecenderungan neurotic didapat 351 responden yang berpartisipasi yang berdasarkan kriteria pendidikan tingkat SMP baik laki-laki maupun perempuan yang bersekolah di Surabaya. Adapun data yang diperoleh dari sebaran skala penelitian adalah sebagai berikut :

Tabel 1
Hasil Penelitian

Variabel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase
Perilaku Asertif	Rendah	193	54.98%
	Sedang	75	21.37%
	Tinggi	83	23.65%
	Jumlah	351	100%
Tipe Kepribadian	Introvert	219	62.39%
	Extrovert	132	37.61%
	Jumlah	351	100%
Kecenderungan Neurotik	Normal	252	71.79%
	Abnormal	99	28.21%
	Jumlah	351	100%

Berdasarkan hasil uji Regresi antar dua variable X (Perilaku Asertif dan Tipe Kepribadian) terhadap variable Y (Kecenderungan Neurotik) maka didapatkan hasil pengolahan data menggunakan software SPSS, didapatkan persamaan regresi linear berganda adalah $Y = 84,585 + 0,169X_1 - 3,385X_2$. Koefisien determinasi yang didapatkan sebesar 0,780, berarti kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan varians dari variabel terikatnya sebesar 78%. Fhitung yang didapatkan sebesar 15,981. Dengan tingkat signifikansi 5%, didapatkan Ftabel yaitu $F(\alpha; k; n-k)$ atau $F(0,05; 2; 10) = 4,1$. Dimana nilai n adalah banyaknya data dan k adalah banyaknya variabel independen..Karena $F_{hitung} > F_{tabel} = 4,1$, maka H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa skor perilaku Asertif dan tipe kepribadian extrovert berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan neurotik.

Dari hasil analisis menggunakan korelasi Pearson diperoleh koefisien korelasi antara variabel perilaku asertif dengan kecenderungan neurotik sebesar -0,656 (hubungan negatif kuat). Sedangkan untuk variabel tipe kepribadian dengan kepuasan hidup memiliki koefisien korelasi Pearson sebesar 0,139 (hubungan positif sangat lemah atau bahkan tidak berkorelasi). Selanjutnya dilakukan uji regresi liner berganda. Berikut ini tabel hasil analisis menggunakan regresi liner berganda. Hasil analisis regresi dua prediktor menunjukkan nilai $F = 6,88$; $R_y(1,2) = 0,36$ dengan $p < 0,01$ berarti ada hubungan yang sangat signifikan antara asertivitas dan tipe kepribadian dengan kecenderungan neurotik.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara asertivitas dan tipe kepribadian dengan kecenderungan neurotik. Secara teoritis seharusnya hubungan tersebut negatif yaitu semakin asertif dan tipe kepribadian extrovert seseorang akan semakin rendah kecenderungan neurotiknya. Hasil penelitian ini secara statistik menunjukkan arah yang selaras dengan teori tersebut yaitu arah yang negatif, berarti semakin asertif dan seseorang dengan kepribadian ekstrovert pada remaja akan semakin rendah pula kecenderungan neurotiknya. Dhanpal & Paul (2012) mengemukakan perilaku asertif memungkinkan seseorang agar dapat menahan gangguan mental yang disebabkan persoalannya. Perilaku asertif membuat seseorang mengungkapkan perasaannya secara jelas dan terbuka yang mana hal tersebut membuatnya mudah mengepresikan perasaan. Perilaku asertif yang dimiliki para remaja dapat meminimalisir konflik yang ada di pikirannya yang mana hal tersebut mampu meringankan beban pikiran seseorang dan membuat permasalahannya cepat terselesaikan karena dengan mereka berperilaku asertif, mereka akan mampu mengatakan tidak dengan sopan dan tegas dengan berani menyampaikan pendapat yang sesuai dengan apa yang ingin disampaikan oleh individu, berbicara dengan tegas tanpa ada rasa takut (Novalia & Dayakisni, T, 2013).

Perilaku asertif ini merupakan upaya pencegahan para remaja dalam menghadapi kecenderungan neurotic yang mampu menjadikan seseorang mengalami gangguan kejiwaan yang lebih parah. Menurut Kurniawan(2016) Jika tidak segera diintervensi, masalah perilaku pada remaja akan berlanjut menjadi gangguan psikologis yang lebih berat di masa dewasa, oleh karena itu keluarga dan masyarakat perlu mendapatkan edukasi dan memahami deteksi dini gangguan mental, khususnya pada remaja. Remaja cenderung tidak mampu berkomunikasi secara asertif. Hal tersebut dikarenakan remaja kurang mandiri, merasa dirinya kurang berharga, dan kurang percaya diri. Remaja juga menganggap temannya lebih penting daripada orang tuanya (Ginting & Masykur, 2014).

Kecenderungan neurotik erat kaitannya dengan perilaku asertif dan kepribadian seseorang, individu dapat menjadi orang normal dan bukan orang yang neurotik apabila individu dapat menyesuaikan diri dan terbuka dengan situasi lingkungan dengan segala masalah yang ada didalamnya. Individu harus selalu belajar menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mampu bersikap terbuka, tegas dalam menyatakan pendapat atau pikiran terhadap orang lain tanpa kehilangan rasa percaya diri, hal seperti ini disebut asertif. Menurut Ngatini, N & Karneli, Y (2021) mengungkapkan bahwa perilaku asertif merupakan suatu perilaku individu dengan pernyataan diri yang positif dengan tetap menghargai individu lain, sehingga akan mengembangkan dan meningkatkan kepuasan dalam kehidupan pribadi serta kualitas dalam menjalani hubungan dengan orang lain. Maka dengan memiliki perilaku asertif akan membantu individu untuk dapat menyelesaikan permasalahan dengan bijak, sehingga individu diterima dan hidup damai dengan lingkungannya.

Faktor kepribadian juga menjadi faktor penting yang dapat membuat seseorang mengalami kecenderungan neurotik. Orang dengan tipe kepribadian ekstrovert adalah periang, sering berbicara, lebih terbuka dan lebih dapat bersosialisasi. Sedangkan ciri-ciri orang dengan tipe kepribadian introvert adalah memiliki sifat pemalu, tidak banyak bicara dan cenderung berpusat pada diri mereka sendiri (Rahmat, 2014). Tipe kepribadian yang dimiliki ini akan mempengaruhi bagaimana individu dalam menghadapi tuntutan beban serta masalah yang akan menimbulkan gangguan neurotik. Berdasarkan kedua teori tersebut dapat disimpulkan seorang individu yang asertif dan memiliki kepribadian ekstrovert kecenderungan neurotiknya akan rendah.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan diskusi yang telah diuraikan di atas, dipetik suatu simpulan yang perlu digaris bawahi bahwa perilaku asertif dan kepribadian ekstrovert mampu mempengaruhi secara signifikan terhadap kecenderungan neurotik. Hal tersebut juga mampu di pahami secara lebih mendalam bahwa seseorang yang memiliki atau menerapkan perilaku asertif pada kehidupannya maka kecenderungan neurotiknya akan semakin rendah. Selain itu, tipe kepribadian juga dapat mempengaruhi kecenderungan neurotik yang dapat diperjelas bahwa seseorang dengan kepribadian ekstrovert maka semakin rendah kemungkinann seseorang mengalami kecenderungan neurotik dan sebaliknya seseorang yang memiliki kepribadian introvert maka semakin rentang mengalami gangguan neurotik.

Referensi

- Kurniawan, Y & Sulistyarini, I (2016). Komunitas sehati (sehat jiwa dan hati) sebagai intervensi kesehatan mental berbasis masyarakat. *INSAN: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*. <https://doi.org/10.20473/jpkm.V1I22016.112-124>
- Sriyanto, Abadulkarim, A., Zainul, A., & Maryani, E. (2014). Perilaku asertif dan kecenderungan kenakalan remaja berdasarkan pola asuh dan peran media massa. *Jurnal Psikologi*, 41(1): 74 – 88. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6959>.
- Ampuno, S (2020) Perilaku asertif generasi milenial dalam perspektif psikologi islam. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 1(1): 18 – 27. <https://dx.doi.org/10.30984/jiva.v1i1.1163>.
- Novalia & Dayakisni, T, (2013). Perilaku asertif dan kecenderungan menjadi korban bullying. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01) <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i1.1366>.
- Ngatini, N & Karneli, Y (2021). Tingkat perilaku asertif siswa dan implikasi dalam pelaksanaan layanan bimbingan konseling. *COUNSENSIA: Indonesian Journal of Guidance and Counseling*, 2 (1) : 72-81. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v2i1.1460>
- Alwisol, (2012). *Psikologi Kepribadian*. UMM press.
- Dhanpal, H.N., & Paul, A (2015) Effectiveness of assertive training programme on relieving the academic stress and anxiety. *International Journal of Nursing Critical Care*. 1(1), 26-29. <https://doi.org/10.37628/ijncc.v1i1.41>
- Rahmat, W ., 2014. Pengaruh Tipe Kepribadian dan Kualitas Persahabatan Dengan Kepercayaan pada Remaja Akhir. *PSIKOBORNEO: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), <https://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v2i1.3572>.

-
- Hatemi, P. K., & Verhulst, B. (2015). Political attitudes develop independently of personality traits. *PLOS one*, *10*(3): 1 – 24.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil riset kesehatan dasar. <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-risikesdas/>
- Cristóbal-Narváez, P., Sheinbaum, T., Ballespí, S., Mitjavila, M., Myin-Germeys, I., Kwapil, T. R., & Barrantes-Vidal, N. (2016). Impact of Adverse Childhood Experiences on Psychotic-Like Symptoms and Stress Reactivity in Daily Life in Nonclinical Young Adults. *PLOS one*, *11*(4).
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. Erlangga.