

HUBUNGAN ANTARA ASERTIVITAS DENGAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA TARUNA JURUSAN NAUTIKA SEKOLAH TINGGI ILMU PELAYARAN (STIP) JAKARTA

Yuli Sarah

15010113120011

**Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro**

Abstrak

Maraknya kasus kekerasan yang terjadi di lingkup sekolah kedinasan menimbulkan kekecewaan dari berbagai pihak. Kekerasan juga diketahui dapat memberikan dampak yang buruk bagi *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) individu bukan hanya bagi yang mengalami, melainkan juga yang menyaksikan dan mendengar. Asertivitas diketahui dapat meningkatkan kebahagiaan hidup, mengurangi kecemasan, dan membantu individu untuk dapat mengekspresikan dirinya sehingga dapat berfungsi secara penuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna jurusan nautika Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran (STIP) Jakarta. Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara asertivitas terhadap *psychological well-being* pada taruna jurusan Nautika Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran (STIP) Jakarta. Populasi dalam penelitian ini merupakan taruna jurusan nautika tingkat II. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 54 taruna. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *Psychological well-being* (36 item, $\alpha = 0,927$) dan Skala Asertivitas (29 item, $\alpha = 0,905$). Data dianalisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna dengan nilai $(r_{xy}) = 0,624$ dengan $p=0,000$ ($p < 0,05$), artinya semakin tinggi asertivitas taruna tingkat II jurusan nautika STIP maka semakin tinggi pula *psychological well-being*nya.

Kata kunci: *psychological well-being*, asertivitas, STIP Jakarta, dampak kekerasan

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 14 Tahun 2010, BAB I terkait Ketentuan Umum, Pasal 1 menyatakan bahwa pendidikan kedinasan adalah pendidikan profesi yang diselenggarakan oleh Kementerian, kementerian lain, atau lembaga pemerintah nonkementerian yang berfungsi untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan dalam pelaksanaan tugas kedinasan bagi pegawai negeri dan calon pegawai negeri. Berdasarkan fungsi dan karakteristik yang tertuang ke dalam BAB II, pasal 3, menyebutkan bahwa:

- (1) Pendidikan kedinasan merupakan pendidikan yang bertujuan meningkatkan kemampuan dan keterampilan peserta didik dalam bidang keahlian tertentu agar mampu meningkatkan kinerja pelaksanaan tugas pada Kementerian, kementerian lain, atau LPNK tempat mereka bekerja.
- (2) Pendidikan kedinasan berorientasi pada kepentingan pelayanan masyarakat dan kebutuhan profesi tertentu dari Kementerian, kementerian lain, atau LPNK.
- (3) Kemampuan dan keterampilan sebagaimana dimaksud pada ayat (1) merupakan standar kompetensi lulusan pendidikan kedinasan yang disesuaikan dengan standar nasional pendidikan dengan

mempertimbangkan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, seni, dan budaya.

Berdasarkan dari fungsi dan karakteristiknya diharapkan para peserta didik dapat meningkatkan kemampuan sesuai dengan bidang keahlian tertentu dan mampu memberikan contoh yang baik serta memberi pelayanan bagi masyarakat. Akhir-akhir ini maraknya kasus kekerasan yang terjadi di lingkup sekolah kedinasan menimbulkan kekecewaan dari berbagai pihak, seperti salah satunya dari Pimpinan Komisi X DPR, Sutan Adil Hendra yang menyebutkan bahwa kasus penganiayaan yang berujung hilangnya nyawa salah seorang taruna menunjukkan mutu pendidikan yang dimiliki negara Indonesia. Lembaga pendidikan harusnya menjadi teladan, namun karena adanya korban tewas akibat penganiayaan senior terhadap junior, maka hal ini bukanlah merupakan teladan lagi dan telah mencoreng sistem pendidikan sekolah kedinasan di Indonesia (Bams, 2017).

Sutan mengatakan bahwa pendidikan kedinasan sebenarnya bertujuan untuk meningkatkan kemampuan dan keahlian yang dibutuhkan suatu instansi atau kementerian. Hanya saja, beliau menilai bahwa selama ini sering ada pembiaran tradisi atau kebiasaan yang salah di sekolah tersebut. pembiaran tradisi ini termasuk pola hubungan antara junior dan senior yang di atasnamakan dengan pembinaan senior terhadap junior, hal inilah yang membuka pintu kekerasan fisik terjadi di sekolah kedinasan (Bams, 2017), seperti misalnya pada kasus yang terjadi pada tanggal 10 Januari 2017 lalu di STIP (Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran) yang kembali harus kehilangan salah seorang taruna terbaiknya

akibat penganiayaan yang dilakukan oleh seniornya. Seorang taruna STIP jurusan nautika tingkat I bernama Amir dinyatakan meninggal akibat kekerasan yang dilakukan oleh seniornya yang masih tingkat II di Gedung Dormitory Ring 4, kamar M205 lantai 2 se usai kegiatan latihan *drum band* (Rasyid, 2017). Senior memanggil Amir bersama lima rekannya ke gedung dormitory 4 setelah latihan *drum band*, mereka datang tidak melalui jalur utama melainkan mengendap-endap lewat gorong-gorong dan masuk lewat sela-sela pagar dan kawat berduri untuk menghindari pengawas (Syah, 2017).

Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran (STIP) merupakan salah satu sekolah pelayaran yang ada di Indonesia, yang menerapkan sistem pendidikan semi militer pada tarunanya. Sistem semi militer bertujuan untuk membangun sikap disiplin, tangguh terhadap tantangan, jiwa korsa, dan bertanggung jawab pada setiap taruna dan taruninya. STIP juga berhasil masuk ranking terbaik di dunia, selain STIP, ada juga PIP (Politeknik Ilmu Pelayaran) yang berada di Semarang. Kedua sekolah ini menempati posisi ketujuh dan delapan dari delapan sekolah pelayaran terbaik di dunia setelah sekolah pelaut asal Amerika Serikat, India, dan Singapura (Helmi, 2016). Namun, dibalik prestasi yang membanggakan ini, terdapat kasus-kasus yang mencoreng nama baik STIP dikarenakan tindakan oknum yang kurang bertanggung jawab sehingga menyebabkan hilangnya nyawa salah seorang taruna. Melihat kasus ini Menteri Perhubungan, Budi Karya Sumadi meminta agar sekolah kedinasan meninggalkan pola lama, dan meminta untuk mengedepankan pola pengasuhan yang saling menghormati

antar senior dengan junior dan akan menindak tegas para taruna maupun pengelola sekolah jika masih terjadi aksi kekerasan (Beritasatu, 2017).

Sebelumnya, menurut sumber berita, kasus kekerasan yang terjadi di STIP yang menyebabkan hilangnya nyawa seorang taruna terjadi pertama kali pada tanggal 12 Mei 2008, yakni pada taruna nautika tingkat I yang bernama Agus Bastian. Agus bersama tiga orang rekannya dipanggil ke kamar C3 Ring 3 untuk diberi hukuman karena dianggap telah melakukan kesalahan dalam latihan pedang pora untuk menyambut acara 17 Agustus, namun akibat kekerasan tersebut nyawa Agus melayang di tangan para pelaku yang masih duduk di tingkat II (Haryanto, 2017).

Pada tanggal 25 April 2014 kejadian yang sama terulang kembali, dan kejadian tersebut terjadi di luar lingkungan kampus yakni di kos seniornya. Dimas, taruna tingkat I jurusan Nautika STIP meninggal akibat kekerasan yang dilakukan oleh senior tingkat II di sebuah rumah kos kawasan Cilincing, Jakarta Utara. Dimas bersama enam orang rekannya dipanggil ke kosan tersebut untuk dihukum karena mereka dinilai tidak hormat kepada para pelaku (Rinaldo, 2014).

Pada tanggal 6 April 2015 terjadi kasus penganiayaan antara senior terhadap junior, yakni pada taruna tingkat II jurusan nautika bernama Roberto Tampubolon. Ia dihukum karena melakukan kesalahan saat menyajikan menu makan, ia dipaksa makan saos sambal, dihukum *push up* dan dipukuli. Berdasarkan keterangan, kejadian ini tidak hanya sampai pada hari itu saja

melainkan berlanjut pada keesokan harinya, Roberto kembali dihukum oleh seniornya tersebut yang merupakan taruna tingkat IV, hingga menyebabkan Roberto harus dirawat inap di Rumah Sakit (Helmi, 2015).

Berdasarkan paparan kasus-kasus yang telah terjadi di STIP, sebenarnya pihak STIP sudah mencoba berbagai upaya untuk memutuskan mata rantai kekerasan, seperti pemasangan CCTV disepanjang koridor asrama, memasang spanduk biru besar yang berisi tulisan “Pelaku Tindak Kekerasan/Pemukulan akan dikeluarkan dari STIP”, membangun tugu bercat hitam dan putih sebagai peringatan kasus kekerasan yang pernah terjadi pada tahun 2008, pemasangan peringatan anti kekerasan di tulisan berjalan yang muncul di LED yang digantung di lorong menuju asrama (Belarminus, 2017). Namun, hal ini masih juga belum membuat jera oknum yang menyalahgunakan kekuasaannya. Bahkan terdapat papan peringatan yang berisi “Ingat! Sekolah ini akan ditutup jika terjadi kekerasan” yang hanya berjarak kurang dari 25 meter dari kamar tempat terjadinya penganiayaan terhadap Amirulloh yang meninggal pada Januari 2017 lalu.

Pada tanggal 29 Juli 2017 lalu juga dilaporkan telah terjadi tindak kekerasan, dimana taruna STIP kembali berulah dengan melakukan penyerangan pada taruna PIP Semarang. Kejadian ini terjadi pada saat pertandingan futsal yang diselenggarakan oleh Olimpiade Perguruan Tinggi Kedinasan (OPTK), yang menyebabkan sebanyak tiga taruna PIP mengalami luka memar. Pemain dari STIP terprovokasi oleh penonton yang juga supporter

dari taruna STIP, lalu turun ke lapangan dan menganiaya semua pemain futsal taruna PIP Semarang (Poskota, 2017).

Listwan, Colvin, Hanley, dan Flannery (2010) menemukan bahwa korban yang mengalami tindak kekerasan sering mengalami tingkat stres yang meningkat, kecemasan, ketidaknyamanan emosional, dan berbagai masalah terkait kesehatan. Lambert (dalam Fairbrook, 2013) menyatakan bahwa individu yang menyaksikan kekerasan di keluarga atau pada teman dekat menunjukkan hubungan positif yang kuat dengan gejala depresi dan hubungan yang erat dengan gangguan kecemasan. Duckworth, Clair, dan Adams; Scarpa, Hurley, Shumate, dan Haden (dalam Heller dan Gitterman, 2011) mengatakan bahwa individu yang menyaksikan atau mendengar tentang kekerasan masyarakat dikaitkan dengan hasil kesehatan mental negatif yang serius, sama seperti mengalami langsung kekerasan.

Leo Tolstoy (dalam Abdulkarim, 2006) berpendapat bahwa kekerasan hanya akan mengundang datangnya dendam dan pembalasan kembali dengan menggunakan kekerasan. Hal ini juga didukung oleh Myers (2012) yang menyatakan bahwa kelompok masyarakat yang akrab dengan kekerasan akan memberikan model bagi anggota juniornya untuk bertindak agresif juga. Bandura (dalam Myers, 2012) juga menyatakan bahwa tindakan agresif dimotivasi oleh berbagai pengalaman yang tidak menyenangkan, seperti frustrasi, sedih, dan penghinaan. Diserang atau dihina orang lain sangat mendorong terjadinya agresi. Penelitian yang dilakukan oleh Kennichi Ohbuchi dan Toshihiro Kambara (dalam Myers, 2012) menemukan bahwa penyerangan

yang disengaja akan memunculkan serangan balasan atau balas dendam dan jika dikaitkan dengan kasus kekerasan yang terjadi di STIP, hal ini dapat menjadi salah satu penyebab mengapa kekerasan masih sulit untuk dihilangkan di STIP.

Padahal Gohm dan Clore (dalam Safaria dan Saputra, 2012) menyatakan jika individu lebih banyak merasakan dan mengalami perasaan negatif seperti marah, benci, dendam, dan kecewa maka individu akan diliputi oleh suasana psikologis yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan, akibatnya individu akan terasa sulit merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan. Selain itu, individu yang sudah sangat lama mengalami atau menyimpan perasaan negatif maka akan mengganggu kemampuan individu tersebut dalam berfungsi secara penuh di kehidupannya sehari-hari. Ryan dan Deci (dalam Hidalgo, et al., 2010) menyatakan ketika kita membicarakan individu yang berfungsi secara penuh, maka hal ini mengacu pada konsep *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis).

Psychological well-being merupakan kombinasi antara perasaan positif dengan berfungsi secara penuh. Konsep perasaan positif bukan hanya terdiri dari kebahagiaan dan kepuasan, tetapi juga meliputi minat, keterlibatan, kepercayaan diri, dan kasih sayang. Konsep berfungsi secara penuh melibatkan pengembangan potensi seseorang, memiliki kendali atas kehidupannya, memiliki tujuan, dan mengalami hubungan positif dengan orang lain. Namun, menurut Huppert (2009) memiliki *well-being* yang baik tidak mengharuskan individu harus memiliki perasaan positif sepanjang waktu; adanya pengalaman negatif (seperti: kekecewaan, kegagalan, kesedihan) merupakan salah satu

bagian dari kehidupan, dan kemampuan untuk mengatasi perasaan negatif inilah yang menjadi hal penting dalam menjaga *well-being*.

Hidalgo, dkk., (2010) menyatakan bahwa *psychological well-being* memiliki hubungan positif dengan kepuasan hidup, dan *self esteem*, serta berhubungan negatif terhadap kecemasan, stres dan depresi, yang artinya ketika individu mengalami kecemasan atau stres maka akan mempengaruhi tingkat *psychological well-being* yang dimiliki individu. Semakin tinggi tingkat stres yang dialami individu maka akan semakin rendah *psychological well-being* individu. Penelitian Howell, Kern dan Lyubomirsky, 2007 (dalam Hidalgo, dkk., 2010) menyatakan bahwa *psychological well-being* memiliki dampak langsung dalam memperkuat sistem kekebalan tubuh dan membantu menetralkan dampak stres.

Berdasarkan pengakuan dari beberapa orang taruna yang tidak dapat disebutkan identitasnya, seringkali mereka hanya diam ketika mendapatkan atau melihat perilaku kekerasan yang terjadi antara senior ke junior. Ketika ada staff yang menanyakan terkait luka yang ia peroleh, para taruna lebih memilih untuk berbohong dan memberikan alasan lain seperti jatuh di kamar mandi, mendapatkan cedera pada saat bermain bola atau olahraga. Selain itu, jika memberitahu perihal kekerasan kepada para staff, para taruna junior takut akan menjadi incaran para seniornya sehingga memilih untuk bungkam (Fajarta, 2014).

Alberti dan Emmons (2002) menyatakan dengan adanya pencapaian pengungkapan diri maka akan memberikan dampak langsung bagi individu tersebut yakni telah meningkatkan *self-esteemnya*, mengurangi kecemasannya, mengatasi depresinya, mendapatkan penghargaan yang lebih besar dari orang lain, mencapai lebih banyak lagi tujuan hidupnya, meningkatkan tahap pemahaman diri, dan memperbaiki komunikasi yang lebih efektif dengan orang lain dan meningkatkan hubungan kita dengan orang lain. Pengungkapan diri ini dinamakan sebagai asertivitas.

Asertivitas dapat dimaknai sebagai sikap aktif dalam berkomunikasi tanpa agresif atau menekan dan tidak membiarkan ditekan oleh pihak lain, tidak bertele-tele dalam menyampaikan pandangan, kalimatnya lugas, jelas, dan langsung, termasuk dalam menyampaikan atau memperjuangkan kepentingan pribadi (Uchrowi, 2012). Menurut Bishop (2010) individu yang asertif merupakan individu yang memiliki citra diri yang positif, menggunakan bahasa yang positif, mampu bekerja dengan orang lain dan memberikan solusi yang positif, serta menghargai pendapat orang lain.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ebbe Ebbesen bersama asistennya dalam Myers (2012), ia mewawancarai 100 insinyur dan teknisi, yang marah akibat di PHK, dan beberapa orang diberi pertanyaan yang memberi mereka kesempatan untuk mengekspresikan kemarahan pada karyawan atau supervisor. Hasilnya adalah bahwa mengekspresikan kemarahan akan melahirkan kemarahan kembali. Apa yang dilakukan oleh beberapa orang yang diberi pertanyaan tadi merupakan pengungkapan diri secara agresif dan hanya

akan menimbulkan dampak negatif bagi dirinya. Ramirez dkk., (dalam Myers, 2012) menyatakan bahwa jika kita melakukan pembalasan terhadap orang lain, maka pembalasan itu dapat mengurangi ketegangan dan memberikan kesenangan pada kita, namun ini hanyalah bersifat sementara dan dampak jangka panjangnya adalah hanya akan menimbulkan banyak perasaan negatif bagi si individu.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Falentina dan Yulianti (2012) bahwa remaja yang memiliki perilaku asertif yang tinggi akan mampu mengendalikan pengungkapan emosi marahnya, dan sebaliknya jika remaja memiliki perilaku asertif yang rendah maka ia memiliki kemampuan mengontrol pengungkapan emosi marah yang rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Pourjali dan Zarnaghash (2010) menemukan bahwa individu yang mampu berkata “Tidak”, memiliki tingkat stres yang rendah dalam hidup mereka, dan mendapatkan apa yang mereka butuhkan. Selain itu, memiliki hubungan dan dukungan yang kuat juga membantu mengatur tingkat stres mereka dan mengarahkan pada kondisi fisik dan mental yang lebih sehat. Penelitian Keramaty (dalam Pourjali dan Zarnaghash, 2010) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asertivitas dan kecemasan, individu yang asertif memiliki tingkat kecemasan yang rendah dan sebaliknya.

Penelitian yang dilakukan oleh Khan (2012) kepada 119 remaja akhir berusia 18-21 tahun menemukan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara perilaku asertif dengan tingkat kecenderungan depresi, yakni semakin tinggi perilaku asertif maka tingkat kecenderungan depresi yang dimiliki akan

semakin rendah, begitu juga sebaliknya. Terdapat juga hubungan negatif antara *self-esteem* dengan tingkat kecenderungan depresi, yakni semakin tinggi *self-esteem* remaja tersebut maka tingkat kecenderungan depresi yang dimiliki akan semakin rendah. Alberti dan Emmons (2002) menyatakan bahwa individu yang tidak asertif kerap merasa disakiti, merasa terkekang, dan cemas karena membiarkan orang lain memilih untuk diri mereka, serta tidak berhasil dalam meraih tujuan yang diinginkan. Jika individu terus-menerus menyimpan kondisi emosional yang negatif maka akan mengganggu kehidupan sehari-hari.

Menurut Lange dan Jakubowski (dalam Kirst, 2011), individu yang memiliki asertivitas yang tinggi, memiliki aktualisasi diri yang tinggi daripada individu yang memiliki asertivitas rendah karena perilaku asertif mengarahkan individu untuk bersikap hormat dan bertindak secara penuh. Conrad dan Potts (2013) mengatakan dengan memiliki sikap yang asertif maka akan meningkatkan kebahagiaan dalam hidup dan kita akan memiliki umur yang panjang daripada individu yang berkomunikasi dengan agresif maupun pasif. Selain itu, belajar memberikan respon-respon yang asertif akan mengurangi kecemasan yang mungkin kita rasakan dalam berurusan dengan orang lain. Seringkali terdapat hambatan yang menjadikan individu mengalami kesulitan untuk bersikap asertif, yakni rasa cemas, merasa tidak yakin atau merasa tidak berhak untuk mengungkapkan apa yang dipikirkan, takut menerima konsekuensi yang akan diterima jika mengungkapkan yang dirasakan (seperti orang lain tidak akan menyukai saya, atau akan memukul saya, atau akan

mengira saya gila jika saya berperilaku dengan asertif) (dalam Alberti dan Emmons, 2002).

Berdasarkan paparan di atas ketika individu mampu mengekspresikan apa yang ia pikirkan, mampu mengutarakan pendapatnya dengan menggunakan bahasa yang santun dapat mengurangi emosi-emosi negatif yang ia rasakan sehingga membantu individu untuk bisa berfungsi secara penuh. Selain itu, asertivitas juga membantu individu dalam melatih komunikasi yang efektif, melatih hubungan yang positif dengan orang lain, dimana adanya hubungan yang positif dengan orang lain juga merupakan salah satu dimensi dari *psychological well-being*. Oleh sebab itu, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai bagaimana hubungan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna jurusan nautika Sekolah Tinggi Ilmu Pelayaran di Jakarta, dimana menurut sumber berita sudah beberapa kali terjadi kekerasan hingga menyebabkan hilangnya nyawa salah seorang taruna.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka pertanyaan penelitian yang diajukan adalah “Apakah ada hubungan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna jurusan nautika di STIP Jakarta?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna jurusan nautika di STIP Jakarta

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang ingin diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang psikologi sosial, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna jurusan nautika di STIP Jakarta.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Taruna dan Pihak STIP

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada para taruna dan pihak STIP mengenai hubungan antara asertivitas dengan *psychological well-being* pada taruna jurusan nautika di STIP Jakarta. Selain itu, untuk mengetahui tingkat asertivitas dan *psychological well-being* yang dimiliki oleh taruna jurusan nautika di STIP Jakarta.

b) Bagi Pihak Peneliti lain

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan memberikan informasi tambahan untuk mendukung peneliti lain yang ingin meneliti berkaitan dengan asertivitas dan *psychological well-being* pada taruna di sekolah kedinasan.

