

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Tipe Kepribadian

##### 1. Pengertian

Kepribadian (*personality*) merupakan salah satu kajian psikologi yang lahir berdasarkan pemikiran, kajian atau temuan-temuan (hasil praktik penanganan kasus) para ahli. Objek kajian kepribadian adalah “human behavior”, perilaku manusia, yang pembahasannya, terkait dengan apa, mengapa, dan bagaimana perilaku tersebut.<sup>1</sup>

Kepribadian atau *psyche* adalah mencakup keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkahlaku, kesadaran dan ketidak sadaran. Kepribadian pembimbing orang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan lingkungan fisik. Sejak awal kehidupan, kepribadian adalah kesatuan atau berpotensi membentuk kesatuan. Ketika mengembangkan kepribadian, orang harus berusaha mempertahankan kesatuan dan harmoni antar semua elemen kepribadian.<sup>2</sup>

Adapun kepribadian merupakan terjemahan dari Bahasa Inggris *personality*. Kata *personality* sendiri berasal dari Bahasa Latin *persona* yang berarti topeng yang digunakan oleh para aktor dalam suatu permainan atau pertunjukan.<sup>3</sup>

Menurut Sobur yang mengutip definisi kepribadian dari Allport sebagai berikut:

---

<sup>1</sup> Kusmayadi, Muhammad Agus. 2001. Profil Kepribadian Siswa Berprestasi Unggul dan Ashor berdasarkan Program Studi. Hlm 1

<sup>2</sup> Alwisol. 2009. Hlm. 39

<sup>3</sup> Syamsu dan Nurihsan. 2007. Hlm. 3

*“Personality is the dynamic organization within the individual of those psychophysical systems that determine his unique adjustment to his environment”*

Maksud definisi dari Allport bahwa kepribadian adalah organisasi-organisasi dinamis dari sistem-sistem psikofisik dalam individu yang turut menentukan cara-caranya yang unik atau khas dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya).<sup>4</sup>

Menurut Alwisol ada lima persamaan yang menjadi ciri bahwa definisi itu mengandung suatu definisi kepribadian, yaitu sebagai berikut:<sup>5</sup>

- a. Kepribadian bersifat umum: kepribadian menunjuk kepada sifat umum seseorang-pikiran kegiatan dan perasaan yang berpengaruh secara sistemik terhadap keseluruhan tingkah lakunya.
- b. Kepribadian bersifat khas: kepribadian dipakai untuk menjelaskan sifat individu yang yang membedakan dia dengan orang lain, semacam tandatangan atau sidik jari psikologik, bagaimana individu berbeda dengan orang lain.
- c. Kepribadian berjangka lama: kepribadian digunakan untuk menggambarkan sifat individu yang tahan lama, tidak mudah berubah sepanjang hidupnya. Walaupun terjadi perubahan biasanya bersifat bertahap atau perubahan tersebut akibat merespon sesuatu kejadian yang luar biasa.
- d. Kepribadian bersifat kesatuan: kepribadian dipakai untuk memandang diri sebagai unit tunggal, struktur atau organisasi internal hipotetik yang membentuk kesatuan dan konsisten.

---

<sup>4</sup> Alex Sobur, Op.Cit. hlm 300

<sup>5</sup> Alex Sobur, Psikologi Umum, hlm. 8

- e. Kepribadian bisa berfungsi baik atau berfungsi buruk. Kepribadian adalah cara bagaimana orang berada di dunia. Apakah individu tersebut dalam tampilan yang baik, kepribadiannya sehat dan kuat, atau tampil dalam keadaan yang baik yang berarti kepribadiannya menyimpang.

Menurut Yusuf dan Nurihsan menjelaskan bahwa kata kepribadian adalah terjemahan dari bahasa Inggris yang berarti *personality*. Kata *personality* sendiri berasal dari bahasa latin yaitu *persona* yang berarti topeng yang digunakan oleh para aktor dalam suatu permainan atau pertunjukkan. Para artis bertingkah laku sesuai dengan ekspresi topeng yang dipakainya, seolah-olah topeng itu mewakili ciri kepribadian tertentu. Sehingga, konsep awal dari pengertian *personality* (pada masyarakat awam) adalah tingkah laku yang ditampakkan ke lingkungan sosial, kesan mengenai diri yang diinginkan agar dapat ditangkap oleh lingkungan social.<sup>6</sup>

Yusuf dan Nurihsan juga menjelaskan bahwa kata kepribadian digunakan untuk menggambarkan :

- a. Identitas diri, jati diri seseorang  
Contoh : “Saya seorang yang pendiam”, “ Saya seorang yang terbuka”
- b. Kesan umum seseorang tentang diri anda atau orang lain  
Contoh : “dia agresif” atau “dia jujur”
- c. Fungsi-fungsi kepribadian yang sehat atau bermasalah  
Contoh : “ saya seorang yang baik “ atau “ Dia pendendam”.<sup>7</sup>

<sup>6</sup> Yusuf dan Nurihsan, *Teori Kepribadian* (Bandung : PT. Remaja Rosdakarya,2007), hlm.3

<sup>7</sup> Ibid. hlm.3

Yusuf mendefinisikan kepribadian dalam beberapa unsure yang perlu dijelaskan yaitu sebagai berikut:<sup>8</sup>

- a. Organisasi dinamis, maksudnya adalah bahwa kepribadian itu selalu berkembang dan berubah walaupun ada organisasi sistem yang mengikat dan menghubungkan sebagai komponen kepribadian.
- b. Psikofisis, ini menunjukkan bahwa kepribadian bukanlah semata-mata neural (fisik), tetapi merupakan perpaduan kerja antara aspek dan fisik dalam kesatuan kepribadian
- c. Istilah menentukan, berarti bahwa kepribadian mengandung kecenderungan-kecenderungan menentukan (determinasi) yang memainkan peranan aktif dalam tingkah laku individu.
- d. *Unique* (khas), ini menunjukkan bahwa tidak ada dua orang yang mempunyai kepribadian yang sama.
- e. Menyesuaikan diri terhadap lingkungan, ini menunjukkan bahwa kepribadian mengantar individu dengan lingkungan fisik dan lingkungan psikologisnya, kadang-kadang menguasainya. Jadi kepribadian adalah sesuatu yang mempunyai fungsi atau arti adaptasi dan menentukan.

Menurut Adler memberikan tekanan pada pentingnya sifat khas (unik) kepribadian, yaitu individualitas, kebulatan serta sifat-sifat pribadi individu, sehingga segala tingkah laku yang dilakukan oleh individu membawa corak khas gaya kehidupan yang bersifat individual.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> Yusuf. 2001. Hlm. 127

<sup>9</sup> Suryabrata, 1995. Hlm. 185

Menurut Eysenck kepribadian adalah jumlah total dari actual atau potensial organisme yang ditentukan oleh hereditas dan lingkungan yang berawal dan berkembang melalui interaksi fungsional dari faktor-faktor utama yang terdiri dari kognitif (*intelligence*), sektor konatif (*character*), sektor afeksi (*temperament*), dan sektor somatic (*constitution*).<sup>10</sup>

Menurut Sullivan kepribadian merupakan suatu entitas hipotetis yang tidak dapat dipisahkan dari situasi-situasi antarpribadi, dan tingkah laku antar pribadi merupakan satu-satunya segi yang dapat diamati sebagai kepribadian.<sup>11</sup>

Pengertian kepribadian menurut Woodworth berpendapat bahwa tiap-tiap tindakan seorang itu diwarnai oleh kepribadiannya. Baginya: “kepribadian bukanlah suatu substansi melainkan gejalanya, suatu gaya hidup. Kepribadian tidaklah menunjukkan jenis suatu aktivitas, seperti berbicara, mengingat, berfikir atau bercinta, tetapi seseorang individu dapat menampakkan kepribadiannya dalam cara-cara ia melakukan aktifitas-aktifitas tersebut tadi”.<sup>12</sup>

Menurut Murray, kepribadian adalah abstraksi yang dirumuskan oleh teoritis yang bukan semata-mata deskripsi tingkah laku orang, karena rumusan itu berdasarkan pada tingkah laku yang dapat diobservasi dan faktor-faktor yang dapat disimpulkan dari observasi.<sup>13</sup>

---

<sup>10</sup> Suryabrata. 2007. Hlm. 319

<sup>11</sup> Sullivan dalam Hall dan Lindzey, 1993. Hlm. 270

<sup>12</sup> Paty dkk. 1982. Hlm. 152

<sup>13</sup> Alwisol, 2004. Hlm. 223

Rollo May, berpendapat: *personality is asocial stimulus value*, artinya *personality* itu merupakan perangsang bagi orang lain. Jadi bagaimana cara orang lain itu bereaksi terhadap terhadap kita, itulah kepribadian kita.<sup>14</sup>

Dari paparan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa, kepribadian adalah sebagaimana yang disampaikan Eysenck, bahwa tipe 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 ekstrovert-introvert didasarkan atas perbedaan respon, kebiasaan-kebiasaan, dan sifat-sifat yang ditampilkan oleh individu dalam melakukan relasi interpersonal.

## **2. Struktur Kepribadian**

Struktur kepribadian merupakan unsur-unsur atau komponen yang membentuk diri seseorang secara psikologis. Jung sebenarnya tidak membahas struktur kepribadian secara khusus melainkan tentang jiwa. Menurut Jung dalam Syamsu dkk menjelaskan bahwa "*psyche embraces all thought, feeling and behavior, conscious and unconscious*" atau kepribadian itu adalah seluruh pemikiran, perasaan dan perilaku nyata yang disadari maupun yang tidak disadari<sup>15</sup>.

Struktur kepribadian manusia terdiri dari:

---

<sup>14</sup> Sujanto dkk, 2004: 11

<sup>15</sup> Yusuf dan Nurihsan, *Op.cit*, hlm. 74

a. Dimensi kesadaran

Dimensi kesadaran adalah penyesuaian terhadap dunia luar individu.<sup>16</sup>

Dimensi kesadaran manusia mempunyai dua komponen pokok yaitu:

1. Fungsi jiwa

Fungsi jiwa ialah bentuk suatu aktivitas kejiwaan yang secara teori tidak berubah dalam lingkungan yang berbeda-beda. Jung membedakan empat fungsi jiwa yang pokok. Pikiran dan perasaan adalah fungsi jiwa yang rasional. Pikiran dan perasaan bekerja dengan penilaian. Penilaian menilai atas dasar benar dan salah. Adapun perasaan menilai atas dasar menyenangkan dan tidak menyenangkan. Kedua fungsi jiwa yang irrasional yaitu pendirian dan intuisi tidak memberikan penilaian, melainkan hanya semata-mata pengamatan. Pendirian mendapatkan pengamatan dengan sadar melalui indra. Adapun intuisi mendapat pengamatan secara tidak sadar melalui naluri. Pada dasarnya setiap manusia memiliki keempat fungsi jiwa itu, akan tetapi biasanya hanya salah satu fungsi saja yang paling berkembang (dominan). Fungsi yang paling berkembang itu merupakan fungsi superior dan menentukan tipe kepribadian orangnya. Jadi ada tipe pemikir, tipe perasa, tipe pendirian dan tipe intuitif.

2. Sikap jiwa

Sikap jiwa ialah arah dari energi psikis atau libido yang menjelma dalam bentuk orientasi manusia terhadap dunianya. Arah aktivitas energi psikis itu dapat keluar ataupun ke dalam diri individu. Begitu juga arah orientasi manusia terhadap dunianya, dapat keluar atau pun ke dalam dirinya. Tiap orang

---

<sup>16</sup> Ibid hlm. 74

mengadakan orientasi terhadap sekelilingnya berbeda satu sama lain. Berdasarkan atas sikap jiwanya, manusia dapat digolongkan menjadi dua tipe yaitu:

- a. Manusia yang bertipe ekstroversi
- b. Manusia yang bertipe introversi.

b. Dimensi ketidaksadaran

Dimensi ketidaksadaran adalah suatu dimensi yang melakukan penyesuaian terhadap dunia dalam individu. Dimensi ketidaksadaran kepribadian seseorang mempunyai dua lingkaran yaitu:<sup>17</sup>

1. Ketidaksadaran pribadi

Ketidaksadaran pribadi berisi hal yang diperoleh individu selama hidupnya namun tertekan dan terlupakan. Ketidaksadaran pribadi terdiri dari pengalaman yang disadari tetapi kemudian di tekan, dilupakan, diabaikan serta pengalaman yang terlalu lemah untuk menciptakan kesan sadar pada pribadi seseorang. Ketidaksadaran pribadi berisi hal yang teramati, terpikirkan dan terasakan dibawah ambang kesadaran. Ketidaksadaran pribadi berisi kompleks (konstelasi) perasaan, pikiran, persepsi, ingatan yang terdapat dalam ketidaksadaran pribadi. Kompleks memiliki inti yang bertindak sebagai magnet menarik berbagai pengalaman ke arahnya.

2. Ketidaksadaran kolektif

Ketidaksadaran kolektif atau transpersonal adalah gudang bekas ingatan laten yang diwariskan dari masa lampau leluhur seseorang. Ketidaksadaran

---

<sup>17</sup> Ibid hlm. 74

kolektif adalah sisa psikis perkembangan evolusi manusia yang menumpuk akibat dari pengalaman yang berulang selama banyak generasi.

Menurut Eysenck menjelaskan bahwa struktur kepribadian terdiri dari:<sup>18</sup>

- a. Specific Response, yaitu tindakan atau respon yang terjadi pada suatu keadaan atau kejadian tertentu, jadi khusus sekali.
- b. Habitual response mempunyai corak yang lebih umum daripada specific response, yaitu respon-respon yang berulang-ulang terjadi kalau individu menghadapi kondisi atau situasi yang sejenis.
- c. Trait, yaitu sementara habitual response yang paling berhubungan satu sama lain yang cenderung ada pada individu tertentu.
- d. Type, yaitu organisasi di dalam individu yang lebih umum, lebih mencakup lagi.

Jadi, jika ditarik kesimpulan bahwa Jung tidak membahas struktur kepribadian secara khusus akan tetapi yang dibahas adalah pengertian tentang jiwa. Selain itu menurut Eysenck bahwa struktur kepribadian terdiri dari empat bagian, yaitu specific response, habitual response, trait, type.

### **3. Proses Pembentukan Kepribadian**

Menurut Sobur kepribadian merupakan suatu kesatuan aspek jiwa dan badan, yang menyebabkan adanya kesatuan dalam tingkah laku dan tindakan seseorang, hal ini disebut integrasi. Integrasi dari pola-pola kepribadian yang

---

<sup>18</sup> Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta :PT Raja Grafindo Persada,1966), hlm. 291

dibentuk oleh seseorang dan pembentukan pola kepribadian ini terjadi melalui proses interaksi dalam dirinya sendiri, dengan pengaruh-pengaruh dari lingkungan luar.<sup>19</sup>

Menurut Murray bahwa faktor-faktor genetika dan pematangan mempunyai peranan penting dalam perkembangan kepribadian. Setiap masa perkembangan manusia atau seseorang terjadi proses-proses genetik pematangan. Selama masa pertama, yaitu masa kanak-kanak, adolesen dan masa dewasa awal, komposisi struktural baru muncul dan menjadi bertambah banyak. Masa usia setengah baya ditandai oleh rekomposisi konservatif atas struktur dan fungsi yang telah muncul. Selama masa terakhir, masa usia lanjut, kapasitas untuk membentuk komposisi baru menjadi berkurang. Sebaliknya, atrofi dari bentuk dan fungsi yang ada menjadi meningkat. Dalam setiap periode, terdapat banyak program peristiwa tingkah laku dan pengalaman yang lebih kecil yang berlangsung di bawah bimbingan proses pematangan yang dikontrol secara genetis.<sup>20</sup>

Lingkungan menurut Sobur juga berpengaruh dalam proses pembentuk kepribadian anak. Dalam hubungan pengaruh mempengaruhi, terlihat bahwa anak dalam perkembangan dirinya memperlihatkan sifat-sifat yang tertuju pada lingkungan. Lingkungan menerima sifat tersebut dan memperlihatkan reaksi yang dibentuk atas dasar sifat-sifat, penampilan anak, dan pengolahan lingkungan itu. Jadi, lingkungan juga berubah dan memperlihatkan proses perubahan. Lingkungan yang berubah itu memberikan juga perangsang pada anak, yang berpengaruh terhadap perkembangan anak khususnya perkembangan pembentukan

---

<sup>19</sup> Alex Sobur, *Op.cit.* hlm. 313

<sup>20</sup> *Ibid*, hlm. 313

kepribadian. Dengan demikian, anak yang berkembang memberikan penampilan pada lingkungan pada satu pihak dan di pihak lain menerima penampilan lingkungan yang mengubahnya.<sup>21</sup>

Menurut Yusuf dan Nurihsan menjelaskan bahwa secara garis besar ada dua faktor utama yang mempengaruhi proses pembentukan dan perkembangan kepribadian, yaitu faktor hereditas (genetika) dan faktor lingkungan (environment), yaitu:

a. Faktor genetika (pembawaan)

Faktor genetika menjelaskan bahwa kepribadian juga dapat dipengaruhi oleh salah satu faktor tersebut. Bermula adanya hereditas individu yang akan lahir dibentuk oleh 23 kromosom (pasangan x x) dari ibu, dan 23 kromosom (pasangan x y) dari ayah. Berbagai studi tentang perkembangan prenatal (sebelum kelahiran atau masa dalam kandungan menunjukkan bahwa kemampuan menyesuaikan diri terhadap kehidupan setelah kelahiran (post natal) berdasar atau bersumber pada masa konsepsi. Kepribadian sebenarnya tidak mendapat pengaruh langsung dari gen dalam pembentukannya, karena yang dipengaruhi gen secara langsung adalah: kualitas system syaraf, keseimbangan biokimia tubuh.

b. Lingkungan

Walapun begitu, bahwa fungsi hereditas dalam kaitannya dengan perkembangan kepribadian adalah sebagai:

1. Sumber bahan mentah (raw materials) kepribadian seperti fisik,

---

<sup>21</sup> Ibid, hlm. 313

intelegensi, dan temperamen.

2. Membatasi perkembangan kepribadian (meskipun kondisi lingkungannya sangat baik atau kondusif, perkembangan kepribadian itu tidak dapat melebihi kapasitas atau potensi hereditas) dan mempengaruhi keunikan kepribadian.<sup>22</sup>

Menurut C.S Hall, dimensi-dimensi temperamen seperti emosional, aktivitas, agresifitas dan reaktivitas bersumber dari plasma benih (gen) demikian juga halnya dengan intelegensi.<sup>23</sup>

Sehingga jika ditarik suatu kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mendorong proses pembentukan dan perkembangan kepribadian adalah faktor hereditas (pembawaan atau gen) dan juga ditambah faktor lingkungan.

#### **4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepribadian**

Faktor yang mempengaruhi perubahan dan dinamika kepribadian seseorang di pengaruhi oleh banyak faktor. Kepribadian merupakan karakteristik yang relatif stabil. Perubahan dalam kepribadian tidak bisa terjadi secara spontan, tetapi merupakan hasil pengamatan, pengalaman, tekanan dari lingkungan sosial budaya, rentang usia dan faktor-faktor dari individu:

- a. Pengalaman Awal: Sigmund Freud menekankan tentang pentingnya pengalaman awal (masa kanak kanak) dalam perkembangan kepribadian. Trauma kelahiran, pemisahan dari ibu adalah pengalaman yang sulit dihapus dari ingatan.

---

<sup>22</sup> Yusuf dan Nurihsan, *Op.cit.* hlm 20

<sup>23</sup> Ibid, hlm. 20

- b. **Pengaruh Budaya:** dalam menerima budaya anak mengalami tekanan untuk mengembangkan pola kepribadian yang sesuai dengan standar yang ditentukan budayanya.
- c. **Kondisi Fisik:** kondisi fisik berpengaruh langsung dan tidak langsung terhadap kepribadian seseorang. Kondisi tubuh meentukan apa yang dapat dilakukan dan apa yang tidak dapat dilakukan seseorang. Secara tidak langsung seseorang akan merasakan tentang tubuhnya yang juga dipengaruhi oleh perasaan orang lain terhadap tubuhnya. Kondisi fisik yang mempengaruhi kepribadian antara lain adalah kelelahan, malnutrisi, gangguan fisik, penyakit menahun, dan gangguan kelenjar endokrin ke kelenjar tiroid (membuat gelisah, pemarah, hiperaktif, depresi, tidak puas, curiga, dan sebagainya).
- d. **Daya Tarik:** orang yang dinilai oleh lingkungannya menarik biasanya memiliki lebih banyak karakteristik kepribadian yang diinginkan dari pada orang yang dinilai kurang menarik, dan bagi mereka yang memiliki karakteristik menarik akan memperkuat sikap sosial yang menguntungkan.
- e. **Inteligensi:** Perhatian lebih terhadap anak yang pandai dapat menjadikan ia sombong, dan anak yang kurang pandai merasa bodoh. Apabila berdekatan dengan orang yang pandai tersebut, dan tidak jarang memberikan perlakuan yang kurang baik.
- f. **Emosi:** ledakan emosional tanpa sebab yang tinggi dinali sebagai orang yang tidak matang. Penekanan ekspresi emosional membuat seseorang murung dan cenderung kasar, tidak mau bekerja sama dan sibuk sendiri.

- g. **Nama:** walaupun hanya sekedar nama, tetapi memiliki sedikit pengaruh terhadap konsep diri, namun pengaruh itu hanya terasa apabila anak menyadari bagaimana nama itu mempengaruhi orang yang berarti dalam hidupnya. Nama yang dipakai memanggil ,mereka (karena nama itu mempunyai asosiasi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan dalam pikiran orang lain) akan mewarnai penilainya orang terhadap dirinya.
- h. **Keberhasilan dan Kegagalan:** Keberhasilan dan kegagalan akan mempengaruhi konsep diri, kegagalan dapat merusak konsep diri, sedangkan keberhasilan akan menunjang konsep diri itu.
- i. **Penerimaan Sosial:** anak yang diterima dalam kelompok sosialnya dapat mengembangkan rasa percaya diri dan kepandaiannya. Sebaliknya anak yang tidak diterima dalam lingkungan sosialnya akan membenci orang lain, cemberut, dan mudah tersinggung.
- j. **Pengaruh Keluarga:** pengaruh keluarga sangat mempengaruhi kepribadian anak, sebab waktu terbanyak anak adalah keluarga dan di dalam keluarga itulah diletakkan sendi sendi dasar kepribadian.
- k. **Perubahan Fisik:** perubahan kepribadian dapat disebabkan oleh adanya perubahan kematangan fisik yang mengarah kepada perbaikan kepribadian. Akan tetapi, perubahan fisik yang mengarah pada klimakterium dengan meningkatnya usia dianggap sebagai suatu kemunduran menuju ke arah yang lebih buruk.

Menurut Sujanto bahwa pribadi tumbuh atas dua kekuatan, yaitu kekuatan dari dalam, yang dibawah sejak lahir, berujud benih, bibit atau juga disebut

kemampuan-kemampuan dasar. KH. Dewantara menyebutnya faktor dasar, dan faktor dari luar, faktor lingkungan, atau yang oleh KH. Dewantara disebut faktor ajar.<sup>24</sup>

a. Faktor dari dalam (faktor pembawaan), ialah segala sesuatu yang telah dibawa oleh anak sejak lahir, baik bersifat kejiwaan maupun bersifat jasmani.

1) Kejiwaan

(1) Fikiran (2) Perasaan (3) Kemauan (4) Fantasi (5) Ingatan

2) Jasmani

(1) Panjang pendeknya leher

(2) Besar kecilnya tengkorak

(3) Susunan urat syaraf

(4) Otot-otot

(5) Susunan dan keadaan tulang-tulang

b. Faktor dari luar (faktor lingkungan), ialah segala sesuatu yang ada diluar manusia. Baik yang hidup maupun yang mati: (1) Tumbuh-tumbuhan, (2) Hewan, (3) Manusia, (4) Batu-batu, (5) Gunung, Candi, (6) Tulisan, (7) Lukisan, (8) Buku-buku, (9) Angin, (10) Musim, (11) Jenis makanan pokok, (12) Pekerjaan orang tua, (13) Hasil-hasil budaya yang bersifat material maupun yang bersifat spiritual.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepribadian yaitu ada dua, faktor yang pertama muncul dari dalam

---

<sup>24</sup> Sujanto, dkk 2004. Hlm. 3

(faktor bawaan), antara lain psikis dan fisik. Kemudian faktor kedua yang muncul dari luar (faktor lingkungan), antara lain dari segala sesuatu yang hidup maupun yang mati.

## 5. Macam-Macam Tipe Kepribadian

Tipe kepribadian berdasarkan aspek biologis, Hippocrates membagi kepribadian menjadi 4 kelompok besar dengan focus pada cairan tubuh yang mendominasi dan memberikan pengaruh kepada individu tersebut. 4 jenis cairan tubuh), pembagiannya meliputi: empedu kuning (*cholericis*), empedu hitam (*melankolicis*), cairan lendir (*flegmaticis*) dan darah (*sanguinis*).<sup>25</sup>

- a. *Sanguinis*, karakteristiknya cepat, periang, tidak stabil. Disebabkan oleh pengaruh proses darah.
- b. *Cholericis*, karakteristiknya mudah marah. Disebabkan oleh proses empedu kuning.
- c. *Melankolicis*, karakteristiknya pesimistis, pemurung. Disebabkan oleh pengaruh proses empedu hitam.
- d. *Flegmaticis*, karakteristiknya lamban, tidak mudah bergerak. Disebabkan oleh pengaruh proses lendir.

Tipe kepribadian berdasarkan aspek biologis, Ernst Kretschmer membagi kepribadian menjadi 4 kelompok besar dengan fokus pada struktur fisik dengan watak atau tingkah-laku. Adapun tipe-tipe manusia sebagai berikut:<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> Paty dkk, 1982. Hlm. 155

<sup>26</sup> Ibid. Hlm. 157-158

- a. Tipe Pignis atau *pyknoid*: orang dengan perawakan gemuk (bunder), mempunyai sifat humor, gembira, optimistis.
- b. Tipe Atletis: yang bertubuh atlit, mempunyai sifat realistik, punya watak ingin berkuasa, *ektrovert*, supel dalam pergaulan.
- c. Tipe Astenis: yang bertubuh kurus (tipis), biasanya punya watak pemurung, kaku dalam pergaulan dan mudah tersingung (*sensitive*).
- d. Tipe Displastis (*hypoplastic*): ialah orang yang perkembangannya tidak normal, atau *under developed* (kerdil), selamanya mempunyai perasaan inferioritas.

Tipe kepribadian berdasarkan nilai-nilai dan bidang pengetahuan, Spranger membagi kepribadian menjadi 6 kelompok. Adapun tipe-tipe manusia sebagai berikut:<sup>27</sup>

- a. Tipe Teoritis

Minat yang paling dominan seorang *theoreticalmen* ini ialah mencari dan ingin menemukan kebenaran (*the truth*). Untuk mencapai tujuan itu ia berwatak dan mengambil sikap "*kognitive*", mengamati dengan mendalam disatu lagi ia melihat identitas dan kekhususan tiap-tiap sesuatu.

- b. Tipe Ekonomis

Seorang tipe ekonomis ini digambarkan sebagai seorang yang minatnya terpusat pada nilai guna sesuatu, apa yang berguna baginya. Dan biasanya dasar utama terletak pada kepuasan kebutuhan-kebutuhan badaniyahnya (*self preservation*).

---

<sup>27</sup> Paty dkk. 1982. Hlm. 165-170

c. Tipe Estetis

Orang estetis ini melihat nilai yang tertinggi baginya ialah didalam bentuk dan harmoni dari pada segala sesuatu. Tiap-tiap pengalaman yang ia alami selalu ditinjau dari titik-tolak dan nilai *grace* (keindahan, kesempurnaan), keharmonisan dan kecocokan.

d. Tipe Sosial

Nilai yang tertinggi bagi orang tipe sosial ialah cinta kepada sesama manusia. Bagi orang tipe sosial ini “memberi” adalah tujuan dalam hidupnya karena itu ia selalu bersimpati dan tiada rasa *egoisme* sama sekali.

e. Tipe Politik

Pusat minat manusia tipe politik ini ialah *power* (kekuasaan). Kegiatannya meskipun tidak selamanya didalam bidang politik dalam pengertian kenegaraan, namun dimana dan apa saja pekerjaannya ia memperlihatkan sikapnya sebagai *machtemench* (manusia kuasa).

f. Tipe Religies

Nilai dan norma tertinggi bagi manusia religies ini ialah apa yang disebut *unity* (kesatuan). Ia bersikap mistik dan mencari serta mencoba memahami alam kosmos sebagai satu keseluruhan, dan dia menyatukan dirinya dalam pelukan totalitas semesta itu.

Tipe manusia sangat beragam berdasarkan pendekatan-pendekatan yang dipakai. Berdasarkan arah perhatiannya, Jung C.G. membedakan manusia menjadi tiga golongan:<sup>28</sup>

---

<sup>28</sup> Andi dalam <http://haidarblogs.wordpress.com>

- a. Tipe manusia *extraverse* dan orangnya disebut *extravert*.
- b. Tipe manusia *introverse* dan orangnya disebut *introvert*.
- c. Tipe yang ketiga adalah ambiverse dan orangnya disebut ambivert.

Eysenck mendasarkan pada dua dimensi tempramen pada tipe kepribadian, yang antara lain:<sup>29</sup>

- a. *Neurotisme*: mencakup dari orang-orang normal sampai orang cenderung gugup.
- b. Ekstraversi-introversi: orang ekstraversi mempunyai kendali diri yang kuat, sedangkan untuk orang introversi sebaiknya mempunyai kendali diri yang buruk.

## **6. Konsep Kepribadian Ekstrovert dan Introvert**

Eysenck memberikan perhatian yang besar terhadap kejelasan dan ketetapan pengukuran dalam konsep teorinya. Hingga kini, kebanyakan usahanya ditujukan untuk menentukan apakah ada perbedaan-perbedaan konsep yang signifikan dalam tingkah laku yang dihubungkan dengan perbedaan-perbedaan individual dan rangkaian kesatuan ekstrovert dan introvert.

Eysenck memiliki konsep tentang kepribadian ekstrovert dan introvert yang lebih populer dibanding dengan tokoh-tokoh lainnya. Eysenck menyatakan bahwa ekstrovert ditandai terutama oleh keakraban dan impulsif, tetapi juga oleh kelucuan, keceriaan, optimis, kecakapan yang cepat, dan trait lainnya

---

<sup>29</sup> Boeree. 2006. Hlm. 231-232

menunjukkan orang-orang yang dihargai karena hubungan mereka dengan orang lain.<sup>30</sup>

Eysenck mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki tipe kecenderungan ekstrovert akan memiliki karakteristik sebagai berikut: mereka tergolong orang yang ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, selalu membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara, dan menyukai segala bentuk kerja sama. Mereka tidak jarang selalu mengambil kesempatan yang datang pada mereka, tidak jarang menonjolkan diri, dan sering kali bertindak tanpa berfikir terlebih dahulu, secara umum termasuk individu yang meledak-ledak. Individu ekstrovert menyukai lelucon, mereka cepat tanggap dalam menjawab pertanyaan yang ditujukan padanya serta menyukai perubahan. Mereka individu yang periang dan tidak terlalu memusingkan suatu masalah, optimis dan ceria. Mereka lebih suka melakukan kegiatan dari pada berdiam diri, cenderung agresif, mudah hilang kesabaran, kadangkadang kurang dapat mengontrol perasaannya dengan baik, kadang-kadang mereka juga tidak dapat dipercaya.<sup>31</sup>

Menurut Jung, orang ekstrovert dipengaruhi oleh dunia obyektif, diluar dirinya. Orientasi tertuju pada: pikiran, perasaan terdasarnya terutama ditentukan oleh lingkungan. Baik lingkungan sosial atau non sosial.<sup>32</sup>

Sedangkan tipe kepribadian introvert ditandai dengan trait yang bertolak belakang dengan ekstrovert. Trait tersebut seperti tenang, pasif, tidak ramah, hati-hati, pendiam, bijaksana, pesimis, damai, tenang, dan terkendali.<sup>33</sup>

---

<sup>30</sup> Eysenck & Eysenck, 1969 dalam Feist dan Feist, 2002

<sup>31</sup> Atkinson, 1993. Hlm. 370

<sup>32</sup> Suryabrata, 2003: 292

<sup>33</sup> Eysenck & Eysenck, 1969 dalam Feist dan Feist, 2002

Sebaliknya, seseorang yang memiliki kecenderungan introvert akan memiliki karakteristik antara lain: mereka tidak banyak bicara, malu-malu, mawas diri, suka membaca dibanding bergaul dengan orang lain. Mereka cenderung menjaga jarak kecuali dengan teman dekat mereka. Memiliki rencana sebelum melakukan sesuatu serta tidak percaya faktor kebetulan. Mereka juga tidak menyukai suasana keramaian, selalu memikirkan masalah sehari-hari secara serius serta menyukai keteraturan dalam kehidupan. Individu introvert dapat mengontrol perasaan mereka dengan baik, jarang berperilaku agresif, tidak mudah hilang kesabaran. Mereka merupakan orang yang bisa dipercaya, sedikit pesimistis, dan menetapkan standar etis yang tinggi dalam hidup.<sup>34</sup>

Sedangkan orang introvert menurut Jung tidak dipengaruhi oleh dunia obyektif, tetapi cenderung dari dalam dirinya. Orientasi tertuju ke dalam: pikiran, perasaan terdasarnya terutama ditentukan dari dalam dirinya sendiri bukan ditentukan oleh lingkungan.<sup>35</sup>

Berdasarkan struktur hirarki Eysenck tentang trait kepribadian utamanya, ekstrovert memiliki Sembilan trait, yakni mudah bergaul (*sociable*), lincah (*lively*), aktif (*active*), asertif (*assertive*), mencari sensasi (*sensation seeking*), riang (*carefree*), dominan (*dominance*), bersemangat (*surgent*), berani (*venturesome*). Sedangkan tipe kepribadian introvert yang merupakan kebalikan dari trait ekstrovert, adalah sulit bergaul, statis, pasif, ragu, taat aturan, sedih, minus, lemah, dan penakut.<sup>36</sup>

---

<sup>34</sup> Eysenck dalam Atkinson, 1993: 371

<sup>35</sup> Ibid. Hlm. 293

<sup>36</sup> Eysenck & Eysenck, 1969 dalam Feist dan Feist, 2002

Menurut Eysenck, perbedaan utama antara ekstrovert dan introvert bukan pada perilaku melainkan faktor biologis dan genetik secara alami. Eysenck percaya bahwa penyebab utama perbedaan antara ekstrovert dan introvert adalah salah satu tingkat *cortical arousal*, sebuah kondisi fisiologis yang sebagian besar didapat dari proses pewarisan genetik daripada proses belajar. Ekstrovert memiliki tingkat *cortical arousal* yang lebih rendah daripada introvert, oleh karena itu mereka memiliki ambang batas sensorik yang lebih tinggi sehingga memiliki reaksi lebih rendah terhadap rangsangan sensorik. Sebaliknya, Introvert, adalah karakteristik dengan tingkat *arousal* yang lebih tinggi, dan sebagai hasil dari ambang batas sensorik yang lebih rendah, mereka mengalami reaksi yang lebih besar untuk stimulasi sensorik. Individu dengan kepribadian introvert, dengan kongenital rendah ambang sensorik mereka, untuk mempertahankan tingkat optimal rangsangan, mereka menghindari situasi yang akan menyebabkan terlalu banyak kegembiraan. Oleh karena itu, individu introvert menghindari kegiatan seperti acara sosial, ski, olahraga yang bersifat kompetitif, memimpin persaudaraan atau perkumpulan, atau bermain lelucon.<sup>37</sup>

Di sisi lain, karena ekstrovert memiliki tingkat kebiasaan *cortical arousal* yang rendah, mereka membutuhkan tingkat stimulasi sensorik tinggi untuk mempertahankan tingkat optimal stimulasi. Oleh karena itu, ekstrovert lebih sering berpartisipasi dalam kegiatan menarik dan merangsang.

---

<sup>37</sup> Ibid. Eysenck & Eysenck, 1969 dalam Feist dan Feist, 2002

## 7. Konsep Kepribadian dalam Perspektif Islam

Islam menjelaskan bahwa kepribadian lebih dikenal dengan istilah *syakhshiyah* yang berasal dari kata *syakhsun* yang berarti pribadi. Kata ini kemudian diberi ya' nisbat sehingga menjadi kata benda buatan *syakhshiyat* yang berarti kepribadian.<sup>38</sup> Abdul Mujib menjelaskan bahwa kepribadian adalah “integrasi system kalbu, akal dan nafsu manusia yang menimbulkan tingkah laku”.<sup>39</sup>

### **Kepribadian menurut Al-Qur'an**

Dalam Al-Qur'an banyak dijelaskan tentang hal-hal yang berhubungan dengan kepribadian, ciri-ciri khusus kepribadian yang membedakan dengan makhluk lain dan antara satu pribadi dengan pribadi lain, ciri-ciri baik dan buruk, dan hal-hal yang berpengaruh pada pembentukan kepribadian.

#### a. Unsur-unsur kepribadian manusia

Menurut Al-Qur'an, kepribadian terdiri dari dua unsur yaitu: (1) *unsur hewani*, berupa kebutuhan material yang harus dipenuhi demi kelangsungan hidupnya, disebut al-hawa, (2) *unsur kemalaikatan*, berupa kerinduan dan kebutuhan spiritual untuk mengenal, menyembah, dan menyerahkan diri kepada Allah SWT, dikenal dengan istilah al-aql meliputi pikiran, perasaan, hati, dan nurani.

<sup>38</sup> Syamsu Yusuf LN, A. Juntika Nurihsan, *Op.cit*, hlm 212

<sup>39</sup> Ibid, hlm. 213

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا تَحْيِيكُمْ ؕ وَأَعْلَمُوا  
 أَنَّ اللَّهَ تَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ ۗ وَأَنَّهُ إِِلَيْهِ تُحْشَرُونَ ﴿٢٤﴾

Artinya: Hai orang-orang yang beriman, penuhilah seruan Allah dan seruan Rasul apabila Rasul menyeru kamu kepada suatu yang member kehidupan kepada kamu, ketahuilah bahwa sesungguhnya Allah membatasi antara manusia dan hatinya dan sesungguhnya kepadanya kamu akan dikumpulkan. (Q.S. Al-Anfal : 24)

#### b. Tipe Kepribadian Manusia

Dalam Al-Qur'an tipe kepribadian manusia dikelompokkan menjadi tiga macam, yaitu: *tipe kepribadian mukmin* (orang yang beriman), *tipe kepribadian tipe kepribadian kafir* (menolak kebenaran), *tipe kepribadian munafik* (meragukan kebenaran).<sup>40</sup>

Seperti yang dijelaskan dalam Al-Quran bahwa dalam membagi dan mengelompokkan kepribadian manusia, memandang dari sudut keimanan setiap insan manusia. Manusia tidak dinilai dari warna kulit, suku, asal negara tetapi berdasarkan tingkat dan derajat ketakwaannya. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam Al-Quran surat Al-Hujuraat: 13 ditegaskan bahwa:<sup>41</sup>

يَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ  
 أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقَىٰكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya: “Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang lakilaki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa – bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah

<sup>40</sup> Syamsu Yusuf, dkk. 2007. Hlm. 215

<sup>41</sup> Departemen Agama, *al-Qur'an dan terjemahannya*, At-taghabun : 2

*ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.”(Q.S Al-Hujuraat: 13)*

Tipe kepribadian mukmin mempunyai karakteristik diantaranya yaitu yang berkenaan dengan moral, misalnya sabar, jujur, adil, qona’ah, amanah, tawadlu, istiqomah, dan mampu mengendalikan diri dari hawa nafsu. Al-quran juga telah menjelaskan bahwa seseorang yang berkepribadian mukmin memiliki ciri-ciri seperti percaya dan beriman kepada yang ghaib, menunaikan sholat dan menafkahkan sebagian rejekinya. Seperti yang dijelaskan dalam firman Allah swt dalam Surat Al-Baqarah ayat 3- 4 yaitu:<sup>42</sup>

الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ ﴿٣﴾ وَالَّذِينَ  
يُؤْمِنُونَ بِمَا أُنزِلَ إِلَيْكَ وَمَا أُنزِلَ مِنْ قَبْلِكَ وَبِالْآخِرَةِ هُمْ يُوقِنُونَ ﴿٤﴾

*Artinya: (yaitu) mereka yang beriman kepada yang ghaib, yang mendirikan shalat, dan menafkahkan sebahagian rezki yang Kami anugerahkan kepada mereka. Dan mereka yang beriman kepada kitab (Al Quran) yang telah diturunkan kepadamu dan Kitab-Kitab yang telah diturunkan sebelumnya, serta mereka yakin akan adanya (kehidupan) akhirat.(Q.S Baqarah: 3-4)*

Surat di atas menjelaskan bahwa tipe kepribadian mukmin beberapa yang telah disebutkan pada surat Al Baqarah ayat 3-4 adalah tentang mendirikan sholat, mempercayai hal ghaib, percaya kepada kitab-kitab yang telah diturunkan dan yakin dengan adanya akhirat. Selain itu, tipe kepribadian mukmin tidak hanya dilihat dari sisi akidahnya akan tetapi bagaimana membina hubungan sosialnya dengan umat manusia lain disekitarnya.

<sup>42</sup> Ibid, al-baqarah:3-4

Tipe kepribadian kafir adalah kebalikan dari tipe kepribadian mukmin, yaitu tidak amanah, berlaku serong, suka menuruti hawa nafsu, sombong, dan takabur.

Tipe kepribadian munafik mempunyai karakteristik, seperti menyuruh kemungkaran dan mencegah kebajikan, suka menyebarkan isu sebagai bahan adu domba dikalangan kaum muslimin.

Selain itu Allah swt juga menjelaskan selain terdapat umatnya yang beriman, ada pula yang kafir. Dalam Al-Quran surat At-Taghaabun ayat 2 yang berbunyi:

هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ فَمِنْكُمْ كَافِرٌ وَمِنْكُمْ مُّؤْمِنٌ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿٢﴾

Artinya: “Dia-lah yang menciptakan kamu Maka di antara kamu ada yang kafir dan di antaramu ada yang mukmin. dan Allah Maha melihat apa yang kamu kerjakan”. (Q.S At-Taghaabun : 2)

Allah berfirman dalam surat An-nisa’ ayat 29:

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ

تِجْرَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ ۚ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٢٩﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu saling memakan harta sesamamu dengan jalan yang batil, kecuali dengan jalan perniagaan yang berlaku dengan suka sama-suka di antara kamu. dan janganlah kamu membunuh dirimu, Sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu”.<sup>43</sup>

Ayat diatas menunjukkan bahwa orang beriman yang berkepribadian ekstrovert dan introvert. Melakukan jual beli adalah termasuk kepribadian

<sup>43</sup> Depag RI, Al-Qur'an terjemah. Hlm. 83

ekstrovert, karena mereka berinteraksi dengan orang lain, sedangkan membunuh diri sendiri dapat diartikan dengan menyendiri, jadi mereka termasuk orang yang berkepribadian introvert.

Dalam surat Al-maidah ayat 2 diterangkan bahwa sebagai makhluk sosial kita harus saling tolong menolong sesama manusia.

يَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا خُلُوعًا شَعِيرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا  
ءَامِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا  
يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَاٰنُ قَوْمٍ أَن صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَن تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا  
عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ

الْعِقَابِ ﴿٢﴾

*Artinya; “Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu melanggar syi'ar-syi'ar Allah, dan jangan melanggar kehormatan bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) binatang-binatang had-ya, dan binatang-binatang qalaa-id, dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitullah sedang mereka mencari kurnia dan keredhaan dari Tuhannya dan apabila kamu Telah menyelesaikan ibadah haji, Maka bolehlah berburu. dan janganlah sekali-kali kebencian(mu) kepada sesuatu kaum Karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidilharam, mendorongmu berbuat aniaya (kepada mereka). dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolongmenolong dalam berbuat dosa dan pelanggaran. dan bertakwalah kamu kepada Allah, Sesungguhnya Allah amat berat siksa-Nya.<sup>44</sup>*

<sup>44</sup> Depag RI, Al-Qur'an terjemah. Hlm.106

Menurut Abd al Mujib dalam bukunya (kepribadian dalam psikologi dalam islam), membagi tiga tipe kepribadian yaitu tipe kepribadian ammarah, tipe kepribadian lawwamah, dan tipe kepribadian mutmainnah.

a. Tipe Kepribadian *Ammarah*

Kepribadian *ammarah* adalah kepribadian yang cenderung melakukan perbuatan-perbuatan rendah sesuai dengan naluri primitifnya, sehingga ia merupakan tempat dan sumber kejelekan dan perbuatan tercela. Ia mengikuti tabiat jasad dan mengejar pada prinsip-prinsip kenikmatan (*pleasure principle*) syahwati.

﴿ وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ ۝﴾

رَحِيمٌ ﴿٥٣﴾

*Artinya: Dan Aku tidak membebaskan diriku (dari kesalahan), Karena Sesungguhnya nafsu itu selalu menyuruh kepada kejahatan, kecuali nafsu yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha penyanyang. (Q.S. Yusuf : 53)*

b. Tipe Kepribadian *Lawwamah*

Kepribadian *lawwamah* adalah kepribadian yang mencelah perbuatan buruknya setelah memperoleh cahaya kalbu. Ia bangkit untuk memperbaiki kebimbangannya dan kadang-kadang tumbuh perbuatan yang buruk yang disebabkan oleh watak gelap (*zhulmaniyyah*)-nya, tetapi kemudian ia diingatkan oleh Nur Illahi, sehingga ia bertaubat dan memohon ampunan (*istighfar*).

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

Artinya: “Dan Aku bersumpah dengan jiwa yang amat menyesali (dirinya sendiri).” (Q.S. Al-Qiyamah : 2)

c. Tipe Kepribadian Muthma’innah

Kepribadian muthma’innah adalah kepribadian yang tenang setelah diberi kesempurnaan Nur kalbu, sehingga dapat meninggalkan sifat-sifat tercela dan tumbuh sifat-sifat yang baik. Kepribadian ini selalu berorientasi kekomponen kalbu untuk mendapatkan kesucian dan menghilangkan segala kotoran.

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾

Artinya: “Hai jiwa yang tenang.” (Q.S. Fajr: 27)

**Tabel 2. Inventarisasi Ayat Al-Qur’an tentang Tipe Kepribadian**

No	Konteks	Teks	Makna	Substansi	Sumber	Jumlah
1	Ekstroversi	وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ	Mendirikan sholat	Kebersamaan (sosial)	Q.S 2.3 Q.S 9.5 Q.S 9.11	3
		يُنْفِقُونَ	Menafkahkan harta	Social	Q.S 2.3 Q.S 2.261 Q.S 6.36 Q.S 4.34	18
		وَتَعَاوَنُوا	Tolong menolong	Social	Q.S 5.2 Q.S 5.80 Q.S 37.25	8
2	Introvert	غُلْفٌ	Tertutup	Individual	Q.S 4.155 Q.S 2.88 Q.S 5.155	8
		خُلُوًّا	Menyendiri	Tertutup	Q.S 3.199 Q.S 12.80	2
		يَكْبُرْتُمْ	Sombong	Individual	Q.S 44.31 Q.S 18.14 Q.S 23.35	32
<b>Jumlah</b>						71

Kepribadian ekstrovert dan introvert adalah termasuk kepribadian seorang mukmin. Seorang mukmin yang berkepribadian ekstrovert, mereka lebih banyak berhubungan dengan lingkungan sosial, sedangkan yang berkepribadian introvert mereka lebih banyak berhubungan dengan dunia mereka sendiri.



## B. Perilaku Asertif

### 1. Pengertian Perilaku asertif

Perilaku adalah semua respon baik itu tanggapan, jawaban, maupun batasan yang dilakukan oleh organisme dan hal ini dapat berupa pendapat, aktivitas, atau gerak-gerik.<sup>45</sup>

Menurut Lazarus (dalam Fensterheim & Baer) perilaku asertif adalah: Perilaku yang penuh ketegasan yang timbul karena adanya kebebasan emosi dari setiap usaha untuk membela hak-haknya serta adanya keadaan efektif yang mendukung meliputi:

- 1) mengetahui hak pribadi,
- 2) berbuat sesuatu untuk mendapatkan hak-hak tersebut dan melakukan hal itu sebagai usaha untuk mencapai kebebasan emosi.

Dalam berperilaku untuk mendapatkan hak-haknya itu sesuai dengan adat sosial yang berlaku, tanpa menunjukkan kekerasan terhadap orang yang dihadapi.<sup>46</sup>

Menurut Alberti dan Emmons (dalam Setiono & Andrian) perilaku asertif adalah perilaku berani menuntut hak-haknya tanpa mengalami ketakutan atau rasa bersalah serta tanpa melanggar hak-hak orang lain.<sup>47</sup>

Menurut Rathus (1981) memberi batasan asertifitas sebagai kemampuan mengekspresikan perasaan, membela hak secara sah dan menolak permintaan yang dianggap tidak layak serta tidak menghina atau meremehkan orang lain.<sup>48</sup>

---

<sup>45</sup> Chaplin, C.P. 1993. *Kamus Psikologi*. Jakarta: Grafindo. hlm. 46

<sup>46</sup> Fensterheim, H. & J.Baer. 1995. *Jangan Bilang Ya Bila Anda akan Mengatakan Tidak*. Jakarta: Gunung Jati. hlm. 24.

<sup>47</sup> Setiono, Vivi & Pramadi Andrian. 2005. *Pelatihan Asertivitas dan Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa-Siswi SMP*. Anima, Indonesian Psychological Journal. hlm. 151.

<sup>48</sup> Amirullah. 2009. Hlm. 2

Menurut Sadarjoen seseorang dapat dikatakan asertif bila ia mampu menegakkan hak-hak pribadi dengan cara mengekspresikan pikiran, perasaan, dan keyakinan yang ada dalam dirinya dengan cara langsung melalui ungkapan verbal yang dilakukan dengan jujur dan dengan cara nyaman tanpa mengabaikan hak-hak orang lain.<sup>49</sup>

Menurut Hersen dan Bellack tingkah laku manusia berada dalam satu kontinum. Di salah satu ujungnya seseorang berperilaku non asertif. Orang ini mengalami kesulitan untuk mengungkapkan emosi kepada orang lain, berkenalan dengan orang lain, meminta orang lain untuk memberi informasi atau saran, menolak permintaan yang tidak beralasan, lebih lanjut orang ini mengalami kesulitan untuk memulai atau mengakhiri suatu percakapan serta mengungkapkan kekecewaan dan penolakan dalam proporsi yang tepat. Di ujung kontinum yang lain, adalah orang yang berperilaku agresif yang memusatkan perhatiannya kepada dirinya. Orang ini kebanyakan dikatakan sebagai orang yang tidak peduli terhadap hak dan kebebasan orang lain dan sangat egois dalam tingkah lakunya.<sup>50</sup>

Diantara ujung ekstrim ini adalah orang yang bertingkah laku asertif. Orang ini secara langsung dan jelas mengungkapkan perasaannya yang positif maupun yang negatif tanpa mengganggu atau melanggar perasaan dan kebebasan orang lain. Skinner mengemukakan bahwa orang yang asertif berbuat untuk mempertahankan haknya yang mutlak, secara aktif berusaha untuk membentuk

---

<sup>49</sup> Sadarjoen, Sawitri Supardi. 2005. *Jiwa yang rentan "Pernak-pernik permasalahan kepribadian, kejiwaan, dan stres*. Hlm. 6.

<sup>50</sup> Fauziah, Fitriyana. 2009. *Perbedaan Tingkat Asertivitas Siswa Kelas Akselerasi dengan Siswa Kelas Reguler*. Skripsi. UIN Maliki Malang. Hlm. 31

hubungan yang baru dengan orang lain dan secara umum, efektif dalam menangani situasi sosial yang rumit.<sup>51</sup>

Sedangkan orang-orang non-asertif menurut Fensterheim & Baer adalah mereka yang terlihat terlalu mudah mengalah (lemah), mudah tersinggung, cemas, kurang yakin pada diri sendiri dan sukar mengatakan masalah atau hal-hal yang diinginkan.<sup>52</sup>

Menurut Galassi perilaku asertif adalah bentuk komunikasi langsung terhadap kebutuhan, keinginan, dan pendapat seseorang tanpa menghukum, mengancam, atau merendahkan orang lain. Perilaku asertif juga melibatkan prinsip berpegang teguh pada hak-hak sah seseorang tanpa melanggar hak orang lain dan tanpa terlalu takut dalam proses tersebut. Perilaku asertif melibatkan ekspresi langsung dari perasaan seseorang, preferensi, kebutuhan, atau pendapat dalam cara yang tidak mengancam atau menghukum orang lain.<sup>53</sup>

Di samping itu, perilaku asertif tidak melibatkan kecemasan atau ketakutan secara berlebihan. Bertentangan dengan pendapat umum, asertif tidak semata cara untuk mendapatkan apa yang diinginkan, juga bukan cara mengendalikan atau memanipulasi orang lain secara halus. Perilaku asertif adalah bentuk komunikasi langsung terhadap kebutuhan, keinginan, dan pendapat seseorang tanpa menghukum, mengancam, atau merendahkan orang lain. Perilaku asertif juga melibatkan prinsip berpegang teguh pada hak-hak sah seseorang tanpa melanggar hak orang lain dan tanpa terlalu takut dalam proses tersebut. Dengan

---

<sup>51</sup> Ibid. Hlm. 32

<sup>52</sup> Fensterheim & Baer, *loc. cit.* hlm. 58.

<sup>53</sup> Galassi, Merna Dee & Galassi, John P. (1977). *Assert Your Self: How to be Your Own Person*. New York: Human Sciences Press. Hlm: 3.

demikian, asertif bukan merupakan obat mujarab atau solusi sederhana untuk penyakit dunia tetapi hanya merupakan sarana komunikasi langsung dan jujur antara individu. Penekanannya ditempatkan pada kemampuan individu untuk mengekspresikan perasaan dan pendapatnya secara tepat.<sup>54</sup>

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan definisi perilaku asertif berdasarkan definisi yang dirumuskan oleh Galassi, yakni kemampuan seseorang dalam mengkomunikasikan pikiran, perasaan, serta keinginan secara langsung (*verbal*), terbuka, jujur, spontan, tanpa merugikan/merendahkan diri sendiri maupun orang lain.

## **2. Perkembangan Perilaku Asertif**

Perilaku asertif, sebagaimana bentuk perilaku lainnya, merupakan perilaku sebagai hasil belajar. Perilaku asertif berkembang sejak kecil dan bergantung pada lingkungan sosial dimana individu belajar tingkah laku. Di dalam kehidupan, seseorang akan dihadapkan dengan berbagai situasi kehidupan dan tidak semua orang dapat menerapkan perilaku asertif secara konsisten dalam menghadapi situasi tersebut. Hal itu dapat terlihat jelas ketika individu berinteraksi dengan orang lain. Masih ada individu yang mengalami hambatan dalam interaksi dan komunikasinya. Oleh sebab itu dalam bubungan interpersonalnya setiap individu setidaknya memiliki ketrampilan sosial.<sup>55</sup>

---

<sup>54</sup> Galassi, Merna Dee & Galassi, John P. (1977). *Assert Your Self: How to be Your Own Person*. New York: Human Sciences Press. Hlm: 4.

<sup>55</sup> Fauziah, Fitriyana. 2009. *Perbedaan Tingkat Asertivitas Siswa Kelas Akselerasi dengan Siswa Kelas Reguler*. Skripsi. UIN Maliki Malang. Hlm.33

Salah satu hal yang wajar dalam berinteraksi dengan orang lain adalah sikap langsung, jujur, dan penuh respek atau disebut dengan perilaku asertif. Perilaku asertif merupakan salah satu ketrampilan sosial yang dapat menunjang dalam mengatasi hambatan saat berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain.<sup>56</sup>

Menurut Coley, pengalaman awal pada masa kanak-kanak yang diterima dari orang yang penting dalam kehidupan individu (significant others), baik berupa pesan verbal maupun non verbal yang dapat mempengaruhi penghargaan diri (self recognition). Bila individu lebih banyak menerima pesan-pesan positif mengenai diri sendiri, maka individu akan mengembangkan posisi hidup: I'm Ok – You're Ok, sebaliknya bila pesan-pesan yang diterima banyak pesan negatif maka akan tanpa sadar individu akan mengembangkan posisi hidup: I'm Ok - You're not Ok, atau I'm Ok – You're Ok, atau I'm not Ok - You're not Ok.<sup>57</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif merupakan kemampuan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, keinginan, dan kebutuhan secara jujur, terus terang, dengan pandangan dasar setiap orang memiliki hak dan kebutuhan yang sama pentingnya dengan orang lain. Perilaku asertif berkembang sebagai hasil pengalaman dan proses belajar yang panjang dalam rentan kehidupan individu, yakni kemampuan asertif bukanlah bawaan. Oleh karena itu, setiap orang dapat mengembangkan asertivitas yang dimiliki.

---

<sup>56</sup> Lloyd. (1991). Mengembangkan Perilaku Asertif yang Positif. Jakarta: Bina rupa Aksara. Hlm: 24.

<sup>57</sup> Fauziah, Fitriyana. 2009. Perbedaan Tingkat Asertivitas Siswa Kelas Akselerasi dengan Siswa Kelas Reguler. Skripsi. UIN Maliki Malang. Hlm.34

### 3. Ciri-ciri Perilaku Asertif

Menurut Fensterheim & Baer orang yang berperilaku asertif memiliki 4 ciri yaitu:

- a. Merasa bebas untuk mengemukakan emosi yang dirasakan melalui kata dan tindakan. Misalnya: “inilah diri saya, inilah yang saya rasakan dan saya inginkan”.
- b. Dapat berkomunikasi dengan orang lain, baik dengan orang yang tidak dikenal, sahabat, dan keluarga. Dalam berkomunikasi relatif terbuka, jujur, dan sebagaimana mestinya.
- c. Mempunyai pandangan yang aktif tentang hidup, karena orang asertif cenderung mengejar apa yang diinginkan dan berusaha agar sesuatu itu terjadi serta sadar akan dirinya bahwa ia tidak dapat selalu menang, maka ia menerima keterbatasannya, akan tetapi ia selalu berusaha untuk mencapai sesuatu dengan usaha yang sebaik-baiknya dan sebaliknya orang yang tidak asertif selalu menunggu terjadinya sesuatu.
- d. Bertindak dengan cara yang dihormatinya sendiri. Maksudnya karena sadar bahwa ia tidak dapat selalu menang, ia menerima keterbatasan namun ia berusaha untuk menutupi dengan mencoba mengembangkan dan selalu belajar dari lingkungan.<sup>58</sup>

---

<sup>58</sup> *ibid.* hlm. 14.

Sedangkan menurut Rakos seorang remaja yang asertif akan mempunyai kemampuan untuk:

- a. Berkata “tidak”
- b. Meminta pertolongan
- c. Mengekspresikan perasaan-perasaan yang positif maupun yang negative secara wajar.
- d. Berkomunikasi tentang hal-hal yang bersifat umum.<sup>59</sup>

Ciri-ciri individu yang asertif menurut Zukir, yaitu:<sup>60</sup>

- a. Mempunyai kemampuan untuk jujur dan langsung, yaitu: mengatakan sesuatu perasaan, kebutuhan, ide, dan mengembangkan apa yang ada dalam dirinya tanpa mengesampingkan orang lain.
- b. Bersifat terbuka, apa adanya dan mampu bertindak demi kepentingannya.
- c. Mampu mengambil inisiatif demi kebutuhannya.
- d. Bersedia meminta informasi dan bantuan dari orang lain bilamana membutuhkan dan membantu ketika orang lain memerlukan pertolongan.
- e. Dalam menghadapi konflik dapat menyesuaikan dan mencari penyelesaian yang memuaskan kedua belah pihak.
- f. Mempunyai kepuasan diri, harga diri, dan kepercayaan diri.

Dari sekian banyak ciri-ciri perilaku asertif maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri asertif adalah dapat mengekspresikan pendapat dan perasaan positif dan negatif, tegas dalam memilih perilaku yang sesuai dengan keadaan dan menyatakan secara jelas hal-hal yang dianggap tidak disetujui.

<sup>59</sup> Santosa, J.S.. 1999. *Peran Orang Tua dalam Mengajarkan Asertivitas pada Remaja*. Anima, Indonesian Psychological Journal. hal. 85.

<sup>60</sup> Lloyd. (1991). *Mengembangkan Perilaku Asertif yang Positif*. Jakarta: Bina rupa Aksara. Hlm:29

#### 4. Komponen Perilaku Asertif

Eisler (dalam Martin & Poland, 1980) mengungkapkan komponen perilaku asertif, antara lain:

a. *Complain*

Berkaitan dengan usaha seseorang untuk menolak atau tidak sependapat dengan orang lain. Yang perlu ditekankan disini adalah keberanian seseorang untuk mengatakan "tidak" pada orang lain jika memang itu tidak sesuai dengan keinginannya.

b. *Duration of Reply*

Merupakan lamanya waktu bagi seseorang untuk mengatakan apa yang dikehendakinya, dengan menerangkannya pada orang lain. Orang yang asertivitasnya tinggi memberikan respon yang lebih lama (dalam arti lamanya waktu untuk berbicara) daripada orang yang tingkat asertivitasnya rendah.

c. *Loudness*

Berbicara lebih keras biasanya lebih asertif selama seorang itu tidak berteriak. Berbicara dengan suara yang jelas merupakan cara yang terbaik dalam berkomunikasi secara efektif dengan orang lain.

d. *Request for new behavior*

Meminta munculnya perilaku yang baru pada orang lain, mengungkapkan tentang fakta ataupun perasaan dalam memberikan saran pada orang lain, dengan tujuan agar situasi berubah sesuai yang kita inginkan.

e. *Affect*

Afek berarti emosi, ketika seseorang berada dalam keadaan emosi, maka intonasi suaranya akan meninggi. Pesan yang disampaikan akan lebih asertif jika seseorang berbicara dengan fluktuasi yang sedang dan tidak berupa respon yang monoton ataupun respon yang emosional.

f. *Latency of respon*

Adalah jarak waktu antara akhir ucapan seseorang sampai giliran kita untuk mulai berbicara. Kenyataannya bahwa adanya sedikit jeda sesaat sebelum menjawab secara umum lebih asertif daripada yang tidak terdapat jeda.

g. *Non Verbal*

Ada beberapa komponen non verbal dari asertivitas, yaitu:

1. Kontak mata

Secara umum jika kita memandang orang yang kita ajak bicara maka akan membantu dalam menyampaikan pesan dan juga akan meningkatkan efektivitas pesan. Akan tetapi jangan pula sampai terlalu membelalak ataupun juga menundukkan kepala.

2. Ekspresi muka

Perilaku asertif yang efektif membutuhkan ekspresi wajah yang sesuai dengan pesan yang disampaikan. Misalnya, pesan kemarahan akan disampaikan secara langsung tanpa senyuman, ataupun pada saat gembira menunjukkan wajah yang senang.

### 3. Jarak fisik

Sebaiknya berdiri atau duduk yang sewajarnya, jika kita terlalu dekat dapat mengganggu orang lain dan terlihat seperti menantang. Sementara terlalu jauh akan membuat orang lain susah untuk menangkap apa maksud dari perkataan kita.

### 4. Sikap badan

Sikap badan yang tegak ketika berhadapan dengan orang lain akan membuat pesan lebih asertif. Sementara sikap badan yang tidak tegak dan terlihat malas-malasan akan membuat orang lain menilai kita mudah mundur atau melarikan diri dari masalah.

### 5. Isyarat Tubuh

Pemberian isyarat tubuh dengan gerakan tubuh yang sesuai dapat menambah keterbukaan, rasa percaya diri dan memberikan penekanan pada apa yang kita katakan, misalnya dengan mengarahkan tangan keluar. Sementara yang lain dapat mengurangi, seperti menggaruk leher dan menggosok-gosok mata.

## 5. Aspek-Aspek Perilaku Asertif

Aspek-aspek perilaku asertif menurut Galassi & Galassi ada tiga kategori yaitu:

#### a. Mengungkapkan perasaan positif (*expressing positive feelings*)

Pengungkapan perasaan positif antara lain:

1. Dapat memberikan pujian dan mengungkapkan penghargaan pada orang lain dengan cara asertif adalah ketrampilan yang sangat penting. Individu

mempunyai hak untuk memberikan balikan positif kepada orang lain tentang aspek-aspek yang spesifik seperti perilaku, pakaian, dan lain-lain. Menerima pujian minimum dengan ucapan terima kasih, senyuman, atau seperti “saya sangat menghargainya”.

2. Aspek meminta pertolongan termasuk di dalamnya yaitu meminta kebaikan hati dan meminta seseorang untuk mengubah perilakunya. Manusia selalu membutuhkan pertolongan orang lain dalam kehidupannya, seperti misalnya meminjam uang.
3. Aspek mengungkapkan perasaan suka, cinta, sayang kepada orang yang disenangi. Kebanyakan orang mendengar atau mendapatkan ungkapan tulus merupakan hal yang menyenangkan dan hubungan yang berarti serta selalu memperkuat dan memperdalam hubungan antara manusia.
4. Aspek memulai dan terlibat percakapan. Aspek ini diindikasikan oleh frekuensi senyuman dan gerakan tubuh yang mengindikasikan reaksi perilaku, respon, kata-kata yang menginformasikan tentang diri/pribadi, atau bertanya langsung.<sup>61</sup>

b. Afirmasi diri (*self affirmations*)

Afirmasi diri terdiri dari tiga perilaku yaitu:

1. Mempertahankan hak

Mengekspresikan mempertahankan hak adalah relevan pada macam-macam situasi dimana hak pribadi diabaikan atau dilanggar. Misalnya situasi orang tua dan keluarga, seperti anak tidak diizinkan/dibolehkan

<sup>61</sup> Galassi, Merna Dee and Galassi. 1977. *Assert Your Self "How To Be Your Own Person"*. New York: Human Sciences Press. hlm. 81-169

menjalani kehidupan sendiri, tidak mempunyai hak pribadi sendiri, dan situasi hubungan teman dimana hakmu dalam membuat keputusan tidak dihormati.

## 2. Menolak permintaan

Individu berhak menolak permintaan yang tidak rasional dan untuk permintaan yang walaupun rasional, tapi tidak begitu diperhatikan. Dengan berkata “tidak” dapat membantu kita untuk menghindari keterlibatan pada situasi yang akan membuat penyesalan karena terlibat, mencegah terjadinya suatu keadaan dimana individu akan merasa seolah-olah telah mendapatkan keuntungan dari penyalahgunaan atau memanipulasi ke dalam sesuatu yang diperhatikan untuk dilakukan.

## 3. Mengungkapkan pendapat

Setiap individu mempunyai hak untuk mengungkapkan pendapatnya secara asertif. Mengungkapkan pendapat pribadi termasuk di dalamnya dapat mengemukakan pendapat yang bertentangan dengan pendapat orang lain atau berpotensi untuk menimbulkan perselisihan pendapat dengan orang lain, contohnya adalah mengungkapkan ketidaksepahaman dengan orang lain.<sup>62</sup>

### c. Mengungkapkan perasaan negatif (*expressing negative feelings*)

Perilaku ini meliputi pengungkapan perasaan negatif tentang orang per-orang. Perilaku-perilaku yang termasuk dalam kategori ini adalah:

---

<sup>62</sup> *Ibid*, hlm. 81-169

### 1. Mengungkapkan ketidaksenangan

Ada banyak situasi dimana individu berhak jengkel atau tidak menyukai perilaku orang lain, seseorang melanggar hakmu, teman meminjam barang tanpa permissi, teman yang selalu datang terlambat ketika berjanji, dll.

### 2. Mengungkapkan kemarahan

Individu mempunyai tanggung jawab untuk tidak merendahkan, mempermalukan, atau memperlakukan dengan kejam kepada orang lain pada proses ini. Banyak orang telah mempelajari bahwa mereka seharusnya tidak mengekspresikannya.<sup>63</sup>

## 6. Kategori Perilaku Asertif

Christoff dan Kelly dalam Gunarsa (1992) menyimpulkan ada 3 kategori perilaku asertif yaitu:

1. Asertif penolakan, yaitu ucapan untuk memperhalus, seperti misalnya: maaf!
2. Asertif pujian, yaitu mengekspresikan perasaan positif, seperti misalnya menghargai, menyukai, mencintai, mengagumi, memuji dan bersyukur.
3. Asertif permintaan, yaitu asertif yang terjadi kalau seseorang meminta orang lain melakukan sesuatu yang memungkinkan kebutuhan atau tujuan seseorang tercapai tanpa tekanan atau paksaan.

---

<sup>63</sup> *Ibid*, hlm. 81-169

Selain ketiga hal tersebut, kemarahan juga termasuk salah satu kategori asertif. Dalam marah, orang menyatakan kejengkelan, ketidakpuasan atau ketidaksesuaian antara yang ia harapkan dengan kenyataan yang ia terima. Keuntungan berperilaku asertif dengan menyatakan apa adanya perasaan atau emosinya seseorang maka akan menjadikan lebih percaya diri dan memiliki rasa puas.<sup>64</sup>

### **7. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif**

Berkembangnya perilaku asertif dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dialami individu dalam lingkungan sepanjang hidupnya. Tingkah laku ini berkembang secara bertahap sebagai hasil interaksi individu dengan orang lain baik itu antara anak dan orang tua maupun dengan orang dewasa lain di sekitarnya.

Menurut Ratus faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan asertif adalah:<sup>65</sup>

#### **a. Jenis Kelamin**

Sejak kanak-kanak, peranan pendidikan laki-laki dan perempuan telah dibedakan di masyarakat, laki-laki harus tegas dan kompetitif. Masyarakat mengajarkan bahwa asertif kurang sesuai untuk anak perempuan. Oleh karena itu tampak terlihat bahwa perempuan lebih bersikap pasif meskipun terhadap hal-hal yang kurang berkenan di hatinya.

---

<sup>64</sup> Iriani. 2009. Hlm. 2

<sup>65</sup> Fensterheim & Baer

## b. Kepribadian

Proses komunikasi merupakan syarat utama dalam setiap interaksi. Interaksi akan lebih efektif apabila setiap orang mau terlibat dan berperan aktif. Orang yang berperan aktif dalam proses komunikasi adalah mereka yang secara spontan mengutamakan buah pikirannya dan menanggapi pendapat setiap sikap pihak lain. Sifat spontan ini dapat dijumpai pada orang yang berkepribadian ekstravest. Orang yang berkepribadian ini memiliki ciri-ciri mudah melakukan hubungan dengan orang lain, impulsif, cenderung agresif, sukar menahan diri, percaya diri, perhatian, mudah berubah, bersikap gampang, mudah gembira, dan banyak teman. Sebaliknya orang yang berkepribadian intravest, mempunyai ciri-ciri pendiam, gemar mawas diri, teman sedikit, cenderung membuat rencana sebelum melakukan sesuatu, serius, mampu menahan diri terhadap ledakan-ledakan perasaan dan penaruh prasangka terhadap orang lain.

## c. Inteligensi

Perilaku asertif juga dipengaruhi oleh kemampuan setiap orang untuk merumuskan dan mengungkapkan buah pikirannya secara jelas sehingga dapat dimengerti dan dipahami oleh orang lain serta mampu memahami apa yang dikomunikasikan oleh pihak lain sehingga proses komunikasi berlangsung dengan lancar.

## d. Kebudayaan

Segala hal yang berhubungan dengan sikap hidup, adat istiadat dan kebudayaan pertama kali dikenal melalui keluarga.<sup>66</sup> Koentjara Ningrat menyatakan bahwa kebudayaan akan menjadi milik setiap individu dan membentuk kepribadian tertentu melalui proses internalisasi, sosialisasi dan pembudayaan. Dengan ketiga proses itu seseorang menanamkan segala perasaan, hasrat dan emosi dalam kepribadian untuk disesuaikan dengan sistem norma dan peraturan yang meningkat.<sup>67</sup>

Santosa memandang bahwa kebudayaan mempunyai peran yang besar dalam mendidik perilaku asertif. Misalnya pada budaya Jawa yang menekankan prinsip kerukunan dan keselamatan sosial seorang anak sejak kecil telah dilatih untuk berafiliasi dan konformis. Lebih-lebih pada wanita yang dituntut untuk bersikap pasif, dan menerima apa adanya atau pasrah.<sup>68</sup>

e. Pola Asuh Orang Tua

Ada tiga macam pola asuh orang tua dalam mendidik anak, yaitu pola asuh otoriter, demokratis, dan permisif. Anak yang diasuh secara otoriter biasanya akan menjadi remaja yang pasif dan sebaliknya bila anak diasuh secara permisif anak akan terbiasa untuk mendapatkan segalanya dengan mudah dan cepat, sehingga ada kecenderungan untuk bersikap agresif, lain dengan pola asuh demokratis, pola asuh semacam ini akan mendidik anak

---

<sup>66</sup> Fensterheim, H. & J.Baer. 1995. *Jangan Bilang Ya Bila Anda akan Mengatakan Tidak*. Jakarta:Gunung Jati. hlm. 65.

<sup>67</sup> Koentjaraningrat. 1987. *Antropologi Manusia*. Jakarta: Grafindo. hlm. 187.

<sup>68</sup> Santosa, J.S.. 1999. *Peran Orang Tua dalam Mengajarkan Asertivitas pada Remaja*. Anima, Indonesian Psychological Journal. hlm. 87.

untuk mempunyai kepercayaan diri yang besar, dapat mengkomunikasikan segala keinginannya secara wajar dan tidak memaksakan kehendak.<sup>69</sup>

f. Usia

Santosa berpendapat bahwa usia merupakan salah satu faktor yang menentukan munculnya perilaku asertif.<sup>70</sup> Pada anak kecil perilaku ini belum terbentuk. Struktur kognitif yang ada belum memungkinkan mereka untuk menyatakan apa yang diinginkan dengan bahasa verbal yang baik dan jelas. Sebagian dari mereka bersifat pemalu dan pendiam sedangkan yang lain justru bersifat agresif dalam menyatakan keinginannya. Pada masa remaja dan dewasa perilaku asertif menjadi lebih berkembang sedangkan pada usia tua tidak begitu jelas perkembangan atau penurunannya.

Menurut Galassi terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif, karena berkembangnya perilaku asertif dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dialami individu dalam lingkungan sepanjang hidup. Tingkah laku asertif berkembang secara bertahap sebagai hasil interaksi antara anak, orangtua, dan orang dewasa lain dalam lingkungannya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi asertifitas adalah jenis kelamin, kepribadian, inteligensi, kebudayaan, pola asuh, dan usia.

---

<sup>69</sup> Fensterheim, H. & Baer, 1995, *Jangan Bilang Ya bila anda akan mengatakan Tidak*, Jakarta :Gunung Jati, hlm. 65

<sup>70</sup> *Op.Cit.* hlm. 87.

## 8. Konsep Perilaku Asertif Dalam Perspektif Islam

### A. Telaah Teks Psikologi tentang Perilaku Asertif

#### 1. Sampel Teks Tentang Perilaku Asertif

Menurut Galassi perilaku asertif adalah bentuk komunikasi langsung terhadap kebutuhan, keinginan, dan pendapat seseorang tanpa menghukum, mengancam, atau merendahkan orang lain. Perilaku asertif juga melibatkan prinsip berpegang teguh pada hak-hak sah seseorang tanpa melanggar hak orang lain dan tanpa terlalu takut dalam proses tersebut. Perilaku asertif melibatkan ekspresi langsung dari perasaan seseorang, preferensi, kebutuhan, atau pendapat dalam cara yang tidak mengancam atau menghukum orang lain.<sup>71</sup>

#### 2. Analisis Komponensial Teks tentang Perilaku Asertif

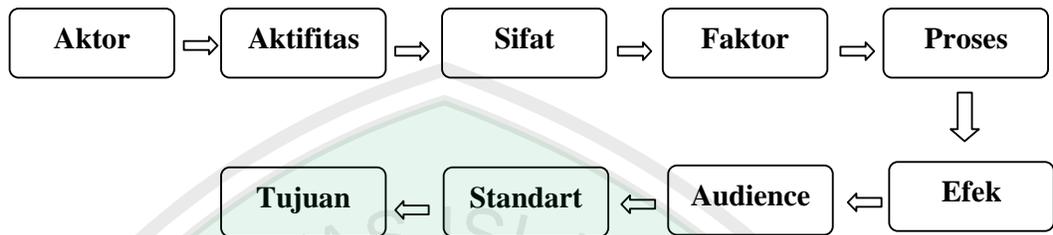
**Tabel 3. Analisis Komponensial Teks tentang Perilaku Asertif**

No.	Komponen	Deskripsi
1	Aktor/ pelaku	Individu/person, partner, group, masa/komunitas
2	Perilaku/ aktivitas	Tuntut, berani, patuh, ekspresi, bela hak, tolak kebathilan, toleransi
3	Sifat	Tegas, bebas
4	Factor	Internal, eksternal
5	Proses	Interaksi
6	Efek	Langsung, tidak langsung
7	Aundience	Positif (outsider, insider), negative (direct, indirect)
8	Standart	Norma (agama, social, undang-undang, susila), human/manusia
9	Tujuan	Memenuhi kebutuhan

<sup>71</sup> Galassi dan Galassi, 1977

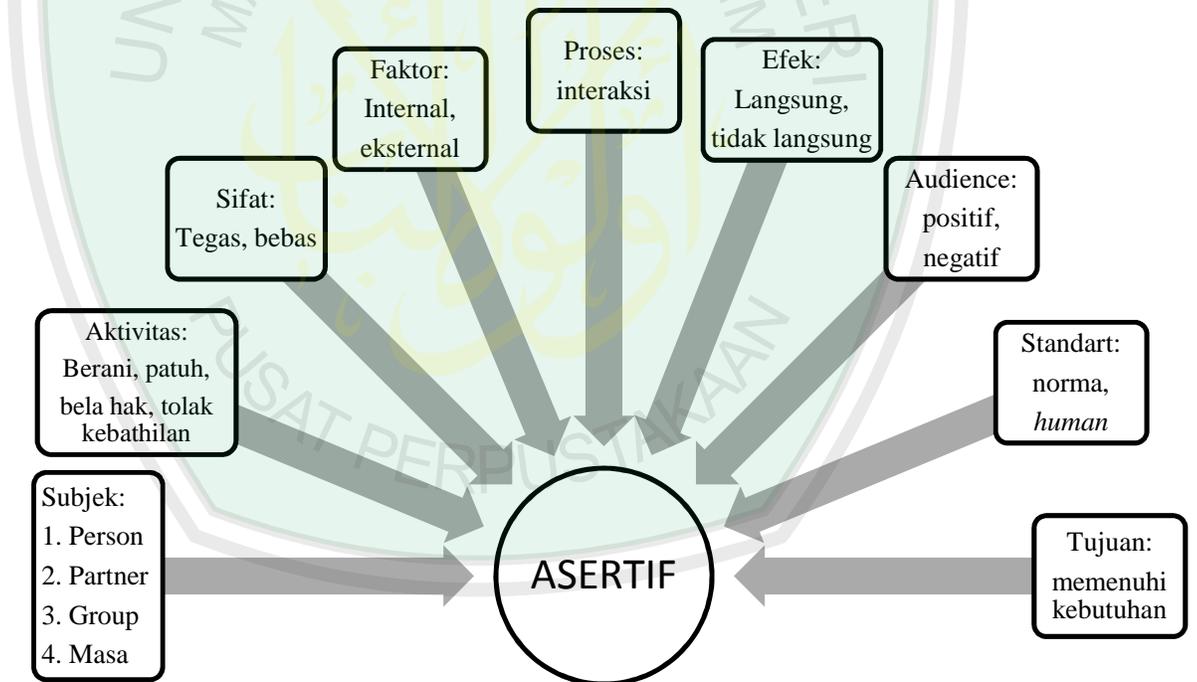
3. Pola Teks tentang Perilaku Asertif

**Bagan 1. Pola Teks tentang Perilaku Asertif**



4. Mind Map (Peta Konsep) tentang Perilaku Asertif

**Bagan 2. Peta Konsep tentang Perilaku Asertif**



## B. Telaah Teks Tentang Perilaku Asertif

### 1. Sampel Teks tentang Perilaku Asertif

مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ وَالَّذِينَ مَعَهُ أَشِدَّاءُ عَلَى الْكُفَّارِ رُحَمَاءُ بَيْنَهُمْ تَرَاهُمْ رُكَّعًا سُجَّدًا  
 يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانًا سِيمَاهُمْ فِي وُجُوهِهِمْ مِنْ أَثَرِ السُّجُودِ ذَلِكَ  
 مَثَلُهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَمَثَلُهُمْ فِي الْإِنْجِيلِ كَرَرِعٍ أَخْرَجَ شَطْنَهُ فَتَازَرَهُ فَاسْتَعْلَظَ  
 فَاسْتَوَى عَلَى سُوْقِهِ يُعْجِبُ الزُّرَّاعَ لِيغِيظَ بِهِمُ الْكُفَّارَ وَعَدَّ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا  
 وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ مِنْهُمْ مَغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا ﴿٢٩﴾

*Artinya: Muhammad itu adalah utusan Allah dan orang-orang yang bersama dengan Dia adalah keras terhadap orang-orang kafir, tetapi berkasih sayang sesama mereka. kamu Lihat mereka ruku' dan sujud mencari karunia Allah dan keridhaan-Nya, tanda-tanda mereka tampak pada muka mereka dari bekas sujud. Demikianlah sifat-sifat mereka dalam Taurat dan sifat-sifat mereka dalam Injil, Yaitu seperti tanaman yang mengeluarkan tunasnya Maka tunas itu menjadikan tanaman itu kuat lalu menjadi besarlah Dia dan tegak Lurus di atas pokoknya; tanaman itu menyenangkan hati penanam-penanamnya karena Allah hendak menjengkelkan hati orang-orang kafir (dengan kekuatan orang-orang mukmin). Allah menjanjikan kepada orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal yang saleh di antara mereka ampunan dan pahala yang besar. (Q.S Al-Fath : 29)*

### 2. Analisis Komponensial Teks tentang Perilaku Asertif

**Tabel 4. Analisis Komponensial Teks tentang Perilaku Asertif**

No.	Komponen	Deskripsi
1	Aktor	Massa
2	Aktivitas	Kasih sayang (kohesivitas, loyalitas, komitmen)
3	Sifat	Keras, tegas
4	Audience	Mereka, orang-orang kafir
5	Standart	Norma agama (Tuhan, Rasul)
6	Tujuan	Nilai tambah, ridlo Allah

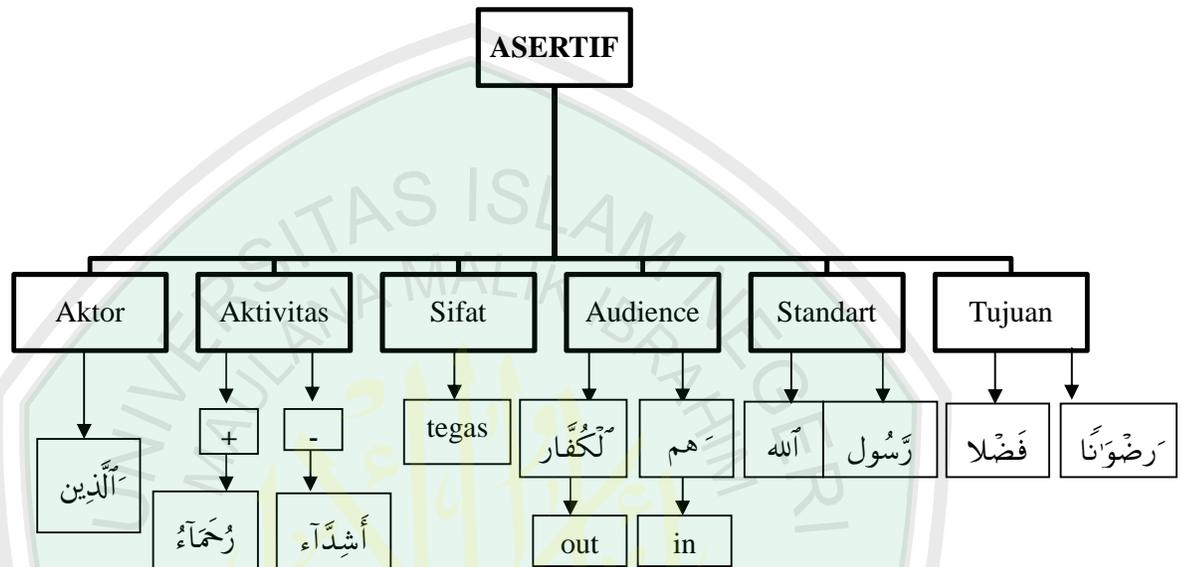
## C. Inventarisasi dan Tabulasi Teks tentang Perilaku Asertif

**Tabel 5. Inventarisasi dan Tabulasi Teks tentang Perilaku Asertif**

No	Term	Kategori	Teks Islam	Makna Teks	Substansi Psikologi	Sumber	Jml
1	Aktor	Masa	الَّذِينَ	Orang-orang	Aktor, masa	Q.S.48.29, Q.S.5.3, Q.S. 9.4, Q.S.22.67, Q.S.34.37	86
2	Aktivitas	Keyakinan Perasaan	أَشِدَّاءَ	Tegas	Keyakinan	Q.S.48. 29, Q.S.2.10, Q.S.3.156, Q.S.4.157, Q.S.6.65.	16
			رُحَمَاءَ	Kasih sayang	Perasaan	Q.S.33.10 Q.S.2.252, Q.S.2.263, Q.S.2.264, Q.S.4.148.	9
3	Sifat	Keras, tegas	أَشِدَّاءَ	Keras, tegas	Keras, tegas	Q.S.48.29, Q.S.3.7, Q.S.9.73.	5
4	Audience	Outsider Insider	الْكَافِرِ	Orang kafir	Outsider	Q.S.48.29, Q.S.9.125, Q.S.25.33, Q.S.23.117, Q.S.2.250.	500
			هم	Mereka	Insider		
5	Standart	Agama	الله	Tuhan	Al-Qur'an	Q.S.48.29, Q.S.4.72, Q.S.7.150, Q.S.4.1, Q.S.3.195.	500
			رَسُول	Rasul	As-sunnah		
6	Tujuan	Keutamaan	فَضْلًا	Keutamaan	Nilai tambah	Q.S.48. 29, Q.S.2.237, Q.S.1.2, Q.S.3.33, Q.S.11.116.	20
			رِضْوَانًا	ridlo allah	kebahagiaan		
<b>Jumlah</b>							<b>1136</b>

D. Format Peta Mind Map (Peta Konsep) Teks Islam tentang Perilaku Asertif

**Bagan 3. Format Peta Konsep Teks Islam tentang Perilaku Asertif**



E. Rumusan Konseptual Teks Islam tentang Perilaku Asertif

1. Rumusan Global (ijmali) Teks Islam tentang Perilaku Asertif

Perilaku asertif menurut Al-qur'an atau islam merupakan kelompok masa yang melakukan aktivitas tertentu, yang bersifat positif, yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, yang berdasarkan standar tertentu yang bertujuan untuk mencapai tertentu yang berdampak pada kehidupan masing-masing kelompok.

## 2. Rumusan Partikular (Tafsili, Rinci) Teks Islam tentang Perilaku Asertif

Perilaku asertif menurut Al-qur'an atau islam merupakan subjek, actor, pelaku, baik individu, partner, kelompok, maupun masa dalam bentuk positif maupun negative yang berupa رُحَمَاءُ dan أَشِدَّاءُ , bersifat tegas, yang dipengaruhi factor internal berupa هم dan factor eksternal berupa الْكُفَّارِ, dengan standart dari Al-Qur'an dan As-sunah, bertujuan رِضْوَانًا dan فَضْلًا

Allah SWT menganjurkan hamba-hambanya untuk berbuat tegas dalam kehidupan sehari-hari. Sebagaimana arti perilaku asertif itu sendiri yaitu perilaku seseorang yang mampu mengekspresikan emosi yang tepat, dalam komunikasi relatif terbuka, dan mengandung perilaku yang penuh ketegasan. Kemampuan asertif pada kenyataannya tidak berusaha untuk mengganggu kebebasan orang lain, tidak menggunakan kekerasan, apalagi sampai menyakiti orang lain, melainkan hanya sebatas pada aturan-aturan yang telah ada, etika nilai, sosial budaya dan digunakan secara jujur serta penuh respek terhadap orang lain.

Dalam agama islam setiap orang dianjurkan untuk berbuat tegas terutama dalam menerapkan perilaku amar ma'ruf nahi munkar. Allah memerintahkan untuk berkata benar dan tegas serta menegakkan apa yang menjadi hak kita serta

hal-hal yang kita anggap salah atau benar. Perintah Allah untuk berbuat tegas sebagaimana yang dituturkan dalam QS. Al-Ahzab ayat 70:<sup>72</sup>

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءَامَنُوْا اتَّقُوا اللّٰهَ وَقُولُوْا قَوْلًا سَدِيْدًا ﴿٧٠﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kamu kepada Allah dan Katakanlah perkataan yang benar”. (QS. Al-Ahzab: 70)

Selain itu Allah juga berfirman dalam QS. An Nisa ayat 8

وَإِذَا حَضَرَ الْقِسْمَةَ أُولُو الْقَرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِيْنَ فَارْزُقُوْهُم مِّنْهُ وَقُولُوا لَهُمْ قَوْلًا مَّعْرُوفًا ﴿٨﴾

Artinya: “Dan apabila sewaktu pembagian itu hadir kerabat, anak yatim dan orang miskin, Maka berilah mereka dari harta itu (sekedarnya) dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang baik”.<sup>73</sup>

Rasulullah SAW juga memerintahkan umatnya untuk mengembangkan budaya berani mengutarakan pendapat di kalangan para sahabat dan umatnya serta menghindarkan mereka dari sikap membeo kepada ide dan perbuatan orang lain tanpa memikirkannya dengan matang terlebih dahulu. Rasulullah SAW mengarahkan para sahabat dan umatnya untuk berani mengutarakan pendapat dan mengatakan hal yang benar serta melarang mereka untuk menjadi pembeo, yakni orang yang tidak memiliki pendirian dan hanya mengikuti apa kata orang lain tanpa mempertimbangkannya terlebih dahulu.<sup>74</sup>

<sup>72</sup> Departemen Agama RI. 2005. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: J-ART. Hlm. 427

<sup>73</sup> Departemen Agama RI. 1984

<sup>74</sup> Najati, Muhammad Utsman. 2003. *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*. Jakarta: Mustaqim. Hlm: 374

Berikut hadits dan ayat Al-Qur'an yang menjelaskan tentang perilaku asertif berdasarkan aspek-aspek perilaku asertif.

### 1. Menyatakan perasaan positif

Rasulullah memerintahkan dan menganjurkan ummat muslim untuk saling menyayangi dan mencintai, seperti hadist yang diriwayatkan Az-Zubair di bawah ini, Rasulullah bersabda:

وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَا تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ حَتَّى تُؤْمِنُوا وَلَا تُؤْمِنُوا حَتَّى تَحَابُّوا أَلَا  
أَدُلُّكُمْ عَلَىٰ أَمْرٍ إِذَا أَنْتُمْ فَعَلْتُمُوهُ تَحَابَبْتُمْ أَفَشُوا السَّلَامَ بَيْنَكُمْ

Artinya: “Demi dzat yang menguasai jiwaku, kalian tidak akan masuk surga sampai kalian beriman. Dan kalian tidak beriman sampai kalian saling mencintai. Maukah kalian aku beritahu tentang sesuatu yang membuat kalian saling mencintai? Sebarkanlah salam diantara kalian.”<sup>75</sup>

Selain itu Bukhari dan muslim juga meriwayatkan hadist tentang mencintai dan menyayangi sesama muslim, Rasulullah bersabda:

“Tidaklah beriman salah seorang dari kalian, sebelum ia mencintai saudaranya seperti ia mencintai dirinya sendiri.”<sup>76</sup>

Selain itu juga ada hadits Bukhari

عَنْ أَنَسٍ أَيْضًا قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: ((مَنْ قَضَىٰ لِأَخِيهِ الْمُسْلِمِ حَاجَةً  
كَانَ لَهُ مِنَ الْأَجْرِ كَمَنْ خَدَمَ اللَّهَ عُمُرَهُ)) (رواه البخارى)

Artinya: Anas r.a. mengungkapkan bahwasanya Rasulullah SAW bersabda: “Barang siapa memenuhi kebutuhan sesama muslim, maka baginya pahala berbakti kepada Allah sepanjang hidupnya” (HR. Bukhari)<sup>77</sup>

<sup>75</sup> Ibid. Hlm. 10

<sup>76</sup> Mahfuzh. 2005. Hlm. 119

<sup>77</sup> Makki, Sayyid Muh. Bin Alawi bin Abbas al-Maliki al-Hasanil. 1992. *Hadits-Hadits Rasul dalam Meraih Kebajikan dan Berkasih Sayang*. Bandung: CV Diponegoro. hlm. 25

Dalam hadits ini dijelaskan bahwa Rasul SAW memerintahkan umatnya untuk bisa mengungkapkan perasaan positif terhadap saudaranya sesama muslim karena hal itu sama dengan dia berbakti kepada Allah SWT. Mengungkapkan perasaan positif tersebut bisa dengan memenuhi kebutuhan (saudara) sesama muslim, seperti misalnya memberi bantuan saudaranya, memberikan pujian, dan memberi kasih sayang kepada saudaranya sesama muslim.

## 2. Afirmasi diri

Rasulullah melarang umatnya menjadi pembeo seperti Hadist yang diriwayatkan oleh Turmudzi:

عَنْ أَبِي هُدَيْفَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا تَكُونُوا إِمْعَةً تَقُولُونَ إِنَّ أَحْسَنَ النَّاسِ أَحْسَنَّا وَإِنْ ظَلَمُوا ظَلَمْنَا وَلَكِنْ وَطَنُوا أَنْفُسَكُمْ إِنْ أَحْسَنَ النَّاسُ أَنْ تَحْسِنُوا وَإِنْ أَسَاءُوا فَلَا تَظْلِمُوا (رواه الترمذي)

Artinya: *Dari Abu Hudzaifah r.a. berkata: bersabda Rasulullah SAW “janganlah kalian menjadi pembeo, kalian akan berkata kami berbuat baik jika orang-orang berbuat baik dan kami berbuat dzalim jika orang-orang berbuat dzalim. Akan tetapi berpendirianlah kalian yang teguh. Jika orang-orang berbuat baik, hendaklah kalian berbuat baik, namun jika mereka berbuat buruk, maka janganlah kalian berbuat dzalim” (HR. Turmudzi)<sup>78</sup>*

Dalam hadits ini dijelaskan bahwa Rasul SAW melarang umatnya untuk menjadi seorang pembeo yang bisanya hanya mengikuti pendapat orang lain meskipun pendapat itu tidak baik. Rasul SAW melarang umatnya untuk tidak

<sup>78</sup> *Ibid.* hlm. 374

memiliki pendirian dan mengharuskan umatnya untuk memiliki pendirian yang kuat, tidak mudah goyah oleh pendapat orang lain.

### 3. Menyatakan perasaan negatif

Islam juga tidak melarang umatnya untuk menyatakan perasaan negatif seperti misalnya dengan marah apabila hal itu berhubungan dengan kebenaran atau urusan agama yang dilanggar, sebagaimana yang dilakukan Rasulullah, beliau akan marah apabila ada kebenaran atau urusan agama yang dilanggar, seperti yang dikatakan oleh Ali bin Abi thalib:

عَنْ عَلِيٍّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا يَغْضَبُ لِلدُّنْيَا فَإِذَا أَغْضَبَهُ الْحَقُّ لَمْ يَعْرِفْهُ أَحَدٌ وَلَمْ يَقُمْ لِغَضَبِهِ شَيْءٌ حَتَّى يَنْتَصِرَ لَهُ (رواه الترمذي)

*Artinya: Dari Ali r.a. berkata “Rasulullah tidak marah karena perkara dunia. Jika beliau dibuat marah oleh kebenaran (urusan agama yang dilanggar), maka beliau tidak akan dikenali oleh siapapun. (karena begitu marah) dan tidak ada yang berani berdiri (untuk mencegah beliau) sampai beliau berhasil menumpasnya”. (HR. Turmudzi)<sup>79</sup>*

Hadist di atas menggambarkan bagaimana keadaan ketika Rasul SAW sedang merasa marah. Rasul SAW merasa marah dan tidak senang ketika ada suatu kebenaran (urusan agama) yang dilanggar sehingga Rasul tidak akan dikenali karena kemarahannya tersebut.

Disini dijelaskan bahwa Rasul SAW mengungkapkan rasa marah dan tidak senangnya hanya ketika beliau merasa ada suatu hal kebenaran yang

<sup>79</sup> *Ibid.* hlm. 275

dilanggar, beliau tidak akan marah apabila tidak ada hal yang patut untuk membuat beliau marah.

Dari berbagai hadist diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang disebut perilaku asertif dalam ajaran islam adalah perilaku yang penuh ketegasan untuk mempertahankan hal yang mutlak dan benar menurut agama dan menempatkan sesuatu perasaan positif maupun negatif sesuai pada tempatnya.

### **3. Hubungan Tipe Kepribadian dengan Perilaku Asertif**

Menurut Alberti dan Emmons perilaku asertif adalah perilaku berani menuntut hak-haknya tanpa mengalami ketakutan atau rasa bersalah serta tanpa melanggar hak-hak orang lain.<sup>80</sup>

Menurut Rathus (1981) memberi batasan asertifitas sebagai kemampuan mengekspresikan perasaan, membela hak secara sah dan menolak permintaan yang dianggap tidak layak serta tidak menghina atau meremehkan orang lain.<sup>81</sup>

Perilaku asertif berdasarkan definisi yang dirumuskan oleh Galassi adalah ekspresi langsung dari perasaan seseorang, preferensi, kebutuhan, atau pendapat dalam cara yang tidak mengancam, menghukum, atau merendahkan orang lain.<sup>82</sup> Aspek dari perilaku asertif adalah, mengungkapkan perasaan positif (*expressing positive feelings*), afirmasi diri (*self affirmations*), dan mengungkapkan perasaan negatif (*expressing negative feelings*).

---

<sup>80</sup> Setiono, Vivi & Pramadi Andrian. 2005. *Pelatihan Asertivitas dan Peningkatan Perilaku Asertif Pada Siswa-Siswi SMP*. Anima, Indonesian Psychological Journal. hlm. 151.

<sup>81</sup> Amirullah. 2009. Hlm. 2

<sup>82</sup> Galassi dan Galassi. 1977

Perilaku asertif pada tiap individu berbeda berdasarkan latar belakang individu tersebut. Menurut Rathus, beberapa faktor berpengaruh terhadap perilaku asertif masing-masing individu, antara lain usia, jenis kelamin, intelegensi, kebudayaan, pola asuh, dan kepribadian.

Faktor perilaku asertif yang digunakan dalam penelitian ini adalah faktor kepribadian, yang kemudian difokuskan pada tipe kepribadian Eysenk, yakni tipe kepribadian ekstrovert dan introvert. Tipe kepribadian ini digunakan karena tipe kepribadian ekstrovert mengandung komponen impulsivitas, pengaruh positif, dan sosialisasi yang tampaknya merupakan komponen penting dalam perilaku asertif.<sup>83</sup>

Menurut Rathus, proses komunikasi merupakan syarat utama dalam setiap interaksi. Interaksi akan lebih efektif apabila setiap orang mau terlibat dan berperan aktif. Orang yang berperan aktif dalam proses komunikasi adalah mereka yang secara spontan mengutamakan buah pikirannya dan menanggapi pendapat setiap sikap pihak lain. Sifat spontan ini dapat dijumpai pada orang yang berkepribadian ekstrovert. Orang yang berkepribadian ini memiliki ciri-ciri mudah melakukan hubungan dengan orang lain, impulsif, cenderung agresif, sukar menahan diri, percaya diri, perhatian, mudah berubah, bersikap gampang, mudah gembira, dan banyak teman. Sebaliknya orang yang berkepribadian introvert, mempunyai ciri-ciri pendiam, gemar mawas diri, teman sedikit, cenderung membuat rencana sebelum melakukan sesuatu, serius, mampu

---

<sup>83</sup> Eysenk dan Eysenk, 1968 dalam Mitkovic, 2010

menahan diri terhadap ledakan-ledakan perasaan dan penaruh prasangka terhadap orang lain.

Menurut Eysenck kepribadian adalah jumlah total dari actual atau potensial organisme yang ditentukan oleh hereditas dan lingkungan yang berawal dan berkembang melalui interaksi fungsional dari faktor-faktor utama yang terdiri dari kognitif (*intelligence*), sektor konatif (*character*), sektor afeksi (*temperament*), dan sektor somatic (*constitution*).<sup>84</sup>

Menurut Jung, ada dua aspek kepribadian yang beroperasi ditingkat sadar dan taksadar, yakni *attitude* (introversionekstraversion). Sikap Introversi introversi mengarahkan pribadi ke pengalaman subjektif, memusatkan diri pada dunia dalam dan privat dimana realita hadir dalam bentuk hasil amatan, cenderung menyendiri, pendiam tidak ramah, bahkan antisosial. Sikap Ekstraversi mengarahkan pribadi ke pengalaman obyektif, memusatkan perhatiannya ke dunia luar alih-alih berfikir mengenai persepsinya, cenderung berinteraksi dengan orang sekitarnya, aktif dan ramah.<sup>85</sup>

Menurut Eysenck tipe kepribadian ekstrovert mempunyai sembilan trait, yaitu memiliki mudah bergaul (*sociable*), lincah (*lively*), aktif (*active*), asertif (*assertive*), mencari sensasi (*sensation seeking*), riang (*carefree*), dominan (*dominance*), bersemangat (*surgent*), berani (*vebturesome*). Individu dengan kepribadian *ekstrovert* cenderung mampu mengekspresikan perasaannya dengan lebih bebas, tidak perlu merasa takut terhadap akibatnya, dan berani bertanggungjawab atas apa yang dilakukannya. Sedangkan tipe kepribadian

---

<sup>84</sup> Suryabrata. 2007. Hlm. 319

<sup>85</sup> Alwisol 2009. Hlm. 45

introvert adalah kebalikan dari trait ekstrovert, yakni sulit bergaul, statis, pasif, ragu, taat aturan, sedih, minus, lemah, dan penakut. Individu dengan tipe kepribadian ini cenderung tertutup, susah mengungkapkan apa yang diinginkannya, dan takut menanggung akibat atas perbuatannya.<sup>86</sup>

Eysenck juga mengemukakan bahwa tipe kepribadian introvert dan ekstrovert menggambarkan keunikan individu dalam bertingkah laku terhadap stimulus sebagai suatu perwujudan karakter, temperamen, fisik, dan intelektual individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.<sup>87</sup>

Paparan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa, kepribadian adalah suatu totalitas dari tingkah laku khas bagi individu yang bereaksi serta menyesuaikan dirinya terhadap segala rangsangan, baik yang datang dari lingkungannya (dunia luar) maupun yang berasal dari dirinya sendiri dimana kepribadian dapat bersifat umum, merujuk pada sifat umumnya atau sifat khusus yang melekat pada dirinya, berjangka waktu lama, membentuk diri menjadi suatu kesatuan dan dapat berfungsi baik atau buruk pada diri sendiri dan lingkungannya.

Beberapa hubungan dapat dijelaskan berdasarkan model kepribadian Eysenk dari ekstrovert dan neurotisisme yang menyatakan bahwa ekstrovert mengandung komponen impulsivitas, pengaruh positif, dan sosialisasi yang tampaknya merupakan komponen penting dalam perilaku asertif, sementara neuroticism mengandung komponen kecemasan, pengaruh negatif (*fight-or-flight*)

---

<sup>86</sup> Alwisol, 2004. Hlm. 321

<sup>87</sup> Suryabrata, 2003. Hlm. 293

dan perasaan bersalah atas tindakan masa lalu yang mungkin menghalangi perilaku asertif.<sup>88</sup>

Berdasarkan teori Eysenck, individu dengan kepribadian ekstrovert mencari stimulasi, sedangkan individu dengan kepribadian introvert justru menghindari stimulasi. Pada mereka yang ekstrovert, mereka lebih banyak berargumen, hal ini mungkin karena argumen merupakan sumber stimulasi dan mereka yang introvert kadang kala berperilaku kurang asertif daripada membela diri sendiri untuk menghindari argumen dan stimulasi.<sup>89</sup>

Tipe kepribadian ekstrovert yang memiliki *trait* mudah bergaul, lincah, aktif, asertif, mencari sensasi, riang, dominan, bersemangat, dan berani memiliki tingkat *cortical arousal* yang lebih rendah daripada introvert, oleh karena itu mereka memiliki ambang batas sensorik yang lebih tinggi sehingga untuk mempertahankan tingkat optimal stimulasinya, mereka membutuhkan stimulasi sensorik yang tinggi sehingga memiliki reaksi lebih rendah terhadap rangsangan sensorik. Oleh karena itu, individu dengan kepribadian ekstrovert memilih melakukan kegiatan yang menarik dan menantang.<sup>90</sup> Kegiatan-kegiatan tersebut membutuhkan perilaku-perilaku yang berhubungan dengan orang lain, seperti mengungkapkan pendapat, mengungkapkan pujian, rasa terima kasih, menolak permintaan, dan sebagainya. Perilaku-perilaku tersebut merupakan ciri-ciri perilaku asertif.

Sebaliknya, introvert, adalah karakteristik dengan tingkat *arousal* yang lebih tinggi, dan sebagai hasil dari ambang batas sensorik yang lebih rendah,

---

<sup>88</sup> Eysenck dan Eysenck, 1968 dalam Mitkovic, 2010

<sup>89</sup> Lobel. 1981

<sup>90</sup> Eysenck dalam Feist dan Feist. 2002

mereka mengalami reaksi yang lebih besar untuk stimulasi sensorik. Individu dengan kepribadian introvert, dengan kongenital rendah ambang sensorik mereka, untuk mempertahankan tingkat optimal rangsangan, mereka menghindari situasi yang akan menyebabkan terlalu banyak kegembiraan.<sup>91</sup> Kondisi ini akan ditunjang dengan perilaku-perilaku yang tidak membutuhkan banyak interaksi dengan orang lain. Mereka akan cenderung menutup diri dan memilih untuk tidak mengungkapkan apa yang mereka inginkan.

#### **D. Hipotesis**

Menurut Suryabrata, hipotesis penelitian adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya masih harus diujikan secara empiris.<sup>92</sup> Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah: ada hubungan antara tipe kepribadian ekstrovert-introvert dengan perilaku asertif mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2009 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

---

<sup>91</sup> Ibid.2002

<sup>92</sup> Suryabrata. 2003. Hlm. 21