

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **2.1. ASERTIVITAS**

##### **2.1.1. Pengertian asertivitas**

Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang tidak lepas dari hubungan antara pribadi dengan orang lain, seperti hubungan dengan orang-orang di lingkungannya keluarga, tetangga, atasan, guru, ataupun teman-temannya. Hampir sebagian besar waktu dalam kehidupan seseorang digunakan untuk berhubungan dengan orang lain. Hubungan tersebut dilakukan untuk mencapai tujuan-tujuan dan kebutuhan-kebutuhannya. Dalam usahanya agar berhasil mencapai hubungan antar pribadi yang memuaskan, seseorang dituntut untuk memiliki kecakapan-kecakapan sosial seperti kemampuan berperilaku asertif. Perilaku asertif merupakan terjemahan dari istilah *assertion behavior*.

Perilaku asertif adalah kemampuan individu mengekspresikan perasaan (baik yang positif maupun yang negatif) dan pikirannya secara tegas dan bebas dengan tetap memperhatikan perasaan orang lain atau dengan kata lain mempertahankan hak sendiri tanpa mengganggu hak orang lain. Secara umum, perilaku manusia dibedakan menjadi tiga kategori yaitu non asertif (pasif), asertif (tegas), dan agresif.<sup>24</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

---

<sup>24</sup> Hari Wahyudi. (1999). *Know Your Self*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo. Hlm: 101-102

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. Diujung 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. Diantara ujung ekstrim ini adalah orang yang bertingkah laku asertif.<sup>25</sup>

Menurut Howard dan Stein berpendapat bahwa sikap asertif merupakan ketegasan, keberanian dalam menyatakan pendapat yang didalamnya mencakup tiga komponen dasar yaitu: (1) Kemampuan mengungkapkan perasaan; (2) kemampuan mengungkapkan pikiran dan keyakinan secara terbuka, mampu menyuarakan pendapat, menyatakan ketidaksetujuan dan bersikap tegas, meskipun secara emosional sulit melakukannya dan bahkan harus mengorbankan sesuatu; (3) Kemampuan untuk mempertahankan hak-hak pribadi.<sup>26</sup>

Definisi lain dikemukakan oleh Galassi dan Galassi, yang menyatakan bahwa perilaku asertif adalah pengungkapan secara langsung kebutuhan, keinginan dan pendapat seseorang tanpa menghukum, mengancam atau menjauhkan orang lain. Asertif juga meliputi mempertahankan hak mutlak orang lain. Perilaku asertif adalah perilaku dimana seorang individu mengungkapkan

---

<sup>25</sup> Amri Aminuddin. (2008). Perbedaan Keterampilan Asertif Antara Siswa Kelas Regular Dengan Siswa Kelas Akselerasi di SMP N 3 Malang. Malang: *Skripsi* Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang. Hlm: 14.

<sup>26</sup> Diana Rahmasari. (2007). Hubungan Antara Harga Diri, Asertivitas, dan Strategi Mengatasi Masalah dengan Depresi pada Remaja Jawa dan Madura. Yogyakarta: *Tesis* Studi Psikologi Minat Utama Psikologi Klinis Kelompok Bidang Ilmu-ilmu Sosial Universitas Gadjah Mada Yogyakarta. Hlm: 53

dirinya yang meliputi pengungkapan perasaan positif, afirmasi diri dan pengungkapan perasaan negatif dengan tegas dan bebas, mengungkapkan dengan cara yang tepat dan tetap menghargai orang lain.<sup>27</sup>

Berdasarkan berbagai definisi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang dikatakan asertif jika dirinya mampu mengkomunikasikan apa yang dipikirkan, dirasakan, dan diinginkan kepada orang lain dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pihak lain. Hal ini disertai pula dengan kejujuran dalam mengekspresikannya tanpa ada maksud untuk memanipulasi dan merugikan pihak lain.

### **2.1.2. 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>28</sup>

---

<sup>27</sup> Galassi, Merna Dee & Galassi, John P. (1977). *Assert Your Self: How To Be Own Person*. New York: Human Sciences Press. Hlm: 3

<sup>28</sup> Amri Aminuddin. (2008). Perbedaan Keterampilan Asertif Antara Siswa Kelas Regular Dengan Siswa Kelas Akselerasi di SMP N 3 Malang. Malang: *Skripsi* Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang. Hlm: 16

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>29</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 not Ok*.<sup>30</sup>

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa asertivitas 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. Asertivitas 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>29</sup> Lloyd. (1991). *Mengembangkan Perilaku Asertif yang Positif*. Jakarta: Bina rupa Aksara. Hlm: 24

<sup>30</sup> Amri Aminuddin. (2008). Perbedaan Keterampilan Asertif Antara Siswa Kelas Regular Dengan Siswa Kelas Akselerasi di SMP N 3 Malang. Malang: *Skripsi* Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Malang. Hlm: 17.

### 2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Asertif

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, orang tua, dan orang dewasa lain di lingkungannya. Seseorang belajar untuk berperilaku asertif atau tidak asertif dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:<sup>31</sup>

#### a. Hukuman

Kadang seseorang gagal untuk berperilaku secara asertif dalam situasi-situasi tertentu karena di masa lalu dalam situasi yang sama ia merasa terhukum baik secara fisik maupun mental karena mengungkapkan dirinya. Hukuman demi hukuman terjadi berulang-ulang, lama-kelamaan akan membentuk perilaku seseorang apakah non asertif, asertif, atau agresif.

#### b. Ganjaran

Seseorang mungkin juga belajar untuk berperilaku non asertif, asertif dan agresif karena perilakunya itu terganjar. Perilaku yang terganjar tersebut cenderung untuk muncul kembali dalam situasi yang sama.

#### c. Modeling

Perilaku pada umumnya ditunjukkan oleh orang-orang yang signifikan di sekitar individu merupakan pengaruh yang lain dari perkembangan perilaku asertif. Banyak dari perilaku individu diperoleh

---

<sup>31</sup> Galassi, Merna Dee & Galassi, John P. (1977). *Assert Your Self: How To Be Own Person*. New York: Human Sciences Press. Hlm: 4-6.

dari hasil modeling. Modeling meliputi proses mengamati dan meniru tingkah laku dari orang-orang signifikan di sekitar individu. Dari proses modeling inilah individu belajar untuk berperilaku asertif, non asertif, atau agresif.

d. Kesempatan untuk mengembangkan perilaku yang sesuai

Banyak orang yang gagal untuk berperilaku asertif karena mereka tidak mempunyai kesempatan di masa lalu untuk belajar cara berperilaku yang tepat. Ketika dihadapkan pada situasi-situasi baru, mereka tidak harus berperilaku seperti apa, atau mereka akan merasa gugup karena kurangnya pengetahuan yang mereka miliki. Sementara orang yang pada masa lalunya memiliki banyak kesempatan untuk mengembangkan tingkah lakunya akan dapat mengatasi situasi-situasi baru dengan lebih efektif.

e. Standar budaya dan keyakinan pribadi

Kelompok budaya yang berbeda mengajari anggotanya cara berperilaku yang berbeda pula. Dalam interaksi sosial, keyakinan pribadi seseorang juga mempengaruhi cara orang tersebut untuk berperilaku dalam interaksi-interaksi sosial. Keyakinan ini meliputi keyakinan akan hak setiap orang dalam hubungannya dengan orang lain.

f. Keyakinan akan hak mutlak sebagai individu

Orang akan berperilaku secara non asertif, asertif dan agresif juga dipengaruhi oleh keyakinan orang tersebut terhadap haknya dan hak orang lain dalam situasi sosial. Seseorang individu mungkin tidak

mengetahui hak-haknya dalam situasi tertentu. Ketidaktahuan inilah yang mungkin mengarahkannya untuk berperilaku non asertif.

Catatan penting yang dikemukakan oleh Galassi yaitu bahwa perkembangan perilaku asertif antara satu orang dengan orang lain tidak selalu sama.

#### 2.1.4. Karakteristik Perilaku Asertif

Perilaku asertif tidak dibawa sejak lahir, akan tetapi merupakan bentuk perilaku yang dipelajari dan sifatnya situasional. Galassi dan Galassi mengungkapkan:

*“Saying or doing certain things in one situation might be labeled observer as ‘assertive’. In a different situation the same behavior might be labeled as ‘foolish or inappropriate’”<sup>32</sup>*

Galassi dan Galassi mengemukakan bahwa perilaku asertif dapat diamati dari aspek-aspek perilaku, yaitu: kontak mata, ekspresi wajah, postur tubuh dan volume serta intonasi suara. Salah satu aspek yang tidak kalah penting dari perilaku asertif adalah langsung tidaknya suatu respon positif ditunjukkan setelah situasi sosial terjadi.<sup>33</sup> Menurut Fensterheim & Buer, perilaku asertif memiliki tiga ciri, yaitu:<sup>34</sup>

- a. Merasa bebas untuk mengemukakan emosi yang dirasakan melalui kata dan tindakan. Misalnya: “Inilah diri saya, inilah yang saya rasakan dan saya inginkan”.

<sup>32</sup> Ibid. Hlm: 7

<sup>33</sup> Ibid. Hlm: 7.

<sup>34</sup> Fensterheim, H & Baer, J. (2005) *jangan Bilang Ya Bila Anda Akan Mengatakan Tidak*. Alih bahasa: Budithjya, G. U. Jakarta: Gunung Jati Hlm: 46.

- b. Dapat berkomunikasi dengan orang lain, baik dengan orang yang tidak dikenal, sahabat, dan keluarga.
- c. Mempunyai pandangan yang aktif tentang hidup, karena orang yang 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.

Ciri-ciri individu yang asertif menurut Adam dan Lenz, yaitu:<sup>35</sup>

- a. Mempunyai kemampuan bergaul dengan jujur dan langsung, yaitu mampu menyatakan perasaan, kebutuhan-kebutuhan, ide dan mempertahankan haknya tetapi dengan cara yang sedemikian rupa sehingga tidak melanggar hak orang lain.
- b. Bersifat terbuka, apa adanya dan mampu bertindak demi kepentingan sendiri.
- 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.

---

<sup>35</sup> Firdaussi Nuzula. (2005). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Perilaku Asertif pada Remaja Awal di SMP Negeri 4 Batu. Malang: *Skripsi* fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Hlm: 13-14.

- f. Mempunyai kepuasan diri, harga diri, dan kepercayaan diri.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang asertif mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: mampu mengungkapkan perasaan bersahabat, dapat menerima dan memberi kritik, meminta penjelasan, mengungkapkan ketidaksetujuan secara aktif, mengungkapkan tentang hak-haknya, mempunyai pandangan hidup yang aktif tentang hidup, bertindak dengan cara yang dihormatinya sendiri yaitu individu yang mampu berkata “ya” atau “tidak” sesuai dengan keinginannya, mempunyai kemampuan bergaul dengan jujur dan mempertahankan hak-haknya tetapi dengan cara yang sedemikian rupa serta mempunyai harga diri dan kepercayaan diri yang tinggi. Akan tetapi sebaliknya, jika seseorang yang tidak asertif terlihat sulit mengungkapkan perasaannya atau kebutuhannya, mudah tersinggung, cemas, dan terlalu mudah mengalah.

#### **2.1.5. Kategori Perilaku Asertif**

Seorang individu dapat menunjukkan perilaku asertif, agresif, atau non asertif dalam interaksi dengan orang lain. Galassi dan Galassi menggolongkan bentuk-bentuk perilaku asertif menjadi 3 kategori, yaitu: pengungkapan perasaan-perasaan positif, afirmasi diri, dan pengungkapan perasaan-perasaan negatif.<sup>36</sup>

##### **2.1.5.1. Mengungkapkan Perasaan Positif**

Perilaku-perilaku yang termasuk pengungkapan perasaan-perasaan positif antara lain: memberi dan menerima pujian, meminta bantuan atau pertolongan,

<sup>36</sup> Galassi, Merna Dee & Galassi, John P. (1977). *Assert Your Self: How To Be Own Person*. New York: Human Sciences Press. Hlm: 7.

mengungkapkan perasaan suka, cinta, dan sayang, serta memulai dan terlibat dalam perbincangan.

#### 1) Memberi dan Menerima Pujian

Individu mempunyai hak untuk memberikan balikan positif kepada orang lain. Aspek-aspek yang spesifik seperti perilaku, pakaian, dan lain-lain. Pujian adalah penilaian subjektif dari seseorang. Banyak sekali alasan mengapa penting sekali memberi pujian kepada orang lain, diantaranya: orang lain menikmati atau mendengar dengan sungguh-sungguh, ungkapan positif tentang perasaan mereka, memberikan pujian berakibat mendalam dan kuat terhadap hubungan antara dua orang, ketika seseorang dipuji, kecil kemungkinan mereka merasa tidak dihargai. Namun tidak semua orang senang mendapat pujian. Pujian dianggap hanyalah rayuan dan tidak jujur. Individu tersebut menyulitkan orang lain yang hendak memberikan pujian, karena selalu menanyakan kejujuran dari seseorang tersebut.<sup>37</sup>

#### 2) Meminta Bantuan atau Pertolongan

Termasuk di dalam meminta bantuan atau pertolongan adalah menanyakan atau meminta kebaikan hati dan meminta seseorang untuk mengubah perilakunya.<sup>38</sup> Manusia tidak bisa hidup sendiri, mereka selalu membutuhkan bantuan atau pertolongan orang lain dalam kehidupannya.<sup>39</sup>

---

<sup>37</sup> Ibid. Hlm: 83.

<sup>38</sup> Ibid. Hlm: 97

<sup>39</sup> Lloyd. (1991). *Mengembangkan Perilaku Asertif yang Positif*. Jakarta: Bina rupa Aksara. Hlm: 104

### 3) Mengungkapkan Perasaan Suka, Cinta, dan Sayang

Sebagian besar orang mendengar atau mendapatkan ungkapan tulus merupakan hal yang menyenangkan dan hubungan yang penuh arti serta akan selalu memperkuat dan memperdalam hubungan antar manusia.

### 4) Memulai dan Terlibat dalam Perbincangan

Kebanyakan orang senang bertemu dengan orang lain dan biasanya merespon dengan baik kepada orang yang mencoba berinteraksi. Pada saat-saat tertentu, beberapa orang tidak akan sangat menerima interaksi seperti itu. Sikap tersebut juga bisa disebabkan enggan dan penuh curiga. Keengganan untuk memulai berinteraksi diindikasikan dengan kurangnya senyuman, terlihat bermusuhan, tidak ada reaksi perilaku, dan reaksinya kasar. Sebaliknya, keinginan untuk berinteraksi dalam hubungan sosial diindikasikan oleh frekuensi senyuman, dan gerakan tubuh yang mengindikasikan reaksi perilaku, respon kata-kata yang menginformasikan tentang diri atau bertanya langsung pada pemakarsa.<sup>40</sup>

#### **2.1.5.2. Afirmasi diri**

Afirmasi diri terdiri dari tiga perilaku, yaitu: mempertahankan hak, menolak permintaan, dan mengungkapkan pendapat. Ketidakmampuan mengekspresikan perilaku ini dapat dilihat dari penolakan pada satu hak dan diri, mengingat untuk dapat mengekspresikan perilaku ini harus menegaskan satu posisi yaitu dengan mempunyai rasa hormat pada orang lain.<sup>41</sup>

---

<sup>40</sup> Ibid. Hlm: 111

<sup>41</sup> Ibid. Hlm: 122

### 1) Mempertahankan Hak

Mempertahankan hak adalah relevan pada macam-macam situasi dimana hak pribadi diabaikan atau dilanggar. Misalnya, situasi orang tua dan keluarga, seperti anak tidak diizinkan menjalani kehidupan sendiri, tidak mempunyai hak pribadi sendiri, dan situasi hubungan teman dimana hakmu dalam membuat keputusan tidak dihormati.<sup>42</sup>

### 2) Menolak Permintaan

Individu berhak menolak permintaan yang tidak rasional dan untuk permintaan rasional tapi tidak begitu diperhatikan. Dengan berkata “tidak” dapat membantu kita untuk menghindari keterlibatan pada situasi yang akan membuat penyesalan karena terlibat, mencegah perkembangan dari keadaan individu yang merasa seolah-olah telah mendapatkan keuntungan dari penyalahgunaan atau manipulasi ke dalam sesuatu yang diperhatikan untuk dilakukan.<sup>43</sup>

### 3) Mengungkapkan Pendapat Pribadi

Setiap individu mempunyai hak untuk mengungkapkan pendapat secara asertif. Mengungkapkan pendapat pribadi termasuk di dalamnya, dapat mengungkapkan pendapat yang bertentangan dengan pendapat orang lain. Beberapa contoh situasi yang membuat individu mengungkapkan pendapatnya termasuk teman, seperti: mendiskusikan

---

<sup>42</sup> Ibid. Hlm: 123

<sup>43</sup> Ibid. Hlm: 133

isu-isu politik dan mengungkapkan ketidaksepahaman pandangan dengan orang lain.<sup>44</sup>

### **2.3.5.3. Mengungkapkan perasaan Negatif**

Perilaku-perilaku yang termasuk dalam kategori ini adalah mengungkapkan kekecewaan dan mengekspresikan kemarahan.<sup>45</sup>

#### **1) Mengungkapkan Ketidaksenangan atau Kekecewaan**

Ada banyak situasi di mana individu berhak jengkel atau tidak menyukai dari perilaku orang lain; teman meminjam barang tanpa izin; teman yang selalu datang terlambat ketika berjanji; dan lain-lain.

Pada situasi-situasi tersebut individu pasti merasakan jengkel dan jika benar, maka individu berhak mengungkapkan perasaannya dengan cara asertif. Individu juga mempunyai tanggung jawab untuk tidak memperlakukan atau merendahkan orang lain pada proses ini.<sup>46</sup>

#### **2) Mengekspresikan Kemarahan**

Individu mempunyai tanggung jawab untuk tidak memermalukan dengan kejam orang lain pada proses ini. Banyak orang telah mengetahui bahwa mereka seharusnya tidak mengekspresikan kemarahannya. Pilihan kata dalam berinteraksi dan berperilaku adalah sangat penting. Yang tidak kalah penting adalah bagaimana mengatakannya. Tetapi kebanyakan orang menggunakan “bahasa

---

<sup>44</sup> Ibid. Hlm: 142

<sup>45</sup> Ibid. Hlm: 152

<sup>46</sup> Ibid. Hlm: 153

tubuh” untuk mengacu pada semua aspek komunikasi antara pribadi di luar pilihan kata yang asertif.<sup>47</sup>

### 2.1.6. Manfaat Perilaku Asertif

Calhoun & Acocella, menjelaskan mengenai manfaat dari berperilaku asertif sebagai berikut:<sup>48</sup>

- a. Individu dapat mempertahankan haknya tanpa menyakiti dan merugikan orang lain
- b. Individu dapat mendapatkan kebutuhannya dengan cara yang memuaskan dan melegakan hati semua orang, sehingga dengan demikian individu memperoleh kehormatan diri
- c. Dari sudut pandang psikologi humanistik dan eksistensial, individu yang asertif akan mendapatkan keuntungan psikologis, diantaranya individu akan memiliki penyesuaian diri yang baik terhadap masalah, karena dalam menyesuaikan diri, individu yang asertif akan memilih dan bertindak dengan tepat. Mereka bebas memilih dan bertindak sesuai dengan pilihannya. Hal ini akan membuat individu mendapatkan kebebasan serta tanggung jawabnya dengan cara yang terhormat. Kondisi di atas oleh psikologi humanistik dan eksistensial dipandang sebagai proses aktif dari self enhancement individu
- d. Asertivitas dapat meningkatkan kehormatan dan rasa percaya diri. Hal ini tentunya akan meningkatkan martabat diri sebagai manusia.

<sup>47</sup> Ibid. Hlm: 162

<sup>48</sup> Diana Rahmasari. (2007). Hubungan antara Harga Diri, Asertivitas, dan Strategi Mengatasi Masalah dengan Depresi pada Remaja Jawa dan Madura: *Tesis* Minat Utama Psikologi Klinis: Sekolah Pascasarjana Universitas Gadjja Mada Yogyakarta. Hlm: 57-58

Seseorang yang tampil asertif akan lebih berinisiatif dan menghemat energi, dalam arti perilakunya yang jujur, langsung, terus terang, dan mempertimbangkan hak-hak orang lain, memungkinkan seseorang untuk mendapatkan apa yang diinginkannya. Tidak akan sibuk dengan pikiran bagaimana supaya tidak menyinggung orang lain.

### 2.1.7. Perilaku Asertif dalam Prespektif Islam

Allah SWT menganjurkan hamba-hambanya untuk berbuat tegas dalam kehidupan sehari-hari. Sebagaimana arti perilaku asertif itu sendiri yakni 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 hal-hal yang kita anggap salah atau benar. Perintah Allah untuk berbuat tegas terdapat dalam QS. Al-Ahzab ayat: 70:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَقُولُوا قَوْلًا سَدِيدًا ﴿٧٠﴾

*Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, bertaqwalah kamu kepada Allah dan Katakanlah perkataan yang benar”. (QS. Al-Ahzab: 70)<sup>49</sup>*

<sup>49</sup> Departemen Agama RI. (2007). *Al-Hikmah Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: CV Diponegoro Hlm: 427

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 memikirkan dengan matang terlebih dahulu, yakni orang yang tidak memiliki pendirian dan hanya mengikuti apa kata orang lain tanpa mempertimbangkannya terlebih dahulu.<sup>50</sup> Berikut hadits dan ayat Al-Qur'an yang menjelaskan tentang perilaku asertif berdasarkan kategori perilaku asertif:

#### **2.1.7.1. Mengungkapkan perasaan Positif**

Rasulullah telah menyarankan kaum muslim untuk saling menyayangi dan saling mencintai, seperti hadits yang diriwayatkan Az-Zubair di bawah ini, Rasulullah bersabda:

*Artinya: "Demi dzat Yang Menguasai jiwaku, kalian tidak akan masuk surga sampai kalian beriman. Dan kalian tidak beriman sampai kalian tidak saling mencintai. Maukah kalian aku beritahu tentang sesuatu yang bisa membuat kalian saling mencintai? Sebarkanlah salam di antara kalian!".<sup>51</sup>*

Dalam hadits di atas Rasulullah menganjurkan kaum muslimin untuk saling mencintai sebagai syarat keimanan mereka dan juga sebagai syarat untuk masuk surga. Orang mukmin yang hakiki adalah orang yang mencintai dan dicintai orang lain. Adapun orang yang tidak mencintai dan tidak dicintai orang lain, maka dia bukanlah orang yang baik. Oleh karena itu dengan mampu mengungkapkan perasaan positifnya kepada orang lain juga merupakan bentuk rasa cinta dan sayang kita kepada orang lain.

---

<sup>50</sup> Najati, Muhammad Utsman. (2003). *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*. Jakarta: Muस्ताqim. Hlm: 374

<sup>51</sup> Ibid. Hlm: 10

### 2.1.7.2. Afirmasi Diri

*Artinya: Dari Abu Hudzaifah R.A. berkata: “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>52</sup>*

Dalam hadits ini dijelaskan bahwa Rasulullah melarang umatnya untuk menjadi seorang pembeo yang bisanya hanya mengikuti pendapat orang lain meskipun pendapat itu tidak baik. Rasulullah melarang umatnya untuk tidak memiliki pendirian dan mengharuskan umatnya untuk memiliki pendirian yang kuat, tidak mudah goyah oleh pendapat orang lain.

### 2.1.7.3. Mengungkapkan perasaan negatif

Rasulullah SAW tidak pernah marah karena didorong oleh kepentingan pribadi. Rasulullah hanya akan marah karena sebuah alasan yang benar, misalnya ketika ada hukum Allah yang dilanggar. Ali bin Abi Thalib berkata:<sup>53</sup>

*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)*

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

<sup>52</sup> Najati, Muhammad Utsman. (2003). *Psikologi Dalam Tinjauan Hadits Nabi*. Jakarta: Muस्ताqim. Hlm: 374

<sup>53</sup> Ibid. Hlm: 133

Disini dijelaskan bahwa Rasulullah mengungkapkan rasa marah dan tidak senangnya hanya ketika beliau merasa ada suatu hal kebenaran yang dilanggar, beliau tidak akan marah apabila tidak ada yang patut untuk membuat beliau marah.

Dari berbagai ayat Al-Qur'an dan hadist diatas dapat disimpulkan bahwa yang disebut perilaku asertif menurut ajaran Islam adalah perilaku yang penuh dengan ketegasan untuk mempertahankan hal yang mutlak dan benar menurut agama dan menempatkan sesuatu perasaan positif maupun negatif sesuai pada tempatnya.

## **2.2. KEKERASAN**

### **2.2.1. Pengertian Kekerasan**

Menurut kamus kontemporer, kekerasan adalah perihal atau sifat keras, paksaan, perbuatan yang menyebabkan kerusakan fisik atau barang orang lain. Sedangkan dalam kamus Webster mendefinisikan kekerasan sebagai penggunaan kekuatan fisik untuk melukai atau menganiaya, perlakuan atau prosedur yang kasar serta keras. Dilukai atau terluka dikarenakan penyimpangan, pelanggaran, atau perkataan senonoh atau kejam. Yang mana dapat muncul berupa perasaan yang diekspresikan dengan penuh emosional, termasuk hal-hal dari aksi atau perasaan tersebut.

Sedangkan istilah kekerasan (*violence/abuse*) menurut Coleman dan Cressey adalah perilaku yang sengaja ditunjukkan untuk menimbulkan luka secara fisik definisi tersebut juga sama dengan yang diberikan oleh Baron dan Byrne<sup>54</sup>

---

<sup>54</sup> Rifa Hidayah. (2004). *Psikoislamika: jurnal Psikologi dan Keislaman*. Vol.1/No.2 Hlm: 209

Istilah kekerasan digunakan untuk menggambarkan perilaku, baik yang terbuka (*overt*) atau tertutup (*covert*), dan baik yang bersifat menyerang (*offensive*) atau bertahan (*deffensive*), disertai dengan penggunaan kekuatan pada orang lain. suatu ancaman juga dianggap sebagai bentuk kekerasan, karena kekerasan dalam hal ini merupakan unsur penting dari suatu kekuatan (*power*), yaitu kemampuan untuk mewujudkan keinginan seseorang sekalipun menghadapi keinginannya yang berlawanan, menurut Quinney & Chambliss juga berpendapat bahwa penggunaan kekuatan dan ancaman secara resmi dianggap sebagai tindak kekerasan.<sup>55</sup>

Menurut deklarasi penghapusan kekerasan terhadap perempuan tahun 1994 pasal 1, adalah “setiap tindakan berdasarkan perbedaan jenis kelamin yang berakibat atau mungkin berakibat kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, atau psikologis, termasuk ancaman tindakan tertentu, pemaksaan atau perampasan kemerdekaan secara sewenang-wenang, baik yang terjadi di depan umum atau dalam kehidupan pribadi”.<sup>56</sup>

Dari pengertian diatas Douglas & Waksler, membagi kekerasan menjadi 4 jenis yaitu:<sup>57</sup>

- a. Kekerasan terbuka, yaitu kekerasan yang dapat dilihat, seperti perkelahian,
- b. Kekerasan tertutup, kekerasan tersembunyi atau tidak dilakukan langsung, seperti perilaku mengancam;

---

<sup>55</sup> Jack D. Douglas & Frances Chaput Waksler. (2002). *Teori-teori Kekerasan*. Editor: Thomas Santoso. Ghalia Indonesia. Hlm: 11-12

<sup>56</sup> Achie Sudiarti Luhulima. (2000). *Deklarasi Penghapusan Kekerasan terhadap Wanita*. Jakarta: P.T Alumni. Hlm: 148

<sup>57</sup> Ibid. Hlm: 11

- c. Kekerasan agresif, kekerasan dilakukan tidak untuk perlindungan, tetapi untuk mendapatkan sesuatu, seperti penjabalan; dan
- d. Kekerasan defensif, kekerasan yang dilakukan sebagai tindakan perlindungan diri. Baik kekerasan agresif maupun defensif bisa yang bersifat terbuka atau tertutup.

Sedangkan Kekerasan secara umum didefinisikan sebagai semua tindakan yang dilakukan terhadap orang lain yang mengakibatkan perasaan tidak nyaman bagi jiwa dan fisik orang tersebut. Kekerasan terhadap perempuan sebagai temuan *rapid survey* seperti digambarkan pada table dibawah secara konseptual dapat digambarkan bahwa kekerasan telah terjadi sepanjang siklus kehidupan perempuan sebagai berikut.<sup>58</sup>

Table: 2.1

kekerasan dalam siklus kehidupan perempuan

<b>Fase Kehidupan</b>	<b>Bentuk Kehidupan Kekerasan</b>
Sebelum lahir	Pengguguran kandungan karena hamil diluar nikah, siksaan selama hamil, dan kehamilan yang dipaksakan.
Bayi	<i>Infanticide</i> , penyalahgunaan fisik/emosi, perbedaan perlakuan terhadap anak perempuan
Masa kanak-kanak	Kawin usia dini. Penyalahgunaan seksual, pelacuran anak-anak.
Masa remaja putri	Kekerasan masa pacaran, perkosaan, pelacuran, perdagangan, pelecehan ditempat kerja.
Masa pulan (perempuan lanjut usia)	Perkosaan, pelecehan seksual.

Sumber : laporan JaRi, 2004

<sup>58</sup> Rismiyati E. K. (2005) *jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran. Vol 15, No 1. Hlm 97*

## **2.2.2. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Pacaran**

Kekerasan dalam pacaran (KDP) atau istilah lain *Dating Violence* merupakan salah satu bentuk tindakan kekerasan terhadap perempuan. Fuad hasyim & Kristi poerwandari membagi bentuk kekerasan menjadi empat bentuk yaitu:<sup>59</sup>

### **2.2.2.1. Kekerasan Fisik**

Memukul, menendang, menjambak rambut, mendorong sekuat tenaga, menampar, menonjok, mencekik, membakar bagian tubuh/menyundut dengan rokok, pemaksaan berhubungan seks, menggunakan alat, atau dengan sengaja mengajak seseorang ke tempat yang membahayakan keselamatan (membunuh).

### **2.2.2.2. Kekerasan Seksual**

Melakukan tindakan yang mengarah ke ajakan/desakan seksual seperti menyentuh, meraba, mencium, dan/atau melakukan tindakan-tindakan lain yang tidak dikehendaki korban, memaksa korban, menonton produk pornografi, gurauan-gurauan seksual yang tidak dikendaki korban, ucapan-ucapan yang merendahkan dan melecehkan dengan mengarah pada aspek jenis kelamin/seks korban, memaksa berhubungan seks tanpa persetujuan korban, dengan kekerasan fisik maupun tidak; memaksa melakukan aktifitas-aktifitas seksual yang tidak disukai, merendahkan, menyakiti atau melukai korban.

---

<sup>59</sup> Achie Sudiarti Luhulima. (2000). *Pemahaman Bentuk-bentuk Tindak Kekerasan Terhadap Perempuan dan Alternatif Pemecahannya*. Jakarta: P.T Alumni. Hlm: ix

### **2.2.2.3. Kekerasan Emosional**

Bentuk kekerasan ini biasanya jarang disadari, karena memang wujudnya tidak kelihatan. Namun sebenarnya, kekerasan ini justru akan menimbulkan perasaan tertekan, tidak bebas dan tidak nyaman. Bentuk kekerasan non fisik ini berupa pemberian julukan yang mengandung olok-olok; membuat seseorang jadi bahan tertawaan; mengancam, cemburu yang berlebihan, membatasi pasangannya untuk melakukan kegiatan yang disukai, pemerasan, mengisolasi, larangan berteman, caci maki, larangan bersolek, larangan bersikap ramah pada orang lain dan sebagainya.

### **2.2.2.4. Kekerasan Ekonomi**

Yang bisa berupa pemerasan atau pemaksaan untuk memenuhi kebutuhan pasangan, mungkin untuk pertama kali mentraktir makan atau membelikan perlengkapan dirasa lazim dan itu merupakan suatu bentuk perhatian kepada pasangan, namun apabila sudah terjadi permintaan pemenuhan secara terus menerus dan perasaan korban sudah tidak nyaman serta terbebani hal itulah yang disebut kekerasan dalam bidang ekonomi dalam pacaran.

### **2.2.3. Karakteristik Perempuan yang mudah Terkena Tindak Kekerasan**

Penelitian tentang kekerasan terhadap perempuan yang dilakukan oleh Rifka Annisa Women's Center Yogyakarta (2001) menemukan bahwa karakteristik perempuan yang mudah terkena tindak kekerasan adalah sebagai berikut:<sup>60</sup>

---

<sup>60</sup> Rismiyati E. K. (2005) *jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran*. Vol 15, No 1. Hlm 99-100

- a. Menganut peran stereotipe tradisional laki-laki dan perempuan;
- b. Pasif dan patuh terhadap suami;
- c. Menerima dominasi dan superioritas laki-laki;
- d. Menyamakan dominasi dengan kejantanan (maskulinitas);
- e. Merasa tidak memiliki hak asasi;
- f. Mengaku salah walaupun tidak berbuat salah;
- g. Berperan sebagai tumbal akibat perbuatan pasangannya;
- h. Merasa bahagia bila dibutuhkan pasangan;
- i. Pasrah akan tindak kekerasan dengan harapan akan membaik;
- j. Merasa rendah diri;

Sedangkan temuan lain menunjukkan bahwa karakteristik pelaku adalah;

- a. Pencemburu, sering membayangkan pasangannya sedang “selingkuh”;
- b. Me “rumah”kan pasangannya;
- c. Selalu mengatur dan mengontrol pasangannya;
- d. Mudah marah tanpa alasan yang berarti;
- e. Yakin bahwa kekerasan adalah tindakan wajar;
- f. Menganggap kesalahan dirinya adalah akibat perbuatan pasangannya;
- g. Berasal dari keluarga yang sering mengalami kekerasan;
- h. Memiliki minat pada adegan kekerasan;

#### **2.2.4. Mitos-mitos tentang Kekerasan dalam Pacaran**

- a. **Mitos;** *Cemburu, dan bentuk kekerasan lain yang dilakukan oleh si dia (pelaku) adalah bukti cinta dan kasih sayang;*

**Fakta;** Itu bukan cinta, itu adalah kontrol dari si dia agar anda patuh dan menuruti semua kemauan dia.

- b. **Mitos;** *Bahwa si dia melakukan kekerasan fisik pada anda karena anda telah melakukan suatu kesalahan yang membuat si dia marah. Jika anda menuruti apa kemauannya, si dia pasti tidak melakukannya;*

**Fakta;** Ketika anda tidak melakukan kesalahanpun, si dia akan tetap melakukan kekerasan.

- c. **Mitos;** *Kekerasan yang anda alami, anda yakini hanya akan terjadi sekali, karena si dia telah meminta maaf atas kelakuannya dan berjanji tidak akan melakukannya lagi dengan menunjukkan sikap yang tulus;*

**Fakta;** kekerasan akan terus berlangsung dan bersiklus. Dia melakukannya lalu minta maaf, kemudian dia akan melakukannya lagi pada anda, minta maaf lagi, begitu seterusnya.

- d. **Mitos;** *Anda percaya, setelah dia melakukan kekerasan, si dia akan lebih mesra pada anda;*

**Fakta;** Lebih banyak kekerasan yang anda alami daripada kemesraannya.

- e. **Mitos;** *Ketika si dia memaksa anda untuk melakukan hubungan seksual, dia berjanji akan mempertanggungjawabkannya;*

**Fakta;** Sudah banyak perempuan yang terjebak oleh janji palsu pasangannya dan ditinggalkan oleh pasangannya setelah pasangannya puas mendapatkan apa yang diinginkannya.

- f. **Mitos;** *Bahwa kekerasan yang anda alami adalah konsekuensi jika berelasi dengan laki-laki;*

**Fakta;** Berelasi dengan laki-laki bukan berarti menyerahkan diri kita untuk dijadikan objek kekerasan.

g. **Mitos;** *Ketika anda menjadi pasangan si dia, anda terutama si dia, mengasumsikan bahwa anda adalah miliknya. Sehingga si dia dapat melakukan apa saja terhadap diri anda;*

**Fakta;** Anda adalah milik anda sendiri. Jangankan hanya sebatas pacaran, dalam perkawinanpun, diri anda sepenuhnya adalah milik/hak anda bukan otoritas orang lain.<sup>61</sup>

#### **2.2.5. Pelaku Kekerasan dalam Perspektif Hukum Pidana**

Dalam hal ini pelaku kekerasan siapapun dia, sedekat apapun dia jika melakukan kekerasan seperti yang telah dijelaskan diatas maka harus dihukum. Maka dari itu, sebagai korban yang mengalami kekerasan seharusnya melaporkannya ke pihak yang berwajib (polisi), meski dia adalah orang yang disayangi dan cintai, karena hal tersebut dapat dikenai pasal-pasal penganiyayan dalam KUHP. Yaitu pasal 351-358 untuk penganiyayan fisik, pasal 289-296 tentang pecabulan seksual, pasal 281-283, 352-533 untuk kejahatan terhadap kesopanan dan pasal 286-288 untuk persetubuhan dengan perempuan di bawah umur.

#### **2.2.6. Prilaku Kekerasan terhadap Perempuan dalam Perspektif Islam**

Dedah Jubaedah (dalam kekerasan terhadap perempuan), menegaskan bahwa sebelum islam, kedudukan perempuan berada dibawah subordinasi laki-

---

<sup>61</sup> Muhammad Fuad Hasyim. (2008). Kekerasan Dalam Pacaran. *Makalah* (Relawan PKBI Devisi Konseling) Akses: 09-06-2011.

laki, lebih dari itu perempuan tidak saja dihina, diremehkan, tetapi juga ditindas dalam arti selalu mendapatkan kekerasan. Bahkan menurut masyarakat pada saat itu, perempuan dianggap sebagai pembawa bahaya dan aib memalukan. Pandangan seperti ini dapat dilihat dalam Al-Qur'an surat an-Nahl [16]: 58-59; dan ditegaskan lagi pada surat at-Takwir [81]: 8-9.

Islam hadir untuk menyelamatkan dan membebaskan kaum perempuan dari kehidupan yang menyiksa. Al-Qur'an mengajarkan kaum laki-laki dan perempuan agar saling menyayangi dan mengasihi (QS. Ar-Rum [30]: 21). Atas dasar inilah maka setiap pandangan atau asumsi yang menyatakan bahwa islam merendahkan dan melecehkan perempuan adalah salah besar, karena sifat merendahkan dan melecehkan, atau mencederai apalagi menindas manusia merupakan pelanggaran terhadap hak-hak Tuhan.

Al-Qur'an memberikan kepada kaum perempuan hak-hak yang sama dengan laki-laki yaitu dalam (Qs. al-Baqarah: 228) :

وَالْمُطَلَّقَاتُ يَتَرَبَّصْنَ بِأَنْفُسِهِنَّ ثَلَاثَةَ قُرُوءٍ ۚ وَلَا يَحِلُّ لَهُنَّ أَنْ يَكْتُمْنَ مَا خَلَقَ اللَّهُ فِي أَرْحَامِهِنَّ إِنْ كُنَّ يُؤْمِنْنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ ۚ وَبِعُولَتِهِنَّ أَحَقُّ بِرَدِّهِنَّ فِي ذَلِكَ إِنْ أَرَادُوا إِصْلَاحًا ۚ وَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَ بِالْمَعْرُوفِ ۚ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَ دَرَجَةٌ ۗ وَاللَّهُ عَزِيزٌ حَكِيمٌ ﴿٢٢٨﴾

*“...Dan para wanita mempunyai hak yang seimbang dengan kewajibannya menurut cara yang ma'ruf (yang patut)” Nabi SAW dalam sabdanya juga menempatkan perempuan sebagai “mitra laki-laki” (an-Nisaa Syaqa-iq ar-rijaal).*

Dari ayat-ayat diatas sesungguhnya telah cukup membekali kita untuk menyatakan bahwa islam benar-benar *concern* yang sangat tinggi untuk memberikan pembelaan dan perlindungan terhadap kaum perempuan; dan dari

cuplikan ayat dan hadits nabi diatas bahwa dalam teologi islam, sifat pemaksaan atau perampasan hak terhadap perempuan dalam bentuk apa pun tidak dapat dibenarkan sebab laki-laki dan perempuan memiliki kesamaan yang penuh, dalam beramal dan beribadah dalam kehidupan sosial. Agama islam dengan tegas menolak praktik-praktik kekerasan.

Meski demikian, Kita telah menyaksikan dalam realitas sosial kaum muslimin sampai hari ini posisi perempuan masih lemah. Kita mendapatkan banyak pandangan kaum muslimin yang belum memberikan responsi atas gagasan dan arah yang dikehendaki oleh islam. Mayoritas penafsir teks-teks otoritas al-Qur'an dan Sunnah masih tetap konservatif dengan menyatakan bahwa kaum perempuan memang diciptakan Tuhan dalam posisi dibawah laki-laki, sebagaimana secara jelas diungkapkan pada surah an-Nisaa ayat 34

## **2.3. EMOSI**

### **2.3.1. Pengertian Emosi**

Dalam kamus psikologi (Ansari, 1996) emosi adalah sesuatu yang menyangkut ekspresi dari emosi atau perubahan yang timbul dari dalam diri yang disertai emosi. Sedangkan menurut Crow & Crow beliau mengartikan emosi sebagai sesuatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi sebagai *unner adjustment* (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu. Sedangkan menurut William James (dalam Wedge, 1995) bahwa emosi adalah kecenderungan untuk memiliki

perasaan yang khas bila berhadapan dengan objek tertentu dalam lingkungannya.<sup>62</sup>

Perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang sedang berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting olehnya. Emosi diwakili oleh perilaku yang mewakili (mengekspresikan) kenyamanan atau ketidaknyamanan dari keadaan atau interaksi yang sedang dialami (Campos, 2004; saarni dkk., 2006).<sup>63</sup>

Menurut James-Lange menyebutkan bahwa emosi timbul setelah terjadinya reaksi psikologik. Jadi, kita senang karena kita meloncat setelah melihat pengumuman dan kita takut karena kita lari setelah melihat ular. Cannon dalam teorinya menyebutkan bahwa karena gejala emosi itu menyiapkan seseorang untuk mengatasi keadaan yang genting, orang-orang yang primitif membuat *survive* dalam hidupnya.<sup>64</sup>

### 2.3.2. macam – macam Emosi

John B. Watson (2002, 411) mengemukakan beberapa macam emosi, yaitu:<sup>65</sup>

- a. Takut merupakan salah satu kekuatan utama yang mendorong dan menggerakkannya. Reaksi yang timbul di dalam individu, lalu menggerakkan individu untuk melindungi diri terhadap rangsangan

<sup>62</sup> Alex Sobur. (2009). *Psikologi Umum*, Bandung : CV Pustaka Setia. Hlm.399

<sup>63</sup> John, W. Santrock. (2007). *Perkembangan Anak, Edisi Ketujuh, Jilid Dua*. Erlangga: PT Gelora Aksara Pratama. Hlm: 6-7.

<sup>64</sup> Ibid. Hlm: 402

<sup>65</sup> Ibid. Hlm: 410-422.

atau bahaya dariluar, menjauhidiri dari sesuatu yang dapat menyakitkan diri, melukai diri, atau menimbulkan bahaya lainnya.

- b. Marah Navaco mengemukakan bahwa amarah “bisa dipahami sebagai reaksi tekanan perasaan”. Yang mereka maksudkan pada dasarnya adalah bahwa orang cenderung menjadi marah dan terdorong menjadi agresif jika harus menghadapi keadaan yang mengganggu.
- c. Cinta salah satu contoh ekspresi cinta adalah masa remaja yang menjalin asmara. Rasa cinta dua remaja yang berlainan jenis menyebabkan adanya rasa ingin selalu bertemu. Selain itu juga ekspresi rasa cinta diantaranya; penerimaan, persahabatan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, kemesraan kasih.

### 2.3.3. Emosi menurut Perspektif Islam.

Emosi dan perasaan akan bergolak dikarenakan dua hal; kegembiraan yang memuncak dan musibah yang berat. Allah berfirman dalam Al-Qur'an (QS. Al-Hadid : 23).

لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ ۗ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴿٢٣﴾

Artinya: “Kami jelaskan yang demikian itu supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu”.

Maka dari itulah, Rasulullah bersabda, “Sesungguhnya kesabaran itu ada pada benturan yang pertama.” Barangsiapa mampu menguasai perasaannya dalam setiap peristiwa, baik yang memilukan dan juga yang menggembarakan, maka dialah orang yang sejatinya memiliki kekukuhan iman dan keteguhan keyakinan.

Dari ayat dan hadits diatas dapat disimpulkan bahwa barang siapa yang akan senantiasa bersyukur tatkala mendapat kesenangan dan bersabar tatkala berada dalam kesusahan. Karena emosi yang tak terkendali hanya akan melelahkan, menyakitkan, dan meresahkan diri sendiri. Sebab, ketika marah, misalnya, maka kemarahannya akan meluap dan sulit dikendalikan. Dan itu akan membuat seluruh tubuhnya gemetar, mudah memaki siapa saja, seluruh isi hatinya tertumpah ruah, nafasnya tersengal-sengal, dan ia akan cenderung bertindak sekehendak nafsunya. Adapun saat mengalami kegembiraan, ia menikmatinya secara berlebihan, mudah lupa diri, dan tak ingat lagi siapa dirinya.

Begitulah manusia, ketika tidak menyukai seseorang, ia cenderung menghardik dan mencelanya. Akibatnya, seluruh kebaikan orang yang tidak ia sukai tersebut tampak lenyap begitu saja. Demikian pula ketika menyukai orang lain, maka orang itu akan terus ia puja dan sanjung setinggi-tingginya seolah-olah tak ada cacatnya. Dalam sebuah hadist dikatakan: Cintailah orang yang engkau cintai sewajarnya, karena siapa tahu ia akan menjadi musuhmu di lain waktu, dan bencilah musuhmu itu sewajarnya, karena siapa tahu dia menjadi sahabatmu di lain waktu.”

Dalam sebuah hadits Rasulullah bersabda, “Ya Allah saya minta pada-Mu keadilan pada saat marah dan lapang dada.” Barangsiapa mampu menguasai emosinya, mengendalikan akalnya dan menimbang segalanya dengan benar, maka ia akan melihat kebenaran, akan tahu jalan yang lurus dan akan menemukan hakekat.

لَقَدْ أَرْسَلْنَا رُسُلَنَا بِالْبَيِّنَاتِ وَأَنْزَلْنَا مَعَهُمُ الْكِتَابَ وَالْمِيزَانَ لِيَقُومَ النَّاسُ بِالْقِسْطِ وَأَنْزَلْنَا الْحَدِيدَ فِيهِ بَأْسٌ شَدِيدٌ وَمَنْفَعٌ لِلنَّاسِ وَلِيَعْلَمَ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ وَرُسُلَهُ بِالْغَيْبِ إِنَّ اللَّهَ قَوِيٌّ عَزِيزٌ

*“Sesungguhnya, Kami telah mengutus rasul-rasul dengan membawa bukti-bukti yang nyata dan telah Kami turunkan bersama mereka al-Kitab dan neraca (keadilan) supaya manusia dapat melaksanakan keadilan”.* (QS. Al-Hadid: 25).

Dalam hal ini begitu jelas Islam mengajarkan keseimbangan norma, budi pekerti, dan perilaku sebagaimana ia mengajarkan manusia keadilan yang lurus, syariat yang diridhai, dan agama yang suci, agar kita selalu berperilaku dengan baik yang mana tidak selalu mengedepankan emosi dalam segala hal.

## **2.4. Kekerasan Emosional**

### **2.4.1. Pengertian kekerasan emosional**

Kekerasan emosional, juga disebut sebagai pelecehan emosional atau pelecehan mental, yang mana bentuk kekerasan ini ditandai oleh orang lain yang menundukkan atau mengekspos perilaku yang dapat mengakibatkan trauma psikologis, termasuk kecemasan, depresi kronis, dan stres. Kekerasan seperti ini sering pula dikaitkan dengan situasi ketimpangan kekuasaan, individu akan menanggapi ancaman yang dirasakan dengan perasaan diteror, kesedihan atau kemarahan, Dutton (1998).<sup>66</sup>

Menurut Stockholm Kekerasan emosional merujuk kepada kekerasan secara kejiwaan di mana seseorang mencoba mengontrol pikiran, perasaan dan kemauan orang lain. Orang yang melakukan kekerasan ini biasanya mencoba

<sup>66</sup> Venessa Blair Watts. (2011). The Effect of Harmful Family Dynamics on Continuous Dating Violence. San Diego: Tesis. Master of Arts in Psychology hlm: 16

untuk memberikan rasa takut kepada orang lain dengan cara menggunakan kekerasan verbal, ketidaksetujuan kepada seseorang dan melakukan kritik di antara orang lain. Orang yang melakukan kekerasan emosional juga bisa melakukan intimidasi, manipulasi dan melakukan penghinaan untuk menanamkan rasa takut pada korban. Dengan cara-cara tersebut korban akan kehilangan identitas, rasa penghargaan diri, rasa percaya diri dan harga diri. Dengan kata lain, korban akan dicuci otaknya.<sup>67</sup>

Selanjutnya Stockholm juga menjelaskan bahwa kekerasan emosional bisa dilakukan dalam banyak bentuk. Pada sebuah kejadian, pelaku meminta hal yang tidak realistis kepada korban. Misalnya meminta agar korban memberi perhatian lebih kepada pelaku, bahkan ketika tidak diminta. Sayangnya, pelaku tidak pernah merasa puas dengan hasil yang mereka dapatkan. Pelaku mungkin tetap mengkritik korban jika tidak mendapat yang mereka mau, mereka cenderung melakukan kekerasan emosional yang lebih tinggi.

Menjadi agresif adalah bentuk lain dari kekerasan emosional, di mana pelaku bertindak sangat agresif terhadap korban. Misalnya mengancam korban, mengata-ngatai sambil menyalahkan dan menuduh korban atas hal-hal yang tidak masuk di akal. Menjadi agresif juga bisa dalam bentuk mengkritik, yang bertujuan untuk meremehkan, mengontrol dan mengintimidasi korban. Kekacauan yang biasanya dilakukan oleh pelaku dengan jalan memberikan argumen akan cenderung menjadi suatu hal yang bersifat 'kecanduan' bagi si pelaku terhadap sang korbannya. Pelaku akan tetap membuat konflik yang tidak seharusnya.

---

<sup>67</sup> Stockholm. (2011). Kekerasan Emosional. *Artikel*. AFP. Hal: 1. (Akses 18-07-2011).

Penyangkalan adalah bentuk lain dari kekerasan emosional dimana pelaku menolak untuk memberikan dukungan secara emosional dari korban ketika korban memerlukannya dengan tujuan untuk menyakiti, menghukum dan menghina korban. Pelaku juga menyangkal pernah menyakiti korban dan menarik diri dari korban. Pelaku menjadi bisu dan tuli kepada korban dan ini merujuk sebagai perlakuan bisu.

Sehingga pelaku kekerasan emosional juga mencoba mengontrol korban dengan cara mendominasi korban sehingga membuat korban hilang identitas. Pemerasan emosional adalah taktik lainnya dengan cara mengeksploitasi rasa bersalah, rasa takut dan nilai diri pada korban. Pelaku juga mengeksploitasi rasa empati korban dengan menjadi 'terlalu sensitif', dimana mereka merasa tidak ingin menerima kenyataan yang ada. Sering pelaku kekerasan adalah orang yang memiliki pengalaman pribadi mengenai kekerasan itu sendiri, baik ketika masih anak-anak atau pada masa pertumbuhan. Mereka menjadi agresif dan brutal yang bisa jadi didapatkan dari pengalaman berada di rumah yang penuh kekerasan. Para pelaku juga cenderung merupakan orang terlalu posesif kepada orang lain, dan akhirnya mengontrol korban dengan secara emosional. kekerasan emosi juga dapat mengakibatkan depresi, rendah diri, terisolasi, serta penyalahgunaan narkoba untuk bisa lari dari kenyataan.<sup>68</sup>

Menurut Nichols (2006), kekerasan emosional adalah tindakan atau tingkah laku non fisisk yang digambarkan dalam bentuk perilaku menghina, mencemooh, memermalukan, merendahkan, atau yang dapat menyebabkan sakit

---

<sup>68</sup> Ibid. Hlm: 1

hati pada seseorang.<sup>69</sup> Namun ada pula jenis tingkah laku fisik yang dapat dikategorikan sebagai kekerasan emosional yaitu tindak kekerasan simbolis (*symbolic violence*) yang meliputi tingkah laku yang mengintimidasi seperti membanting pintu, menendang tembok, membanting benda-benda tertentu, menyetir secara ugal-ugalan saat korban berada dalam kendaraan, dan mengancam akan atau menghancurkan sesuatu yang menjadi milik korban. Bentuk kekerasan emosional termasuk didalamnya adalah menghina, mengutuk, meremehkan, mengancam, meneror, menghilangkan hak milik, mengasingkan dari keluarga dan teman, termasuk pula perilaku *possessiveness* seperti cemburu yang berlebihan.<sup>70</sup> Sedangkan Menurut Loring (1994) kekerasan emosional merupakan salah satu bentuk tindak kekerasan yang paling sering ditemui, namun orang yang terlibat di dalamnya seringkali tidak menyadarinya. Korban seringkali bahkan yakin bahwa merekalah yang bersalah sehingga hubungan interpersonal yang mereka jalin tidak berjalan dengan baik. Subjek tidak menganggap bahwa sebenarnya dirinya adalah korban.<sup>71</sup>

#### **2.4.2. Aspek-aspek kekerasan emosional**

Thompson membagi aspek-aspek kekerasan emosional dalam tiga kategori yang berbeda:<sup>72</sup>

---

<sup>69</sup> Venessa Blair Watts. (2011). The Effect of Harmful Family Dynamics on Continuous Dating Violence. San Diego: *Tesis*. Master of Arts in Psychology. Hlm: 12

<sup>70</sup> Ibid. Hlm: 7

<sup>71</sup> Ibid. Hlm: 7

<sup>72</sup> Wikipedia, ensiklopedia bebas akses 13-7-2011

1. Agresi verbal (misalnya, "pasangan Anda telah mengatakan sesuatu yang membuatmu kesal / mengganggu, memaki, memarahi, intimidasi dll");
2. Perilaku dominan (misalnya, "Saya telah mencoba untuk mencegah pasangan untuk melihat orang lain/ berbicara kepada keluarga maupun teman");
3. Perilaku cemburu (misalnya, "Pasangan Anda menuduh Anda menjalin hubungan paralel lain").

#### **2.4.3. Bentuk-bentuk Kekerasan Emosional**

Dewasa ini Banyak orang berpikir bahwa kekerasan fisik lebih fatal daripada kekerasan emosional. Faktanya, keduanya sama-sama dapat berakibat fatal. Jika kekerasan fisik dapat berakibat luka di badan, cacat, dan kematian, sedangkan kekerasan emosional dapat menyebabkan luka batin yang sangat dalam. Yang mana dalam hal ini sangat berhubungan dengan perasaan maka kekerasan emosional sulit dibuktikan dan lebih jarang terekspos dibandingkan kekerasan fisik.

Menurut John Michael Bentuk dari kekerasan emosional bermacam-macam bisa berupa:<sup>73</sup>

- Verbal (membentak, menyalahkan, mempermalukan, menghina)

---

<sup>73</sup> John Michael. (2011). Mengenal Kekerasan Emosional dalam Sebuah Hubungan. *Artikel*. Hlm: 1.

- Finansial (melarang pasangan bekerja, menguasai keuangan, mengontrol keuangan dengan keras)
- Isolasi dari dunia luar
- Intimidasi
- Tidak mempedulikan pasangan (dicuekin)
- Mengendalikan hidup pasangan, dan banyak lagi

John Michael juga membagi dua peran yang terlibat dalam kekerasan emosional dalam sebuah hubungan:<sup>74</sup>

#### **2.4.3.1. Si pelaku kekerasan:**

Orang yang berada dalam peran ini adalah orang yang selalu menuntut untuk dihormati dan takut ditinggalkan (posesif). Sering juga terjadi, ia memiliki rasa sakit hati dan trauma karena peristiwa masa lalu (oleh orang tua atau teman-temannya) sehingga ia melampiaskannya justru kepada orang yang diklaim ia cintai. Berikut ini adalah tanda-tanda kekerasan emosional dari si pelaku:

- a. Mengabaikan perasaan pasangannya
- b. Tidak menghormati pasangannya
- c. Menjelek-jelekan dan mengejek pasangan di tempat umum
- d. Tidak memberikan apresiasi dan kasih sayang
- e. Memastikan pasangannya tidak mendapatkan apa yang diinginkan
- f. Mengancam
- g. Memanipulasi dengan kebohongan

---

<sup>74</sup> Ibid. Hlm: 1

- h. Menuntut sesuatu yang tidak masuk akal
- i. Memberikan batasan-batasan yang tidak realistis

#### **2.4.3.2. Si korban:**

Cukup sulit untuk mengidentifikasi dan menilai korban kekerasan emosional tanpa kita bertanya sendiri atau si korban bercerita. Maka dari itu kita yang harus peka terhadap tanda-tanda berikut ini:

- a. Perasaan depresi
- b. Penarikan diri dari interaksi sosial
- c. Diisolasi dari teman dan keluarga
- d. Kepercayaan diri yang rendah
- e. Sering terlihat takut
- f. Sering gelisah
- g. Merasa malu
- h. Tidak mempercayai orang lain
- i. Sering menyalahkan diri sendiri dan orang lain
- j. Mencoba bunuh diri
- k. Emosi tidak stabil
- l. Sering berbohong
- m. Merasa pesimis dengan hidup
- n. Memakai narkoba
- o. Menghindari kontak mata

Tanda-tanda tersebut awalnya akan tampak kurang jelas, akan tetapi seiring waktu berjalan, apabila kita tidak berusaha untuk menyelesaikannya maka pelaku kekerasan emosional akan semakin menjadi-jadi dan semakin jelas melakukan kekerasan tersebut. Akibat utama dari kekerasan emosional adalah si korban takut untuk ditinggalkan. Di banyak kasus, si korban percaya bahwa tidak ada orang lain yang suka/ingin bersama dirinya, kecuali si pelaku. Sehingga ia terus berada di situasi yang tidak menyenangkan itu. Si korban merasa malu dan terus menyimpan rahasia tentang kekerasan yang dialami.

Jika kekerasan emosional ini berlanjut maka dapat memperburuk keadaan orang tersebut dan dapat membawa ia ke gangguan psikologis dan emosional. Saat mengalami kekerasan ini atau jika kita mengamati seseorang yang mengalaminya, maka harus berkonsultasi dan mencari bantuan dari polisi maupun profesional. Jalan terbaik untuk mencegah kekerasan emosional adalah kesadaran pribadi dan pemahaman terhadap hak dan kewajiban kita serta berkomunikasi secara asertif.

#### **2.4.4. Kekerasan emosional dalam prespektif Islam**

Dari sisi bahasa dan dari terminology penggunaannya, kata kekerasan yang dalam bahasa Arab sering disebut dengan *khusyunat*, dan dalam bahasa Inggris berarti *violence* sering diartikan dengan; “Suatu tindakan yang bersandar pada penggunaan ketegasan ekstra”. Sebagian lagi mendefiniskannya sebagai; “Prilaku yang bertentangan dengan kelembutan dan sesuatu yang natural”. Tentu pendefinisian semacam itu adalah definisi yang bersumber dari konsep abstrak

yang sangat memungkinkan adanya perbedaan redaksi dan tolok ukur kriterianya.<sup>75</sup>

Namun begitu Islam sebagai agama yang diturunkan melalui Muhammad bin Abdillah saw sebagai *rahmatan lil 'alamin* (rahmat bagi semesta alam) lebih mengutamakan cara dialog dibandingkan cara kekerasan. Hal itu sebagaimana yang telah di jelaskan dalam ayat al-Quran yang berbunyi:<sup>76</sup>

وَإِنْ أَحَدٌ مِنَ الْمُشْرِكِينَ اسْتَجَارَكَ فَأَجِرْهُ حَتَّى يَسْمَعَ كَلِمَ اللَّهِ ثُمَّ أَبْلِغْهُ مَأْمَنَهُ ۚ ذَٰلِكَ بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٩﴾

*“Jika mereka bertaubat dan mendirikan shalat dan menunaikan zakat, maka berilah kebebasan kepada mereka untuk berjalan” (Q.S. At-Taubah: 9).*

## **2.5. Hubungan Asertifitas Dengan Kecenderungan Mengalami Kekerasan Emosional pada Perempuan Berpacaran**

Kasus kekerasan dalam pacaran selalu meningkat setiap tahunnya dan memiliki dampak negatif yang dapat menimbulkan konsekuensi yang panjang dalam hidup perempuan. Kekerasan dalam pacaran ini lebih banyak dialami oleh para perempuan, dan perempuan juga rentan terkena kekerasan seksual dari pasangannya serta lebih mengalami banyak luka-luka baik fisik maupun emosional dari para pria.

<sup>75</sup> Muchtar lutfi. Islam dan Tindak Kekerasan <http://www.google.com>. (akses: 13-7-2011)

<sup>76</sup> Ibid.

Kekerasan dalam berpacaran telah banyak terjadi di Indonesia seperti yang dipaparkan Alvita dkk. (2009) dalam Harian Suara Merdeka (8 Maret 2009) bahwa terdapat 28 kasus kekerasan dalam berpacaran. Rifka Annisa, sebuah Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang bergerak di bidang kesehatan reproduksi dan jender menemukan bahwa sejak tahun 2001– 2005, dari 1683 kasus kekerasan yang ditangani, 385 diantaranya adalah kekerasan dalam berpacaran. Rumah Sakit Bhayangkara di Makassar yang menangani masalah kekerasan terhadap perempuan mendapatkan bahwa dari tahun 2005-2006 ada 7 kasus kekerasan dalam pacaran yang dilaporkan. Sedangkan PKBI Yogyakarta mendapatkan bahwa dari bulan Januari hingga Juni 2008 saja, terdapat 47 kasus kekerasan dalam berpacaran, 57% di antaranya adalah kekerasan emosional, 20% mengaku mengalami kekerasan seksual, 15% mengalami kekerasan fisik, dan 8% lainnya merupakan kasus kekerasan ekonomi.<sup>77</sup>

Berdasarkan data diatas, menunjukkan tindak kekerasan yang terjadi saat berpacaran cukup mengkhawatirkan dan sangat merugikan bagi para wanita. Hal tersebut berkaitan dengan dampak yang diterima oleh korban kekerasan dalam berpacaran. sehingga Apabila pada masa remajanya seseorang mendapat perlakuan yang kasar baik secara fisik maupun psikis maka akan dapat mengganggu kestabilan jiwanya, maka hal ini dapat membawa dampak yang buruk bagi perkembangannya, terutama perkembangan jiwanya saat ia dewasa.

Terjadinya kekerasan dalam berpacaran ini dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah adanya internalisasi peran jender. Peran jender yang

---

<sup>77</sup> Kompas. 20 juli 2002 dalam <http://www.bkkbn.go.id> akses : 09-06-2011

sudah terinternalisasi tersebut, turut mempengaruhi bagaimana seseorang menyikapi konflik dalam hubungan berpacaran. Dalam prosesnya, wajar jika terjadi konflik atau perselisihan dalam berpacaran, namun konflik itu sendirinya pada akhirnya dapat menjadi kekerasan jika individu-individu di dalamnya tidak menyikapinya dengan toleransi dan berperilaku asertif terhadap pasangannya.

Menurut Nichols (2006), kekerasan emosional adalah tindakan atau tingkah laku non fisik yang digambarkan dalam bentuk perilaku menghina, mencemooh, memermalukan, merendahkan, atau yang dapat menyebabkan sakit hati pada seseorang.<sup>78</sup> Namun ada pula jenis tingkah laku fisik yang dapat dikategorikan sebagai kekerasan emosional yaitu tindak kekerasan simbolis (*symbolic violence*) yang meliputi tingkah laku yang mengintimidasi seperti membanting pintu, menendang tembok, membanting benda-benda tertentu, menyetir secara ugal-ugalan saat korban berada dalam kendaraan, dan mengancam akan atau menghancurkan sesuatu yang menjadi milik korban. Bentuk kekerasan emosional termasuk didalamnya adalah menghina, mengutuk, meremehkan, mengancam, meneror, menghilangkan hak milik, mengasingkan dari keluarga dan teman, termasuk pula perilaku *possessiveness* seperti cemburu yang berlebihan.<sup>79</sup> Sedangkan Menurut Loring (1994) kekerasan emosional merupakan salah satu bentuk tindak kekerasan yang paling sering ditemui, namun orang yang terlibat di dalamnya seringkali tidak menyadarinya. Korban seringkali bahkan yakin bahwa merekalah yang bersalah sehingga hubungan interpersonal

---

<sup>78</sup> Venessa Blair Watts. (2011). The Effect of Harmful Family Dynamics on Continuous Dating Violence. San Diego: *Tesis*. Master of Arts in Psychology. Hlm : 12

<sup>79</sup> Ibid.

yang mereka jalin tidak berjalan dengan baik. Subjek tidak menganggap bahwa sebenarnya dirinya adalah korban.

Menurut Israr (dalam Nita, 2010) penyebab terjadinya kekerasan dalam berpacaran antara lain: kecenderungan korban menyalahkan diri (tidak berani menolak atau berkata “tidak”), menutup diri, menghukum diri, menganggap dirinya aib. Faktor-faktor penyebab ini berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam mengungkapkan perasaan, pikiran, kebutuhan yang dimiliki secara jujur tanpa merugikan orang lain dan diri sendiri (asertif).<sup>80</sup> Argumentasi di atas didukung oleh pendapat Hadi dan Aminah (1998) yang menyatakan bahwa ketidakmampuan seseorang untuk asertif juga menjadi penguat bagi terjadinya perilaku kekerasan.<sup>81</sup>

Menurut Lew (dalam Loring, 1994), efek dari kekerasan emosional pada dasarnya sama bagi korban perempuan maupun laki-laki. Namun, karena perempuan dibesarkan dalam masyarakat yang menuntut mereka untuk menjadi pribadi yang pasif, lemah, dan tidak berdaya maka saat mereka menjadi korban, masyarakat lebih mudah menunjukkan simpati. Namun bukan berarti bahwa perempuan lebih mudah dalam menghadapi kekerasan emosional dibandingkan laki-laki. Sebaliknya, penerimaan masyarakat terhadap peran perempuan sebagai korban malah menjadi pembenaran terjadinya kekerasan emosional dan menghalangi pemulihannya. Tetapi yang perlu diingat adalah bahwa saat yang menjadi korban kekerasan emosional adalah laki-laki, ada masalah tertentu yang tidak dialami oleh korban perempuan. Pada kenyataannya, budaya pada

---

<sup>80</sup> Nita Ardiantini, (2010). Hubungan Asertifitas dengan Kekerasan Bepacaran. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hlm: 6

<sup>81</sup>Ibid. Hlm:7

masyarakat secara umum tidak memberikan ruang kepada laki-laki yang menjadi korban.<sup>82</sup>

Pesan seperti ini membuat perempuan cenderung untuk mengabaikan dampak dari tindak kekerasan untuk mengecilkan kebutuhan mereka sendiri. Hal ini terjadi baik pada pasangan yang masih berstatus pacaran ataupun pasangan yang sudah menikah. Namun pacaran sebenarnya tidak terdapat mekanisme pertanggungjawaban. Jika terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti kehamilan di luar nikah, maka orang yang tidak bertanggungjawab dengan mudah akan melarikan diri. Dengan dalih bahwa hubungan yang mereka lakukan adalah karena “atas dasar cinta”.<sup>83</sup>

Seharusnya, melalui perilaku asertif para perempuan diharapkan dapat mengadakan hubungan sosial dengan teman sebaya, terutama ditekankan pada hubungan interpersonal baik sejenis atau lawan jenis, yakni pasangannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan antara asertifitas dengan kekerasan emosional dalam pacaran pada perempuan yang berpacaran. Dimana antara perilaku asertif dan kekerasan emosional terdapat hubungan yang positif hal ini didasarkan pada fakta dan fenomena yang ada maka untuk melihat hubungan asertif dan kekerasan emosional dalam pacaran peneliti menyusun sendiri kuesioner perilaku asertif dan kekerasan emosional dalam pacaran. Untuk variabel perilaku asertif peneliti akan menyusun kuesioner perilaku asertif yang mengacu pada asertifitas mahasiswi dalam situasi berpacaran, dengan menggunakan teori asertifitas. Sedangkan untuk variabel kekerasan emosional

---

<sup>82</sup> Op. Cit. Hlm: 8

<sup>83</sup> Iip Wijayanto. (2003). *Pemerkosaan Atas Nama Cinta*. Yogyakarta: CV. Qalam. Hlm: 32.

dalam pacaran disusun kuesioner kekerasan emosional dalam pacaran berdasarkan teori-teori dan bentuk-bentuk kekerasan emosional dalam pacaran.

Yang mana nantinya hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara asertifitas dengan kekerasan emosional mahasiswi yang berpacaran, yakni semakin tinggi asertifitas yang dimiliki, semakin rendah kekerasan emosional terjadi dalam pacaran yang diterima oleh mahasiswi. Dengan demikian, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan dan pertimbangan bagi para mahasiswi yang berpacaran agar dapat pacaran dengan sehat dan terhindar dari kekerasan dalam pacaran. Selain itu juga dapat menjadi masukan dan pertimbangan bagi institusi pendidikan agar lebih memperhatikan masalah kekerasan dalam pacaran, sehingga dapat memberikan program preventif, seperti pelatihan asertifitas dan program intervensi bagi para mahasiswi yang terkena kekerasan emosional dalam pacaran.

Dari uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk membuktikan bahwa adanya hubungan antara asertivitas dengan kecenderungan mengalami kekerasan emosional pada mahasiswi yang berpacaran.

## **2.6. Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan permasalahan yang ada, maka dalam penelitian ini, peneliti mengacu hipotesa sebagai berikut : Ada Hubungan Antara Asertifitas terhadap Kecenderungan Mengalami Kekerasan Emosional pada mahasiswi yang Berpacaran di Prodi D III Kebidanan Semester III STIK Avicenna Kendari-Sulawesi Tenggara.