

PERILAKU ASERTIF SISWA DI SMA NEGERI 1 PADANG

SKRIPSI

*(Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling
Sebagai Salah Satu Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan)*



Oleh :

HILDA ARLENA

1100500/2011

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

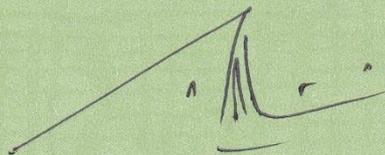
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

JUDUL : PERILAKU ASERTIF SISWA DI SMA NEGERI 1 PADANG
Nama : Hilda Arlena
NIM/BP : 1100500/2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2016

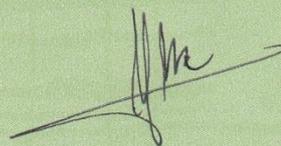
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons
NIP. 19600409 198503 1 005

Pembimbing II



Dra. Yulidar Ibrahim, M.Pd., Kons
NIP. 19550805 198103 2 002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

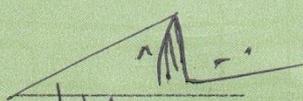
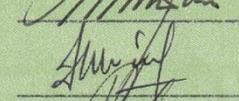
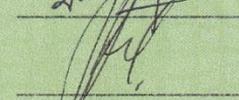
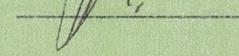
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang*

PERILAKU ASERTIF SISWA DI SMA NEGERI PADANG

Nama : Hilda Arlena
NIM/BP : 1100500/2011
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Januari 2016

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	Drs. Afrizal Sano, M.Pd. Kons.	
Sekretaris	Dra. Yulidar Ibrahim, M.Pd. Kons.	
Anggota	Prof. Dr. Mudjiran, M.S. Kons.	
Anggota	Indah Sukmawati, S.Pd. M.Pd.	
Anggota	Rezki Hariko, S.Pd. M.Pd. Kons.	

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Januari 2016
Yang menyatakan



Hilda Arlena

ABSTRAK

Judul : Perilaku Asertif Siswa di SMA Negeri 1 Padang
Peneliti : Hilda Arlena
Pembimbing : 1. Drs. Afrizal Sano, M.Pd., Kons.
2. Dra. Yulidar Ibrahim, M. Pd., Kons.

Siswa hendaknya memiliki kemampuan untuk berperilaku asertif agar dapat terhindar dari pengaruh teman sebaya serta tekanan kelompok yang negatif dan dapat merugikan diri mereka sendiri. Sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya siswa akan mulai mencoba hal-hal baru untuk menemukan dan menunjukkan jati diri mereka. Fenomena yang ditemui di sekolah adanya siswa yang tidak mampu menolak ajakan dari teman sebayanya serta memberi peluang kepada orang lain untuk mengambil keuntungan dari dirinya, dan dapat merugikan diri mereka. Ada individu menderita karena perasaan cemas, depresi, dan reaksi-reaksi ketidakhagian karena tidak mampu untuk mempertahankan, membela hak dan kepentingan pribadi.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XI SMA Negeri 1 Padang untuk mendeskripsikan perilaku asertif dengan jumlah 274 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, sehingga didapat sampel sebanyak 163 siswa. Alat pengumpul data yang menggunakan berupa skala.

Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa secara rata-rata perilaku asertif siswa dalam hal: (1) menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri tinggi, (2) berani mengemukakan pendapat secara langsung tinggi, (3) kejujuran tinggi, (4) memperhatikan situasi dan kondisi sedang, (5) bahasa tubuh tinggi. Guru bimbingan dan konseling diharapkan membantu dan membimbing siswa-siswa dalam mengembangkan perilaku asertif yang telah ada pada dirinya, agar mempertahankan perilakunya sehingga dapat diaplikasikan baik di lingkungan sekolah maupun di masyarakat. Sesuai dengan hasil penelitian peneliti, diharapkan guru bimbingan dan konseling lebih memperhatikan perilaku siswa di sekolah khususnya pada perilaku asertif agar mampu berinteraksi dengan baik terhadap guru, teman dan orang lain.

Kata Kunci : Perilaku Asertif

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, berkat rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Perilaku Asertif Siswa di SMA Negeri 1 Padang”**. Shalawat dan salam disampaikan pada Nabi Muhammad SAW, karena berkat Beliau kita mampu hidup dengan nikmat iman dan islam.

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan arahan dari berbagai pihak, baik langsung maupun tidak langsung sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Dalam kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons dan ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons selaku ketua dan sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan izin pada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Drs. Afrizal Sano M.Pd., Kons sebagai pembimbing I yang telah menyediakan waktu, pengarahan dan motivasi untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Dra. Yulidar Ibrahim, M.Pd., Kons sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktu, pengarahan dan motivasi untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons. Ibu Indah Sukmawati, S.Pd. M.Pd. dan bapak Rezki Hariko, S.Pd. M.Pd., Kons. selaku dosen penguji skripsi yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi penulis.

5. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan wawasan dan pengetahuan peneliti selama perkuliahan.
6. Keluargaku tercinta, Ibu Nurlena serta kedua saudaraku Arif Al-Anshari dan Arivaldy yang telah memberikan do'a, motivasi, semangat dan bantuan, baik moril dan materil demi selesainya penulisan skripsi ini.
7. Bapak Kepala Sekolah SMA N 1 Padang yang telah memberi kemudahan bagi peneliti dalam proses pengadministrasian instrumen.
8. Siswa/i SMA N 1 Padang yang ikut berpartisipasi terlaksananya skripsi ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa BK FIP UNP dan semua pihak yang telah memberikan bantuan serta motivasi kepada peneliti.

Untuk kesempurnaan skripsi ini penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua dalam mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bimbingan dan konseling. Tidak lupa peneliti ucapkan terimakasih atas saran dan kritikan yang diberikan demi kesempurnaan skripsi ini.

Padang, Januari 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRA	vii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Pertanyaan Penelitian.....	6
F. Asumsi Penelitian	7
G. Tujuan Penelitian	7
H. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Perilaku Asertif	9
1. Perilaku Asertif	9
2. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Perilaku Asertif	12
3. Tipe-tipe Perilaku Asertif.....	15
4. Ciri-ciri Perilaku Asertif	17
5. Manfaat Perilaku Asertif	20
B. Implikasi Perilaku Asertif Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling	21
C. Kerangka Konseptual.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Jenis dan Sumber Data.....	27

D. Definisi Operasional	28
E. Instrumen Penelitian	28
F. Teknik Pengumpulan Data.....	30
G. Teknik Analisis Data	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Analisis Deskriptif	34
1. Menghormati Hak-hak Orang Lain dan Diri Sendiri.....	34
2. Berani Mengemukakan Pendapat Secara Langsung	38
3. Kejujuran	42
4. Memperhatikan Situasi dan Kondisi.....	45
5. Bahasa Tubuh	48
6. Rekapitulasi Perilaku Asertif	52
B. Pembahasan Hasil Penelitian	54
1. Menghormati Hak-hak Orang Lain dan Diri Sendiri.....	54
2. Berani Mengemukakan Pendapat Secara Langsung	60
3. Kejujuran	64
4. Memperhatikan Situasi dan Kondisi.....	66
5. Bahasa Tubuh	69
C. Implikasi Perilaku Asertif Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling	71
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	74
B. Saran.....	75
DAFTAR KEPUSTAKAAN	76
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1 : Populasi Penelitian	26
Tabel 2 : Sampel Penelitian	27
Tabel 3 : Alternatif dan Skor Jawaban Skala	29
Tabel 4 : Kategori Skor Perilaku Asertif Secara Keseluruhan.....	31
Tabel 5 : Kelas Interval Skor Rata-rata per Item	32
Tabel 6 : Mempertahankan Hak	35
Tabel 7 : Menolak Permintaan	36
Tabel 8 : Menghargai Orang Lain.....	37
Tabel 9 : Mengemukakan Pendapat Secara Langsung.....	39
Tabel 10 : Mengkomunikasikan Perasaan dan Pikiran.....	40
Tabel 11 : Memulai dan Terlibat dalam Percakapan	41
Tabel 12 : Mengekspresikan Diri Secara Jujur.....	43
Tabel 13 : Mengungkapkan Perasaan Suka dan Simpati	44
Tabel 14 : Memperhatikan Lokasi dan Waktu	46
Tabel 15 : Mengungkapkan Ketidaksenangan	47
Tabel 16 : Kontak Mata.....	49
Tabel 17 : Nada Suara.....	50
Tabel 18 : Ekspresi Muka.....	51
Tabel 19 : Rekapitulasi Perilaku Asertif	53

DAFTAR LAMPIRAN

Tabel	Halaman
Lampiran 1 : Angket Penelitian	79
Lampiran 2 : Tabulasi Data Perilaku Asertif Siswa	86
Lampiran 3 : Tabulasi Data Menghormati Hak-hak Orang Lain dan Diri Sendiri	94
Lampiran 4 : Tabulasi Data Berani Mengemukakan Pendapat Secara Langsung	100
Lampiran 5 : Tabulasi Data Kejujuran	105
Lampiran 6 : Tabulasi Data Memperhatikan Situasi dan Kondisi	110
Lampiran 7 : Tabulasi Data Bahasa Tubuh	114
Lampiran 8 : Surat Izin Mengumpulkan Data Awal	115
Lampiran 10 : Surat Izin Penelitian dari Jurusan.....	116
Lampiran 10 : Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan	117
Lampiran 11 : Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah	118

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa dimana individu mulai meninggalkan masa anak-anaknya. Menurut Elida Prayitno (2006:6) individu dikatakan remaja apabila individu tersebut telah mengalami masa baligh atau telah berfungsinya hormon reproduksi, sehingga individu yang wanita akan mengalami menstruasi dan yang laki- laki mengalami mimpi basah. Masa remaja ini biasanya terjadi pada individu yang sudah beranjak ke sekolah menengah atas.

Pada masa ini remaja sudah dianggap bagian dari masyarakat yang dituntut untuk dapat berkomunikasi dengan orang lain di lingkungannya. Lingkungan yang dimaksud diantaranya adalah sekolah karena hampir sebagian waktu remaja dihabiskan dan digunakan untuk berinteraksi di sekolah. Tugas remaja sebagai siswa di sekolah adalah belajar, karena dengan belajar siswa akan memperoleh perubahan yang positif dan dapat berkembang secara optimal, baik ranah kognitif dan psikomotornya.

Remaja sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya akan mulai mencoba hal-hal baru untuk menemukan dan menunjukkan jati diri mereka. Remaja lebih membutuhkan banyak kesempatan untuk melatih dan membiasakan diri untuk pengambilan keputusan yang lebih realistis, karena kebanyakan remaja mengambil keputusan dalam situasi stres yang mengandung banyak faktor keterbatasan waktu dan melibatkan emosi, sehingga tidak sedikit dari mereka yang

tidak pernah bisa menolak ajakan dari teman sebayanya serta memberi peluang kepada orang lain untuk mengambil keuntungan dari dirinya, hal tersebut juga sangat merugikan diri mereka. Menurut Mochamad Nursalim (2013:141) banyak manusia menderita karena perasaan cemas, depresi, dan reaksi-reaksi ketidakbahagian itu karena tidak mampu untuk mempertahankan, membela hak dan kepentingan pribadi. Berdasarkan hal tersebut, remaja memerlukan kemampuan untuk berperilaku asertif agar dapat terhindar dari pengaruh teman sebaya serta tekanan kelompok yang negatif dan dapat merugikan diri mereka sendiri. Untuk itu perlu layanan bimbingan dan konseling dalam mengembangkan perilaku asertif pada remaja.

Yulmirti (2014:34) berpendapat bahwa perilaku asertif adalah kemampuan mengungkapkan perasaan, meminta apa yang seseorang inginkan dan mengatakan tidak untuk hal yang tidak mereka inginkan. Selanjutnya individu asertif memiliki ciri terbuka pada orang lain meskipun berdeda pandangan, mampu mengekspresikan diri dengan jelas, serta mampu berkomunikasi secara efektif. Perilaku asertif ini merupakan cara yang paling efektif dalam hubungan interpersonal karena kedua pihak akan merasa nyaman dalam menyatakan dirinya secara jujur yang akan menimbulkan kepuasan dalam hubungan interpersonal. Sejalan dengan pendapat sebelumnya Lazarus (dalam Mochamad Nursalim (2013:140) menyatakan bahwa perilaku asertif sama dengan kemampuan interpersonal yaitu: kemampuan menyatakan tidak, kemampuan membuat pernyataan atau permintaan, kemampuan mengekspresikan

perasaan baik positif maupun negatif, kemampuan membuka dan mengakhiri percakapan.

Rahmat Hidayat (2013) dalam penelitiannya di SMP Negeri 13 Padang, bahwa perilaku asertif pada penelitian ini dinyatakan dalam kategori sedang. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian Porpita (2007) didapatkan bahwa perilaku asertif siswa kelas XI SMK Islam 1 Blitar berada pada kategori sedang atau cukup.

Berdasarkan hasil observasi dan tanya jawab pada hari Kamis, tanggal 27 November 2014 dengan guru bimbingan dan konseling diperoleh informasi masih ada siswa yang menunjukkan perilaku yang tidak asertif di SMA Negeri 1 Padang. Perilaku yang tidak asertif tersebut antara lain: masih ragu-ragu dalam menyampaikan pendapat, takut bertanya kepada guru ketika tidak mengerti serta komunikasi siswa dengan siswa lainnya juga tidak asertif. Hal ini terlihat dari kasus siswa dalam berinteraksi dengan teman yang satu dan dengan yang lainnya yaitu kaku dalam berbicara, mendominasi pembicaraan dan juga tidak bisa menolak ketika diajak teman untuk berbicara di dalam kelas ketika guru sedang menjelaskan materi pelajaran, siswa tersebut kurang bisa untuk mengungkapkan perasaan baik positif dan negatif. Mengungkapkan perasaan positif seperti mengungkapkan rasa simpati, serta memberikan pujian kepada temannya ketika temannya berprestasi, dan adapun dalam hal mengungkapkan perasaan negatif, yaitu ketika dihadapkan pada suatu situasi atau kondisi tertentu ia kesulitan untuk memberikan keputusan atau membuat pilihan, dan guru bimbingan dan

konseling juga menuturkan, bahwa perilaku asertif siswa tersebut bisa ditunjukkan pada waktu dan kondisi tertentu saja. Berdasarkan hasil tanya jawab pada hari Kamis, tanggal 27 November 2014 dengan tujuh orang siswa, mereka menyatakan bahwa masih belum mampu untuk bertingkah laku asertif seperti mengungkapkan perasaan positif contohnya dalam mengucapkan terimakasih saat dibantu oleh teman, mengungkapkan rasa kagum pada teman yang berprestasi, sulit untuk minta tolong ketika sedang mengalami kesulitan.

Selanjutnya tidak berani menyampaikan pendapat, pikiran dan perasaan misalnya tidak suka terhadap perlakuan teman terhadap dirinya, tidak mampu untuk meminta kembali barang-barang yang dipinjam oleh temannya dan dalam hal tersebut ia lebih memilih untuk dipendam dan tidak disampaikan. Dari fenomena yang dikemukakan di atas, penulis tertarik untuk meneliti mengenai “Perilaku Asertif Siswa di SMA Negeri 1 Padang”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Ada siswa yang tidak mampu mengatakan tidak ketika diajak temannya untuk hal yang merugikan dirinya sendiri.
2. Masih ada siswa yang jarang memberikan pujian kepada temannya ketika temannya menunjukkan hal-hal baik seperti berprestasi.
3. Ada siswa yang enggan meminta bantuan atau pertolongan ketika ia dalam kesulitan baik pada guru atau temannya.

4. Beberapa siswa sulit untuk meminta kembali barang-barang yang dipinjam temannya.
5. Beberapa siswa masih ada yang berbicara dengan temannya ketika guru sedang menjelaskan materi pelajaran.
6. Ada beberapa siswa yang masih kaku berbicara di depan kelas
7. Beberapa siswa sulit untuk melakukan kontak dan mengakhiri pembicaraan dengan teman karena segan.
8. Beberapa siswa tidak mampu mengatakan tidak setuju ketika dia tidak sependapat dengan temannya.
9. Beberapa siswa kesulitan untuk memberikan keputusan atau membuat pilihan.
10. Ada siswa yang sulit untuk menyampaikan ketidaksenangan dengan perlakuan teman terhadap dirinya.
11. Masih ada siswa yang melihat catatan ketika ulangan.
12. Ada siswa yang tidak mampu menjalin hubungan komunikasi yang baik dengan temannya seperti berbicara kasar dan tidak melihat kearah lawan bicara.
13. Ada beberapa siswa yang jarang memberikan senyuman ketika bertemu dengan teman dan guru.
14. Masih ada siswa yang tidak menghargai pendapat temannya ketika temannya menyampaikan pendapat di depan kelas.
15. Ada siswa yang mengejek-ejek teman, ketika melakukan kesalahan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan Identifikasi masalah di atas, dapat penulis membatasi masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Kemampuan siswa dalam hal menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri.
2. Keberanian siswa dalam hal mengemukakan pendapat secara langsung.
3. Kemampuan siswa dalam hal kejujuran.
4. Kemampuan siswa dalam hal memperhatikan situasi dan kondisi.
5. Kemampuan siswa dalam hal bahasa tubuh.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang penulis kemukakan di atas, dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu bagaimana Perilaku Asertif pada Siswa di SMA Negeri 1 Padang?

E. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan batasan masalah di atas, pertanyaan yang akan dijawab pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana kemampuan siswa dalam hal menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri?
2. Bagaimana keberanian siswa dalam hal mengemukakan pendapat secara langsung?
3. Bagaimana kemampuan siswa dalam hal kejujuran?
4. Bagaimana kemampuan siswa dalam hal memperhatikan situasi dan kondisi?

5. Bagaimana kemampuan siswa dalam menampilkan bahasa tubuh?

F. Asumsi Penelitian

Penelitian ini bertolak dari anggapan dasar yaitu sebagai berikut:

1. Setiap individu berhak untuk menyatakan apa yang diinginkan dan apa yang tidak diinginkan.
2. Setiap individu berhak untuk jujur dalam menyampaikan pendapat, apa yang diyakininya, dan bersikap.
3. Setiap individu memiliki perasaan yang bermacam-macam, baik positif maupun negatif.

G. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan tentang perilaku asertif siswa di SMA Negeri 1 Padang, yaitu sebagai berikut:

1. Kemampuan siswa dalam hal menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri.
2. Keberanian siswa dalam hal mengemukakan pendapat secara langsung.
3. Kemampuan siswa dalam hal kejujuran.
4. Kemampuan siswa dalam hal memperhatikan situasi dan kondisi.
5. Kemampuan siswa dalam menampilkan bahasa tubuh.

H. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

- a. Siswa dapat mengembangkan diri untuk lebih asertif dengan melatih dan membiasakan diri sehingga perilaku tersebut dapat diaplikasikan di

lingkungan sekolah maupun masyarakat. Perilaku asertif yang dimiliki siswa akan memberikan dampak yang sangat positif bagi siswa itu sendiri, sehingga mereka akan lebih aktif, kreatif dan inovatif.

- b. Guru Bimbingan dan Konseling agar dapat memberikan bimbingan kepada siswa, sehingga lebih bersikap asertif. Salah satunya yaitu membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan-permasalahan siswa secara mandiri terutama yang berhubungan dengan asertif.
- c. Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan pengetahuan tentang perilaku asertif dalam ruang lingkup yang lebih luas, dan bisa memberikan pelatihan-pelatihan tentang asertivitas terhadap siswa di sekolah.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku Asertif

1. Perilaku Asertif

Di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia menyatakan bahwa asertif berarti tegas. Menurut Sue Hadfield dan Gill Hasson (2013:8) bersikap tegas adalah ekspresi yang jujur dan tepat mengenai perasaan, opini, dan kebutuhan diri sendiri. Orang yang tegas mampu memberitahu orang lain tentang hal-hal yang ia inginkan dan tidak ia inginkan. Ketegasan berarti kemampuan untuk menyatakan keinginan dengan tenang, apa yang diinginkan atau tidak diinginkan oleh seseorang, dan bagaimana ia ingin diperlakukan.

Menurut Lange dan Jakubowski (1978:28) perilaku asertif merupakan perilaku yang dapat membela kepentingan pribadi, mengekspresikan perasaan dan pikiran baik positif maupun negative secara jujur dan langsung tanpa mengurangi hak-hak atau kepentingan orang lain. Sejalan dengan pendapat sebelumnya Alberti dan Emmons (2008:45) asertivitas adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun dengan tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan pribadi dan pihak lain. Jay (2007:95) asertivitas merupakan kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan secara jujur, tidak menyakiti orang lain dan menyakiti diri sendiri serta kita mendapatkan apa yang kita inginkan.

Mike & Revoltje (2010:243) mengemukakan bahwa perilaku asertif adalah perilaku interpersonal dimana setiap individu percaya dan jujur pada diri sendiri, mampu mengungkapkan pikiran dan perasaannya, serta mampu melaksanakan hak-hak pribadi secara verbal maupun non verbal namun tidak merugikan orang lain. Esti & Nursalim (2010:3) asertivitas adalah kemampuan seseorang mengekspresikan dirinya secara terbuka tanpa menyakiti atau melanggar hak-hak orang lain, maupun mempertahankan dan meningkatkan penguat dalam situasi interpersonal melalui suatu ekspresi perasaan atau keinginan.

Menurut Sunardi (2010:2) asertif dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyatakan diri dengan tulus, jujur, jelas, tegas, terbuka, sopan, spontan, apa adanya, dan tepat tentang keinginan, pikiran, perasaan dan emosi yang dialami, apakah hal tersebut yang dianggap menyenangkan ataupun mengganggu sesuai dengan hak-hak yang dimiliki dirinya tanpa merugikan, melukai, menyinggung, atau mengancam hak-hak, kenyamanan, dan integritas perasaan orang lain. Perilaku asertif adalah menyatakan secara langsung suatu ide, opini, dan keinginan (Mohammad Rusdi, 2008:3).

Menurut Lazarus (dalam Mochamad Nursalim 2013:140) perilaku asertif sama dengan kemampuan interpersonal yaitu; (1) kemampuan menyatakan tidak, (2) kemampuan membuat pernyataan atau permintaan, (3) kemampuan mengekspresikan perasaan baik positif maupun negatif, (4) kemampuan membuka dan mengakhiri percakapan.

Selanjutnya menurut Yulmirti (2014:15) asertif adalah suatu kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun tetap menjaga dan menghargai hak-hak serta perasaan orang lain. Asertivitas adalah tentang pengenalan tujuan, pengungkapan keinginan, dan perasaan serta menghargai perasaan dan keinginan orang lain. Pengungkapan perasaan ini berarti individu dalam kondisi mampu mengurangi perasaan tidak aman, mengatasi perasaan cemas agar tidak menjadi positif dalam berhubungan dengan orang lain pada situasi tertentu. Sejalan dengan pendapat sebelumnya menurut Calhoun & Acocella (1989:406) perilaku asertif adalah sikap tegas dalam mempertahankan hak-hak pribadi dan menyatakannya perasaan secara langsung baik positif maupun negatif serta jujur tanpa menyakiti perasaan orang lain.

Komunikasi yang baik dan disampaikan secara asertif diharapkan dapat membantu individu untuk menyelesaikan masalah dengan mengekspresikan perasaan dan pemikiran tanpa harus menyinggung atau menyakiti pihak lain. Perilaku asertif pada individu mendorong berkembangnya sikap tegas dalam berkomunikasi di berbagai aktivitas. Dalam artian, baik diri sendiri maupun orang lain dapat mengambil keputusan atau melakukan tindakan tertentu berdasarkan hasil pemikiran sendiri, tanpa sikap emosional bahkan meledak-ledak.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa Perilaku asertif adalah perilaku yang menyatakan ketegasan baik verbal

maupun non verbal dalam mengekspresikan penghargaan, hak atau kepentingan baik pribadi maupun orang lain, dan keterbukaan diri. Dalam penelitian ini peneliti memakai teori yang dikemukakan oleh Lange dan Jakubowski (1978:28) bahwa perilaku asertif merupakan perilaku yang dapat membela kepentingan pribadi, mengekspresikan perasaan dan pikiran baik positif maupun negatif secara jujur dan langsung tanpa mengurangi hak-hak atau kepentingan orang lain, peneliti memakai teori ini karena teori ini lebih menjelaskan secara rinci apa itu asertif serta teori ini juga mengemukakan lima ciri-ciri dari perilaku asertif.

2. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Perilaku Asertif

Menurut Rathus dan Nevid (dalam Rahmat 2013:20) terdapat 6 faktor yang mempengaruhi perkembangan perilaku asertif yaitu sebagai berikut:

- a. Jenis kelamin. Wanita pada umumnya sulit untuk bersikap asertif seperti mengungkapkan perasaan dan pikiran dibandingkan dengan laki-laki.
- b. *Self esteem*. Keyakinan seseorang turut mempengaruhi kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan. Orang yang memiliki keyakinan diri yang tinggi memiliki kekuatiran sosial yang rendah sehingga mampu mengungkapkan pendapat dan perasaan tanpa merugikan orang lain dan diri sendiri dan diri sendiri.
- c. Kebudayaan. Tuntutan lingkungan menentukan batas-batas perilaku, dimana batas-batas perilaku itu sesuai dengan usia, jenis kelamin, dan situasi sosial seseorang.

- d. Tingkat pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin luas wawasan berpikir sehingga memiliki kemampuan untuk mengembangkan diri dengan lebih terbuka
- e. Tipe kepribadian. Dalam situasi yang sama tidak semua individu memberikan respon yang sama. Hal ini dipengaruhi oleh tipe kepribadian seseorang. Dengan tipe kepribadian tertentu seseorang akan bertingkah laku berbeda dengan individu dan tipe kepribadian lain.
- f. Situasi tertentu lingkungan sekitarnya, dalam berperilaku seseorang akan melihat kondisi dan situasi dalam arti luas, misalnya posisi kerja antara atasan dan bawahan. Situasi dalam kehidupan tertentu akan dikuatirkan mengganggu.

Selanjutnya Menurut Galassi (dalam Azmi, 2013:6) terdapat enam faktor yang mempengaruhi perilaku asertif yaitu:

a. Hukuman

Orang kadang gagal untuk menjadi asertif dalam situasi-situasi tertentu karena di masa lalu dalam situasi yang sama ia merasa terhukum baik secara fisik maupun mental sehingga ia kesulitan dalam mengungkapkan dirinya. Hukuman demi hukuman yang terjadi berulang tersebut lama-kelamaan akan membentuk perilaku seseorang menjadi asertif, pasif ataupun agresif.

b. Ganjaran

Perilaku asertif dapat terbentuk karena perilakunya terganjar. Perilaku terganjar tersebut cenderung untuk muncul kembali dalam situasi yang sama. *Reinforcement* (penguatan) yang diberikan dapat membuat orang merasa termotivasi untuk melakukan kembali perilaku tersebut. Pemberian penguatan yang dilakukan secara asertif dapat membentuk perilaku asertif seseorang.

c. *Modelling*

Perilaku yang ditunjukkan oleh orang-orang terdekat di sekitar individu memberikan pengaruh dalam perkembangan perilaku asertifnya. Hal ini bisa didapat orang dari hasil *modelling*. *Modelling* meliputi proses mengamati dan meniru tingkah laku dari orang-orang tersebut. Dari proses *modelling* inilah individu belajar untuk berperilaku asertif, nonasertif atau agresif.

d. Kesempatan untuk mengembangkan perilaku yang sesuai

Orang bisa gagal berperilaku asertif sebab mereka tidak memiliki kesempatan di masa lalu untuk belajar cara berperilaku yang tepat. Ketika dihadapkan pada situasi-situasi yang baru. Orang tidak tahu harus berperilaku seperti apa atau merasa gugup karena kurangnya pengetahuan yang dimilikinya.

e. Standar budaya dan keyakinan pribadi

Ragam budaya yang telah dipelajari seseorang dalam kelompok mereka, membuat berbeda pula cara mereka berperilaku dalam suatu situasi sosial tertentu. Dalam hal ini keyakinan pribadi orang juga mempengaruhi cara orang tersebut untuk berperilaku dalam interaksi-interaksi sosialnya. Keyakinan ini meliputi keyakinan akan hak setiap orang dalam hubungannya dengan orang lain.

f. Keyakinan akan hak mutlak sebagai individu

Orang sering gagal berperilaku asertif dalam suatu situasi karena mereka tidak yakin akan haknya dalam situasi tersebut. Dalam hal ini orang tidak mempelajari apa yang menjadi haknya. Jika orang tidak yakin akan hak yang dimilikinya dan tidak memahami pula hak orang lain, kemungkinan dalam situasi yang kurang mantap akan sulit berperilaku asertif.

Dari apa yang telah disampaikan di atas dapat peneliti simpulkan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku asertif individu, diantaranya jenis kelamin, self esteem, kebudayaan, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, hukuman, keyakinan serta lingkungan.

3. Tipe-tipe Perilaku Asertif

Adapun menurut L'Abate & Milan (dalam Hapsari 2013:23) asertivitas dapat dibagi menjadi tiga tipe. Adapun tipe-tipe asertivitas tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Asertivitas untuk menolak

Asertivitas dalam konteks ketidaksetujuan atau ketika seseorang berusaha untuk menghalangi atau mencampuri pencapaian tujuan orang lain. Hal ini membutuhkan keterampilan sosial untuk menolak atau menghindari campur tangan orang lain.

b. Asertivitas untuk menguji

Ekspresi-ekspresi dari perasaan positif seperti penghargaan, apresiasi dan menyukai dapat dilihat untuk memfasilitasi hubungan interpersonal yang baik. Kemampuan untuk menguji orang lain dalam cara yang hangat, tulus dan bersahabat dapat menjadi kemampuan yang memiliki kekuatan hebat dan berfungsi untuk membuat seseorang menjadi penguat dan patner interaksi yang menyenangkan.

c. Asertivitas untuk meminta

Perilaku asertif jenis ini terjadi ketika seseorang meminta orang lain untuk membantunya mencapai tujuan atau memenuhi kebutuhannya. Perilaku asertif ini sering dipadukan dengan penolakan, dalam situasi menolak permintaan orang lain dan meminta perubahan tingkah laku peminta. Fungsi dari jenis perilaku asertif ini adalah agar menghindari terjadinya konflik yang sama dikemudian hari.

Dari tipe-tipe perilaku asertif yang di jelaskan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki perilaku asertif maka akan menunjukkan tipe perilaku seperti mampu untuk menolak sesuatu yang tidak

sesuai dengan keinginan, mampu memberikan pujian dan mampu meminta pertolongan kepada orang lain ketika sedang kasulitan.

4. Ciri-ciri Perilaku Asertif

Lange dan Jakubowski (1978:30) mengemukakan lima ciri-ciri individu yang berperilaku asertif yaitu menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri, berani mengemukakan pendapat secara langsung, kejujuran, memperhatikan situasi dan kondisi serta bahasa tubuh. Ciri-ciri yang dimaksud yaitu:

a. Menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri

Menghormati hak-hak orang lain berarti menghormati hak-hak yang mereka miliki, tetapi tidak berarti menyerah atau selalu menyetujui apa yang diinginkan orang lain. Artinya, individu tidak harus menurut dan takut mengungkapkan pendapatnya kepada seseorang karena orang tersebut lebih tua dari dirinya atau memiliki kedudukan yang lebih tinggi.

b. Berani mengemukakan pendapat secara langsung

Berani mengemukakan pendapat secara langsung yaitu perilaku asertif memungkinkan individu mengkomunikasikan perasaan, pikiran, dan kebutuhan lainnya secara langsung dan jujur.

c. Kejujuran

Kejujuran, yaitu bertindak jujur berarti mengekspresikan diri secara tepat agar dapat mengkomunikasikan perasaan, pendapat atau pilihan tanpa merugikan diri sendiri atau orang lain.

d. Memperhatikan situasi dan kondisi

Memperhatikan situasi dan kondisi yaitu semua jenis komunikasi melibatkan setidaknya dua orang dan terjadi dalam konteks tertentu. Dalam tindak asertif, seseorang orang harus dapat memperhatikan lokasi, waktu, frekuensi, intensitas komunikasi dan kualitas hubungan.

e. Bahasa tubuh

Bahasa tubuh yaitu dalam bertindak asertif yang terpenting bukan apa yang dikatakan, tetapi bagaimana menyatakannya. Bahasa tubuh yang menghambat komunikasi contohnya; jarang tersenyum, terlihat kaku, mengerutkan muka, berbicara kaku, bibir terkatup rapat, mendominasi pembicaraan, tidak berani melakukan kontak mata dan nada bicara tidak tepat.

Sunardi (2010:3) mengemukakan ciri individu yang asertif antara lain sebagai berikut;

- a. Mampu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan dirinya baik secara verbal maupun non verbal secara bebas, tanpa perasaan takut, cemas dan khawatir.
- b. Mampu menyatakan “tidak” pada hal-hal yang memang dianggap tidak sesuai dengan kata hati atau nuraninya.
- c. Mampu menolak permintaan yang dianggap tidak masuk akal, berbahaya, negatif, tidak diinginkan atau dapat merugikan orang lain.

- d. Mampu untuk berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur, terus terang sebagaimana mestinya.
- e. Mampu menyatakan perasaannya secara jelas, tegas, jujur, apa adanya dan sopan.
- f. Mampu untuk meminta tolong pada orang lain pada saat kita memang membutuhkan pertolongan.
- g. Mampu mengekspresikan kemarahan, ketidaksetujuan, perbedaan secara proporsional.
- h. Tidak mudah tersinggung, sensitif, dan emosional.
- i. Terbuka untuk ruang kritik.
- j. Mudah berkomunikasi, hangat, dan menjalin hubungan sosial dengan baik.
- k. Mampu memberikan pandangan secara terbuka terhadap hal-hal yang tidak sepaham.
- l. Mampu meminta bantuan, pendapat, atau pandangan orang lain ketika mengalami masalah.

Selanjutnya Zastrow (dalam Mochamad Nursalim 2013:139) mengemukakan ciri-ciri interaksi individu yang asertif yaitu; (1) individu menjawab dengan spontan, (2) berbicara dengan nada dan volume yang layak, (3) melihat kearah lawan bicara, (4) berbicara pada isu, (5) mengekspresikan perasaan dan pendapat dengan terbuka, (6) melihat dirinya sama dengan orang lain, (7) tidak menyakiti diri sendiri maupun orang lain.

Dari pemaparan teori para ahli di atas dapat peneliti simpulkan bahwa ciri-ciri dari perilaku asertif adalah individu mampu menyatakan secara tegas haknya tanpa menyakiti perasaan orang lain, baik secara verbal maupun secara non verbal.

5. Manfaat Perilaku Asertif

Menurut Alberti & Emon (dalam Mochamad Nursalim, 2013:131) mengemukakan bahwa, sebagai hasil dari perilaku asertif individu dapat; (a) meningkatkan *self esteem* dan percaya diri dalam mengekspresikan diri sendiri, (b) mengurangi rasa cemas, (c) mengatasi depresi, (d) memperoleh respek/penghargaan lebih besar dari orang lain, (e) lebih dapat mencapai tujuan hidup, (f) meningkatkan pemahaman diri, (g) meningkatkan kemampuan untuk berkomunikasi lebih efektif dengan orang lain.

Menurut Eggert (dalam Rahmat 2013:27) terdapat 5 manfaat psikologis dengan menampilkan perilaku asertif yaitu sebagai berikut

- a. Dapat diletakkan batas antara perilaku pribadi dengan orang lain.
- b. Dapat menerima kenyataan yang dilihat dari pada yang mungkin dengan yang tidak mungkin pada diri.
- c. Tidak mudah terpengaruh oleh orang-orang yang tidak sopan.
- d. Dapat menerima kesuksesan dan rapat menerima kegagalan.
- e. Dapat selalu bertanggung jawab atas perilaku sendiri dan tidak terdorong dalam pertikaian atau keterpaksaan.

Sejalan dengan pendapat ahli sebelumnya menurut Sue Hadfield dan Gill Hasson (2013:18) manfaat dari perilaku tegas adalah orang lain menghormati kita, kita lebih menyadari hal-hal yang kita inginkan dan yang tidak kita inginkan, keinginan kita akan lebih mudah terpenuhi dan yang terlebih penting kita dapat mempertimbangkan keinginan orang lain. Dari manfaat perilaku asertif tersebut dapat disimpulkan bahwa dengan perilaku yang asertif maka individu dapat berlatih untuk membiasakan diri menjadi tegas, dapat mengatakan keinginan dengan mempertimbangkan keinginan dan perasaan orang lain, meningkatkan *self esteem* serta mampu menjadi pribadi yang lebih baik lagi bagi dari yang kurang atau bahkan tidak asertif.

B. Implikasi Perilaku Asertif terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Sebagaimana yang telah dijelaskan dari awal perilaku asertif merupakan perilaku untuk menegaskan diri dalam hal apapun dengan tetap menjaga dan memperhatikan perasaan orang lain. Melalui layanan bimbingan dan konseling nantinya dapat membantu peserta didik untuk lebih asertif. Adapun layanan yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Layanan Penguasaan Konten (PKO)

Layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan atau kompetensi yang dipelajari itu merupakan satu unit konten yang di dalamnya terkandung fakta dan data, konsep, proses, hukum, dan aturan

nilai, persepsi, asepsi, afeksi, sikap dan tindakan yang terkait di dalamnya. Layanan penguasaan konten membantu individu menguasai aspek-aspek konten tersebut secara tersinergi. Dengan penguasaan konten, individu diharapkan mampu memiliki sesuatu yang berguna untuk memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalah yang dialami (Prayitno, 2012:89).

2. Layanan Informasi

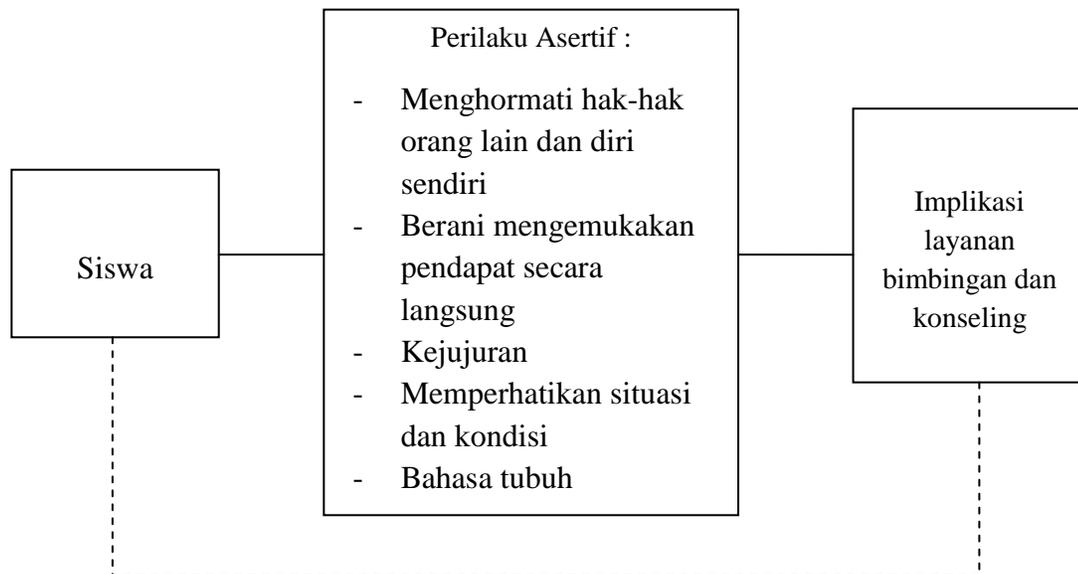
Layanan informasi adalah layanan yang diberikan untuk memenuhi kekuarangan individu akan informasi yang mereka. Dalam layanan ini, kepada peserta layanan disampaikan berbagai informasi. Informasi itu kemudian diolah dan digunakan oleh individu untuk kepentingan hidup dan perkembangannya. Layanan informasi diselenggarakan oleh konselor yang diikuti oleh seseorang atau lebih peserta. Tujuan dari layanan informasi ini adalah dikuasainya informasi tertentu oleh peserta layanan. Informasi tersebut selanjutnya digunakan oleh peserta untuk keperluan hidup sehari-hari dalam rangka kehidupan efektif sehari-hari (KES).

3. Layanan Konseling Perorangan

Layanan konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut

bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien, bahkan sangat penting yang boleh jadi penyangkut rahasia pribadi pada klien, bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien, namun juga bersifat spesifik menuju kearah pengentasan masalah klien. Dan layanan konseling perorangan (KP) adalah jantung hatinya pelayanan konseling secara menyeluruh (Prayitno, 2012:105).

C. Kerangka Konseptual



Gambar 1: Kerangka Konseptual

Dari kerangka konseptual tersebut, dapat dijelaskan bahwa setiap siswa itu hendaknya memiliki perilaku asertif dan perilaku asertif yang dimaksud dalam penelitian ini memiliki ciri-ciri seperti menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri, berani mengemukakan pendapat secara langsung, kejujuran,

memperhatikan situasi dan kondisi, dan bahasa tubuh, serta implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dikemukakan sebelumnya dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku asertif siswa dalam hal menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri di SMA N 1 Padang, secara rata-rata tergolong tinggi. Artinya siswa telah mampu menampilkan perilaku asertif dalam menghormati hak-hak orang lain dan diri sendiri.
2. Perilaku asertif siswa dalam hal berani mengemukakan pendapat secara langsung di SMA N 1 Padang, secara rata-rata tergolong tinggi. Artinya siswa telah mampu menampilkan perilaku asertif dalam mengemukakan pendapat secara langsung.
3. Perilaku asertif siswa dalam hal kejujuran di SMA N 1 Padang, secara rata-rata tergolong tinggi. Artinya siswa telah mampu menampilkan perilaku asertif dalam kejujuran baik pada diri sendiri dan orang lain.
4. Perilaku asertif siswa dalam hal memperhatikan situasi dan kondisi di SMA N 1 Padang, secara rata-rata tergolong sedang. Artinya siswa perlu bimbingan untuk dapat menampilkan perilaku asertif dalam memperhatikan situasi dan kondisi.

5. Perilaku asertif siswa dalam hal bahasa tubuh di SMA N 1 Padang, secara rata-rata tergolong tinggi. Artinya siswa telah mampu menampilkan perilaku asertif dalam bahasa tubuh.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Guru bimbingan dan konseling diharapkan agar membantu dan membimbing siswa-siswi sehingga tetap mempertahankan perilaku asertif yang telah ada pada dirinya. Sehingga siswa mampu menyelesaikan masalah yang dialami secara mandiri terutama yang berhubungan dengan asertif.
2. Kepada siswa diharapkan agar dapat melatih dan membiasakan diri untuk perilaku asertif sehingga perilaku tersebut dapat diaplikasikan di lingkungan sekolah maupun masyarakat.
3. Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan untuk meneliti lebih lanjut tentang perilaku asertif dalam ruang lingkup yang lebih luas, dan bisa memberikan pelatihan-pelatihan tentang asertivitas terhadap siswa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Muri Yusuf. 2007. *Metodologi Penelitian: Dasar-dasar Penyelidikan Ilmiah*. Padang: UNP Press.
- Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Alberti, Robert and Emmons, Michael. 2008. *Your Perfect Right: Assertiveness and Equality In Your Life and Relationship*. California: Impact Publisher.
- Alo Liliweri. 2011. *Komunikasi Serba Makna*. Jakarta: Predana Media Group.
- Anas Sudjono. 2007. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo.
- Azmi Nur Aliyati. 2013. "Pengaruh Pemberian Metode Bermain untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Anak". *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Bambang Prasetyo. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Borba, Michele. 2008. *Mengembangkan Kecerdasan Moral*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Chaplin, James P. 2009. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh Kartini Kartono. Jakarta: Rajawali Pers.
- Calhoun, James F. & Joan Ross Acocella. 1989. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. (terjemahan R.S Satmoko). New York: McGraw- Hill.
- Dasrul Hidayat. 2012. *Komunikasi Antar Pribadi dan Mediana, Fakta Penelitian Fenomenologi Orang Tua Karir dan Anak Remaja*. Yogyakarta. Graha Ilmu.
- Darpito Nugroho. 2013. *Akhlaq; Sikap Menghargai dan Menghormati Orang lain* (<http://urbandepan.blogspot.co.id/2012/05/akhlak-sikap-menghargai-dan-menghormati.html> Tanggal diakses Senin 12 Oktober 2015 Pukul 10.07)
- David Pranata. 2014. *Bagaimana Mengatur Intonasi Suara*. David Pranata.com
- Dean H. Hepworth & Jo Ann Larsen. 1982. *Direct Social Work Practice: Theory and Skills*. USA: The Dorsey Press.
- Djaali. 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.

- Elida Prayitno. 2006. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Esti Trisnaningtyas & Mochamad Nursalim. 2010. *Penerapan Latihan Asertif untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa*. Jurnal Psikologi Volume 4. Halaman 30.
- Georys Keraf. 2006. *Diksi dan Gaya Bahasa*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hafied Canggara. 2008. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Husaini Usman. 2009. *Metodologi Penelitian Sosial*. Jakarta: Bumi Aksara.
- J. Supranto. 2008. *Statistik Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Erlangga.
- Jay, Ross. 2007. *How to Manage Your Boss (Bagaimana Menyikapi Bos Anda) Membangun Kerja yang Sempurna*. Alih bahasa: Sigit Purwanto. Jakarta: Erlangga.
- Jeanne Ellis Ormrod. 2009. *Psikologi pendidikan, membantu siswa tumbuh dan berkembang*. Jakarta: Erlangga.
- Lange, A.J & Jackubowski, P. 1978. *Responsible Assertive Behavior: Cognitive Behavioral Procedures training*. Iiiionis Research Press.
- Maharsi Anindyajati & Citra Melisa Karima. 2004. Peran Harga Diri terhadap Asertivitas Remaja Penyalahguna Narkoba. *Jurnal Psikologi* Volume 2 Nomor 1. Halaman 49-73.
- Mike A.K. Lovihan dan Revoltje O.W Kaunang. 2010. “Perbedaan Perilaku Asertif pada Wanita Karir yang Sudah Menikah dengan yang Belum Menikah di Minahasa”. *Jurnal Inovasi* Volume 7 Nomor 4. Halaman 240-250.
- Mulyana. 2004. *Sosiologi Komunikasi (Teori, Paradigma, dan Diskursus Teknologi Komunikasi di Masyarakat)*. Jakarta: Kencana.
- Mochamad Nursalim. 2013. *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademi Permata.
- Mohammad Rusdi Hidayat. 2008. “Keterampilan Komunikasi pada Praktek Farmasi”.
- Muhammad Budyatna & Laila Mona, 2012. *Komunikasi Antarpribadi*. Jakarta; Rineka Cipta.

- Nana Sudjana dan Ibrahim. 2010. *Penelitian dan penilaian pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Porpita Sari. 2007. *Pengaruh Perilaku Asertif Terhadap Hubungan Interpersonal Pada Siswa Kelas XI SMK Islam 1 Blitar*. Skripsi. Universitas Putra Indonesia: Bandung.
- Prayitno dan Erman Ambti. 1994. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. 2012. *Seri Panduan Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: FIP UNP.
- Prayitno, dkk. 2014. *Pembelajaran melalui Pelayanan BK di Satuan Pendidikan*. Padang: BK FIP UNP.
- Riduwan. 2012. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan, dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Rahmat Hidayat. 2013. *Gambaran Perilaku Asertif Siswa dan Peran Guru Bimbingan dan Konseling Untuk Meningkatkan*. Tesis. Universitas Negeri Padang: Padang.
- Sue Hadfield & Gill Hasson. 2013. *Bersikap Tegas dalam Segala Situasi*. Jakarta: Bhuna Ilmu Populer.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiono. 2012. *Metode Penelitian Administrasi dilengkapi. Metode R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunardi. 2010. *“Latihan Asertif”*. Bandung : UPI Press.
- Syofian Siregar. 2010. *Statistik Deskriptif untuk Penelitian Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Tulus Winarsunu. 2002. *Statistik*. Jakarta: Rhineka Cipta
- Trianto. 2011. *Pengantar Penelitian Pendidikan Bagi Pengembangan Profesi Pendidikan dan Tenaga Kependidikan*. Jakarta: Kencana.
- Yulmirti. 2014. *Dinamika Perilaku Asertif Menantu Perempuan kepada Mertua Perempuan yang Tinggal di Rumah Mertua di Minangkabau*. Skripsi. Universitas Negeri Padang: Padang.

Zulkaida, A. (2006). *Tingkah Laku Asertif yang Bertanggung Jawab*.
Makalah: (Ditampilkan pada Seminar Pelatihan Tingkah Laku Asertif).
Depok: Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.