

# Konseling Individu: Teknik Assertivnes Training Terhadap Kemampuan Komunikasi Asertif Remaja

Wulandari<sup>1)</sup>, Indifatul Anikoh<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup> Universitas KH. Mukhtar Syafaat, Indonesia

<sup>2)</sup> Universitas KH. Mukhtar Syafaat, Indonesia

e-mail Correspondent: [wulandari@gmail.com](mailto:wulandari@gmail.com)

Received: 16-01-2025

Revised: 05-03-2025

Accepted: 17-04-2025

## Info Artikel

## Abstract

### Keywords:

*Individual counseling, assertive training, assertive communication, teenagers*

### Kata kunci:

*Konseling individu, assertivnes training, komunikasi asertif, remaja*

In the process of development, adolescents often have difficulty in expressing their emotions and opinions. The feelings of embarrassment and discomfort felt by adolescents have an impact on the difficulty in conveying arguments caused by lack of communication skills. This study aims to increase understanding for adolescents that assertive communication is important in everyday life, so that it is easier to socialize and build communication with people around them. This research method uses descriptive qualitative research methods. Data collection techniques used are interviews, observations and documentation. Data analysis used is data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The data validity technique uses triangulation of data sources, namely by comparing the results of interviews, observations, and documentation.

### Abstrak.

Pada proses perkembangan, remaja seringkali kesulitan dalam mengekspresikan emosi dan pendapatnya. Perasaan sungkan dan tidak nyaman yang dirasakan oleh remaja berdampak pada kesulitan untuk menyampaikan argument yang disebabkan oleh kurangnya kemampuan dalam berkomunikasi. Penelitian ini ditujukan untuk meningkatkan pemahaman bagi remaja bahwa komunikasi asertif penting dalam kehidupan sehari-hari, agar lebih mudah dalam bersosialisasi dan membangun komunikasi dengan orang-orang disekeliling mereka. Metode penelitian ini menggunakan penelitian metode kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa wawancara, observasi dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi sumber data yaitu dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

## PENDAHULUAN

Fenomena di masyarakat menunjukkan bahwa remaja kerap menghadapi kesulitan dalam berkomunikasi secara efektif. Berdasarkan data dari survei yang dilakukan oleh lembaga kesehatan mental, sekitar 60% remaja melaporkan merasa canggung atau takut untuk mengekspresikan pendapat mereka dalam situasi sosial tertentu. Menurut Barida: 2016 menyebutkan bahwa siswa/remaja memiliki hambatan dalam berkomunikasi asertif, remaja lebih sering memendam masalahnya sendiri, tidak mampu meluapkan emosi, takut berpendapat, tidak

berani bertanya maupun menjawab pertanyaan dari guru, takut pada guru, tidak dapat mengawali pembicaraan sehingga memiliki sedikit teman (Barida 2016) dan sering kali terlibat kesalahfahaman dan berujung sebuah keretakan dan perpisahan (Fitriza and Taufik 2022).

Remaja pada masa ini banyak mengalami banyak permasalahan hingga menimbulkan sebuah perseteruan yang disebabkan kurangnya kemampuan berkomunikasi yang baik. Oleh karena itu sangat dibutuhkan sebuah komunikasi yang asertif agar tidak timbul permasalahan yang tidak diinginkan. Komunikasi asertif adalah komunikasi yang bersifat langsung, terbuka, tidak memanipulasi, dan menciptakan hubungan interpersonal yang kreatif dan menyenangkan (Rondius 2012). Komunikasi asertif juga adalah komunikasi dimana individu menyatakan perasaannya dengan lantang dan jelas namun dengan sopan dan secara lugas membela apa yang menjadi hak-haknya tanpa mengesampingkan hak-hak orang lain (Mauliddiyah 2021).

Dampak yang dihasilkan dari kurangnya kemampuan komunikasi asertif adalah mengalami ketidakpuasan diri, ketidakjelasan dalam komunikasi, pertumbuhan pribadi yang terhambat, ketidak seimbangan hubungan, perasaan bersalah dan frustrasi, stress dan cemas, menurunnya harga diri, dan kebergantungan terhadap persetujuan orang lain (Ewing et al. n.d.).

Komunikasi menjadi salah satu bagian penting dalam keberlangsungan hidup manusia khususnya remaja (Mailani et al. 2022) dan komunikasi juga masuk dalam salah satu kebutuhan dasar manusia yaitu kebutuhan untuk bertahan hidup (Sari et al. 2023) dan manusia adalah makhluk monodualis dimana mereka memainkan dua sisi, yaitu menjadi makhluk social dan dan makhluk individual mampu keinginan dan memenuhi kebutuhan dan berhak mendapatkan apa yang diinginkan. Dan sebagai upaya pemenuhan kebutuhan tersebut manusia melakukan komunikasi (Rondius 2012) maka komunikasi sangat dibutuhkan oleh manusia hingga manusia itu mati (Azmi and Nurjannah 2022) serta manusia harus bertutur kata yang baik dan lemah lembut (Zahiyah 2024). Komunikasi yang baik atau efektif akan dapat diterima baik oleh si penerima pesan (Firsty Aufirandra, Bunga Adelya, and Syifa Ulfah 2017). Komunikasi yang baik adalah komunikasi secara asertif (Cunningham and Cunningham 2015). Menurut Supratiknya (1995:34) mengemukakan bahwa komunikasi disebut efektif apabila penerima menginterpretasikan pesan yang diterimanya sebagaimana dimaksudkan oleh pengirim.

Komunikasi asertif merupakan keterampilan penting yang harus dimiliki oleh remaja dalam menghadapi berbagai tantangan dan dinamika sosial di lingkungan mereka. Komunikasi asertif membantu remaja untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka dengan cara yang jelas dan percaya diri, tanpa mengorbankan hak orang lain. Namun, banyak remaja yang mengalami kesulitan dalam berkomunikasi secara asertif, yang dapat mengakibatkan masalah seperti ketidakpuasan dalam hubungan sosial, kecemasan, dan rendahnya harga diri (Hanifah, Ipah Saripah, and Nadia Aulia Nadhira 2023).

Komunikasi asertif pada remaja dilatar belakangi oleh beberapa faktor seperti yang dikemukakan oleh Rathus dalam (Irani: 2009) menyatakan bahwa kemampuan komunikasi asertif dipengaruhi oleh faktor yang dialami oleh individu dalam lingkungan yang ia tempati sepanjang hidupnya, yaitu pengalaman, gender, kebudayaan, tingkat pendidikan, serta situasi dan kondisi (Rondius 2012). Komunikasi asertif memiliki ciri-ciri menurut Rathus (1986) dalam (Widjanarko, 2010) individu yang mampu mengekspresikan perasaan dengan sungguh-sungguh dan menyatakan tentang kebenaran, tidak menghina atau mengancam orang lain, dan menyatakan perasaan dan pikiran secara jujur tanpa unsur memaksa (Rondius 2012). Manfaat komunikasi asertif seperti yang disampaikan oleh Putra yaitu meningkatkan self esteem dan self confidence dalam mengekspresikan diri, dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain, dapat

bernegosiasi secara produktif dengan orang lain, membuat individu lebih rileks, membuat individu focus dengan kondidi saat ini (Rondius 2012) dan masih banyak lagi.

Komunikasi asertif adalah kemampuan untuk menyatakan perasaan dan pemikiran secara tegas dan jujur tanpa meminggalkan hak orang lain baik secara verbal maupun non verbal. (Rondius 2012). Menurut Barida (2016) aspek-aspek dari komunikasi asertif adalah sebagai berikut:

**a) Verbal behavior**

- Compliance  
Merupakan tindakan berani untuk mengatakan tidak. Contoh: Rani telah mengerjakan tugas bahasa indonesia sedangkan Roni belum, kemudian Roni meminta contekan kepada Rani. Kemudian Rani berkata: “ maaf, aku TIDAK mau memberikan contekan kepadamu, karena akupun susah payah untuk menyelesaikannya”.
- Duration of reply  
Merupakan lama durasi dalam berbicara atau berkomunikasi dengan orang. Contoh: rani mengobrol deng roni selama 2 jam. Rani adalah sosok yang komunikatif sedangkan roni adalah sosok yang pendiam. Rani dapat menciptakan komunikasi yang menarik sehingga mampu membuat roni terlibat obrolan yang cukup lama Bersama rani.
- Loudness  
Merupakan kejelasan dalam berbicara. Contoh: Rani sedang mempresentasikan tugas sekolahnya didepan teman-teman dan guru dengan nada, volume, dan intonasi yang tepat sehingga teman-teman dan guru dapat mendengar dan memahami dengan jelas apa yang disampaikan oleh Rani.
- Request for new behavior  
Merupakan kemampuan memberikan saran dan mengeluarkan perasaan sesuai keadaan diri. Contoh: rani melihat roni sedang menggunakan sesuatu yang dilarang oleh peraturan sekolah, kemudian rani menegur roni untuk melepas sesuatu tersebut dan memberi saran agar tidak menggunakannya dilingkungan sekolah lagi.
- Affect  
Merupakan kemampuan untuk mengelola emosi ketika sedang berbicara. Contoh: Joni dan Reni sedang melakukan rapat untuk kegiatan peringatan Hari Kemerdekaan di kampung mereka. Joni berpendapat bahwa “tidak usah lah menyelenggarakan acara peringatan Hari Kemerdekaan. Buang-buang duit saja”. Pendapat Tati bertentangan dengan Joni, tetapi Tati tidak langsung marah dan menahan emosinya. Dia berusaha mengikuti alur pikir Joni, kemudian berkata: “Joni, dengan memperingati Hari Kemerdekaan akan membuat persaudaraan kita lebih erat karena kita akan mengingat betapa indahnya persatuan pejuang-pejuang kita dalam merebut kemerdekaan dari tangan penjajah.” Mendengar hal itu, Jonipun langsung tertunduk malu karena tau apa yang dikatakan Reni itu benar.
- Latency of response

Merupakan keterampilan memberi jarak respon terhadap perkataan orang lain. Individu merespon perkataan setelah orang lain selesai berbicara dan bukannya menyela pembicaraan. Contoh: Reni sedang berbicara dengan Tati. Tati mengatakan: “Ren, hari ini aku tidak bersemangat dan malas sekolah”. Mendengar perkataan Tati, Reni tidak langsung menyerobot atau menolak kata-kata Tati. Dia berhenti sejenak setelah Tati selesai mengungkapkan perasaannya dan memahami apa yang dikatakan Tati, kemudian baru menanggapi: “Tat, apa kamu sedang mengalami masalah ?”

**b) Non-verbal behavior**

- Kontak mata
- Ekspresi wajah
- Jarak fisik
- Gestur badan
- Isyarat tubuh

Adapun menurut Lange & jakubowski (dalam Eskin, 2003) mengatakan ciri-ciri seseorang tersebut mampu berkomunikasi asertif adalah jika seseorang tersebut telah menunjukkan bahwa ia mampu:

- a) Menghormati hak orang lain dan haknya sendiri
- b) Berani menemukakan pendapat yang lebih tinggi
- c) Mampu berlaku jujur
- d) Memperhatikan situasi dan kondisi
- e) Bahasa tubuh

Berdasarkan penjelasan diatas salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan komunikasi asertif pada remaja adalah melalui terapi *Assertiveness Training* (Nora and Marizki Putri 2022). *Assertive training* merupakan pelatihan keterampilan social berupa kemampuan untuk menolak suatu permintaan, mengekspresikan perasaan negative dan positif, berinisiatif, mengajak, mengakhiri pembicaraan, membuat permintaan pribadi tanpa menderita karena terlalu stress (Cunningham and Cunningham 2015).

Menurut Salter (dalam Hall&Lindzey, 1993: 267-268) *Assertiveness training* merupakan suatu metode untuk menghilangkan (deconditioning) kecemasan individu yang terlalu malu dan takut dalam memberikan respon yang sesuai dalam situasi-situasi antarpribadi dengan mengajarkan tingkah laku yang sesuai kepada individu melalui berbagai cara seperti permainan peran (role playing) dalam situasi situasi rekaan yang mengganggu kehidupan nyata dan memberi kesempatan individu untuk berlatih melakukan respon-respon yang asertif (Cunningham and Cunningham 2015).

Menurut Adams (2004). *Assertiveness training* bukanlah pelatihan yang mengajarkan siswa untuk menjadi agresif, keras, atau *bullying*, dan mencoba untuk mendominasi orang lain, namun lebih merupakan pelatihan untuk melawan orang lain yang berusaha untuk mendominasi dan memanipulasi dirinya. *Assertiveness training* dapat membantu siswa mengenali diri ketika mereka sedang disalahgunakan orang lain, dan bagaimana menolak permintaan tersebut secara efektif tanpa marah dan agresif. Hal ini menekankan pada nilai yang jelas, komunikasi yang tenang, jujur sebagai sarana membangun hubungan yang semua orang tahu di mana mereka berada dan tidak ada yang merasa disalahgunakan (Cunningham and Cunningham 2015).

Jadi, *assertiveness raining* merupakan pelatihan untuk meningkatkan kemampuan asertif dalam mengkomunikasikan pikiran dan perasaan. *Assertiveness training* berfokus pada pengembangan keterampilan sosial dan komunikasi yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif. William (dalam Kidar, dkk 2021) mengemukakan bahwa kecakapan komunikasi secara efektif merupakan cara individu menyampaikan pesan sehingga pendengar ataupun penerima informasi tertarik dengan informasi yang disampaikan (Kidar, Daud, and Fakhri 2021) dan guna untuk meningkatkan komunikasi asertif dapat dilakukan pelatihan asertif (*Assertiveness training*).

*Assertiveness Training* memberikan remaja alat dan strategi untuk berkomunikasi dengan lebih percaya diri, mengatasi rasa takut ditolak, serta memperbaiki hubungan interpersonal mereka (Indarto 2021). Penelitian mengenai efektivitas terapi individu *Assertiveness Training* terhadap kemampuan komunikasi asertif pada remaja (Nora and Marizki Putri 2022) menunjukkan hasil yang menjanjikan. Program ini tidak hanya membantu remaja memahami pentingnya perilaku asertif, tetapi juga melatih mereka dalam mengidentifikasi dan mengungkapkan perasaan serta kebutuhan mereka secara langsung. Dengan demikian, dapat diharapkan bahwa penerapan terapi ini akan berkontribusi pada peningkatan keterampilan komunikasi asertif remaja, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas hubungan mereka dengan orang lain dan mendukung perkembangan pribadi mereka secara keseluruhan.

Meilanny & Putri dalam penelitiannya mengungkapkan hasil yang diperoleh dengan dilakukannya *assertiveness training* dan proses pendampingan terhadap klien adalah bahwa klien telah mampu untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan dirinya, baik secara verbal maupun non verbal secara bebas, tanpa perasaan takut, cemas, dan khawatir. Klien juga mampu untuk berkomunikasi secara terbuka, langsung, jujur, terus terang sebagai mana mestinya (Ramadhini and Santoso 2019).

Olievia dalam penelitiannya mengatakan bahwa kemampuan asertif diukur menggunakan skala asertivitas. Penelitian ini juga menunjukkan hasil yang signifikan bahwa ada pengaruh pelatihan asertivitas terhadap kemampuan bersikap asertif pada remaja (Mulyana 2019). Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai efektivitas *Assertiveness Training* dalam konteks remaja, serta kontribusinya terhadap peningkatan kemampuan komunikasi asertif. Hal ini menjadi penting mengingat perkembangan sosial dan emosional yang dialami remaja adalah kunci dalam pembentukan identitas dan interaksi mereka di masyarakat. Pelatihan asertif secara signifikan meningkatkan keterampilan komunikasi remaja dengan menumbuhkan kepercayaan diri, meningkatkan interaksi interpersonal, dan memungkinkan ekspresi pikiran dan perasaan yang efektif.

Pendekatan ini, yang diintegrasikan ke dalam bimbingan kelompok, secara aktif melibatkan siswa melalui latihan peran dan praktis, menghasilkan peningkatan keterampilan yang substansial. Kemampuan komunikasi asertif merupakan keterampilan yang sangat penting, terutama bagi remaja (Hanifah et al. 2023), yang berada dalam fase perkembangan kritis menuju kedewasaan. Pada masa remaja, individu menghadapi banyak tantangan sosial, seperti tekanan dari teman sebaya, ekspektasi dari keluarga, dan pengaruh lingkungan. Ketidakmampuan menyampaikan perasaan, pendapat, atau kebutuhan secara jelas dan tegas tanpa melanggar hak orang lain sering kali menjadi penyebab konflik interpersonal, kecemasan, atau rendahnya rasa percaya diri pada remaja.

Konseling merupakan situasi dimana dua orang dengan satu pihak menjadi konseli dan satu pihak lagi menjadi fasilitator/konselor pembimbing dalam menyelesaikan masalah. Konseling individu adalah pertemuan yang terjadi antara seorang konselor dan seorang konseli/klien secara

langsung (Rohiman and others 2022). Konseling individu dilakukan dengan cara tatap muka ataupun secara virtual. Konseling individua banyak digunakan oleh para konselor dalam mengatasi permasalahan para remaja khususnya peserta didik agar dapat berinteraksi dan berbincang tentang masalah yang dihadapinya. Latipun (dalam Sulthon 2018:52) menjelaskan bahwa konseling behavioral bertujuan untuk mengubah perilaku melalui interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya.

Bimbingan dan konseling adalah pelayanan bantuan yang ditujukan untuk peserta didik baik perorangan maupun kelompok, agar mampu secara optimal menjalani proses perkembangan diri dalam kehidupan pribadi, social, belajar, dan karir melalui berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung yang sesuai dengan norma-norma yang berlaku. Konseling sendiri merupakan salah satu Teknik atau layanan dalam bimbingan yang bersifat kunci atau inti. Konseling menurut Leona E. Taylor (dalam hikmawati: 2016) ada lima karakteristik sekaligus prinsip-prinsip konseling yaitu advice/nasehat, perubahan yang bersifat fundamental, menyangkut sikap daripada tindakan, penghayatan emosional, dan hubungan klien dengan orang lain (Hikmawati 2015).

Dalam konteks konseling, pendekatan yang tepat sangat penting selama proses konseling. Pendekatan behavioral berakar dari penelitian psikologi dan eksperimen tentang proses pembelajaran manusia dan hewan. Menurut Prabowo (dalam Sumarni, 2019:434), pendekatan behavioral adalah pandangan ilmiah tentang perilaku manusia yang bertujuan untuk mengubah perilaku yang tidak diinginkan dengan lebih menekankan pada pembentukan perilaku positif. (Wahyu, Hariko, and Padang 1973).

Hal ini sering kali disebabkan oleh tekanan sosial yang mendorong mereka untuk menyesuaikan diri atau menghindari konflik, sehingga mereka cenderung menjadi pasif atau bahkan agresif dalam menyampaikan aspirasi. Selain itu, dampak media sosial sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari remaja turut berkontribusi pada pola komunikasi yang kurang sehat, seperti cyberbullying atau kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain. Secara teoretis, asertivitas adalah kemampuan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara langsung, jujur, dan tepat waktu dengan cara yang menghormati hak orang lain (Ramadhini and Santoso 2019). Dalam literatur psikologi, teknik ***Assertiveness Training*** (Pelatihan Asertivitas) telah lama dikenal sebagai salah satu pendekatan yang efektif untuk membantu individu mengembangkan keterampilan komunikasi asertif (Mulyana 2019). Teknik ini melibatkan serangkaian langkah, seperti pembelajaran konsep asertif, role-play, dan pemberian umpan balik, yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran diri dan kemampuan interpersonal.

Dapat dikatakan bahwa Perilaku asertif adalah proses yang sangat berpengaruh bagi proses kehidupan social siswa. Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Novita dalam artikelnya yang berjudul Pengaruh Perilaku Asertif Terhadap Perkembangan Sosial Siswa Kelas VIII SMP Yayasan Pendidikan Sabilina Di Tembung yang menunjukkan hasil yang signifikan (Ummah 2019). Kesulitan komunikasi yang dihadapi remaja ini menuntut perhatian serius, terutama dalam konteks pengembangan keterampilan komunikasi yang lebih baik. Salah satu pendekatan yang dapat membantu mengatasi masalah ini adalah dengan menerapkan teknik pelatihan asertif (*assertiveness training*), yang dapat memberikan remaja keterampilan untuk mengungkapkan perasaan dan kebutuhan mereka secara jujur dan penuh penghormatan terhadap orang lain, serta meningkatkan hubungan sosial mereka secara keseluruhan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pelatihan asertivitas dapat meningkatkan kemampuan komunikasi, mengurangi kecemasan sosial, dan memperkuat rasa percaya diri pada

kelompok dewasa muda (Aryani et al. 2024). Berdasarkan kajian awal, peneliti berargumen bahwa teknik *Assertiveness Training* akan efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi asertif pada remaja. Proses pelatihan yang sistematis, melibatkan pembelajaran teoretis, latihan praktis, dan umpan balik terstruktur, diyakini mampu membantu remaja mengatasi pola komunikasi pasif maupun agresif yang selama ini menjadi kendala. Selain itu, pendekatan konseling individu memungkinkan pelatihan yang lebih personal dan sesuai dengan kebutuhan spesifik masing-masing remaja, sehingga hasilnya dapat lebih optimal. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi para konselor, guru, dan praktisi kesehatan mental dalam mengimplementasikan program pengembangan keterampilan komunikasi yang lebih baik untuk generasi muda. Penelitian ini dapat dikatakan berhasil dengan keterangan dari beberapa sumber yang terpercaya dan mengamati secara langsung bagaimana perubahan siswi yang melakukan Latihan asertif ini. Menurut guru bk di tempat penelitian, siswi yang melakukan pelatihan asertif tersebut sudah bisa berkomunikasi dengan baik dengan orang-orang disekitarnya, lebih bisa mengolah tata bahasa agar ia tidak takut menyakiti perasaan orang lain dan lebih leluasa mengemukakan pendapatnya tanpa takut akan ditolak. Hal ini juga diakui oleh sang siswi yang mengatakan bahwa ia sangat terbantu dengan adanya pelatihan ini. Dari pelatihan tersebut ia bisa lebih baik dalam berkomunikasi dengan sekelilingnya.

Penelitian terdahulu juga dilakukan oleh Prabowo dan Asni (2016) dalam penelitiannya LATIHAN ASERTIF: SEBUAH INTERVENSI YANG EFEKTIF menyebutkan bahwa Latihan asertif efektif dalam meningkatkan keterampilan asertif individu dan dapat meningkatkan keterampilan komunikasi. Shimizu (2004) juga menyebutkan bahwa Latihan asertif efektif dalam membentuk pola komunikasi individu, mengajarkan individu bagaimana caranya menyatakan keinginan, menolak sebuah permintaan atau berkata tidak, dan menerima serta menolak kritik (Prabowo and Asni 2018).

Menurut Wise (1991) melakukan Penelitian yang juga mendukung bahwa latihan asertif dapat meningkatkan Latihan Asertif: Sebuah Intervensi Yang Efektif 119 keterampilan komunikasi dilakukan oleh Wise membuktikan bahwa latihan asertif efektif dalam meningkatkan kemampuan transaksi personal dan tanggung jawab pada remaja (Prabowo and Asni 2018).

Kemampuan komunikasi asertif merupakan keterampilan penting yang perlu dikembangkan oleh remaja untuk menghadapi kemungkinan seseorang menghadapi sebuah situasi sulit tanpa kehilangan harga diri atau martabatnya (Ermayani 2015). Teknik *Assertiveness Training* memiliki potensi besar untuk membantu remaja meningkatkan kemampuan ini melalui pendekatan yang sistematis dan terstruktur. Dengan fokus pada pendekatan konseling individu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dan praktis dalam mengembangkan strategi intervensi psikologis yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan remaja. Namun, studi yang secara spesifik mengeksplorasi dampaknya pada remaja, khususnya dalam konteks konseling individu, masih relatif terbatas. Hal ini membuka peluang untuk penelitian yang lebih mendalam terkait efektivitas teknik ini dalam meningkatkan komunikasi asertif pada remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas teknik *Assertiveness Training* dalam meningkatkan kemampuan komunikasi asertif pada remaja melalui pendekatan konseling individu. Secara khusus, penelitian ini berupaya menganalisis perubahan tingkat kemampuan komunikasi asertif remaja sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan asertivitas, mengidentifikasi faktor-faktor pendukung dan penghambat dalam proses pelatihan, serta mengeksplorasi pengalaman subjektif remaja selama intervensi berlangsung. Dengan demikian, penelitian ini

diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dan praktis dalam pengembangan strategi konseling yang lebih efektif dan personal untuk membantu remaja mengatasi kendala komunikasi interpersonal yang mereka hadapi.

Menurut Arga Prabowo dalam penelitiannya yang berjudul *LATIHAN ASERTIF: SEBUAH INTERVENSI YANG EFEKTIF* mengatakan bahwa dalam kasus yang dialami oleh Ruth, konselor yang menangani permasalahannya, yaitu mengalami kesulitan berperilaku asertif. Ruth selalu menempatkan kepentingan orang lain di atas kepentingannya sendiri dan tidak dapat menolak permintaan orang lain. Asertif training merupakan sebuah Teknik intervensi yang efektif dalam mengatasi permasalahan di atas, dikarenakan (1) Latihan asertif dapat meningkatkan keterampilan asertif individu, (2) Latihan asertif efektif meningkatkan kemampuan individu dalam mengekspresikan perasaan, dan (3) Latihan asertif efektif untuk meningkatkan keterampilan berkomunikasi (Prabowo and Asni 2018).

Endang dan Arif (2019) mengatakan bahwa ketika remaja melakukan sebuah tindakan atau perilaku agresif, maka tindakan tersebut bisa menyebabkan terjadinya masalah dalam sebuah hubungan interpersonal. Maka remaja harus memiliki kemampuan komunikasi asertif agar dalam menyampaikan keinginan atau sebuah pendapat kepada orang lain remaja dapat melakukannya dengan baik sehingga tidak menyebabkan terjadinya perilaku agresif pada remaja (Endang Mei Yunalia 2019). Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya remaja memiliki kemampuan komunikasi asertif agar terhindar dari melakukan perilaku agresif dan mempererat hubungan interpersonal.

Menurut Endang dan Arif (dalam Avsar & Alkaya:2017) mengatakan bahwa terapi kelompok *assertiveness training* adalah sebuah Latihan yang diberikan pada remaja agar mampu mengekspresikan dan mengungkapkan keinginannya secara tepat atau sering disebut komunikasi asertif (Endang Mei Yunalia 2019). Dapat disimpulkan bahwa pentingnya *assertiveness training* pada remaja agar remaja lebih leluasa mengungkapkan dan mengekspresikan keinginannya atau dengan kata lain dapat berkomunikasi secara asertif.

Keunggulan penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik terhadap penerapan teknik ***Assertiveness Training*** dalam konteks konseling individu untuk remaja. Banyak remaja merasa tidak percaya diri untuk berbicara dikelas dan menyampaikan argument serta ide diskusi dan menolak pendapat orang lain. Dan dengan pelatihan *Assertiveness Training* ini diharapkan remaja dapat mengekspresikan pendapat dengan jelas, tenang, dengan tanpa menyakiti dan merendahkan pihak lain. Sebagian besar studi sebelumnya cenderung mengkaji efektivitas pelatihan asertivitas dalam kelompok dewasa atau dalam pengaturan kelompok. Dengan menyesuaikan pendekatan pelatihan ke dalam konteks individu, penelitian ini menawarkan sudut pandang baru mengenai efektivitas teknik ini dalam menangani tantangan komunikasi spesifik yang dihadapi remaja. Selain itu, penelitian ini tidak hanya berfokus pada hasil kualitatif berupa peningkatan kemampuan komunikasi asertif, tetapi juga menggali pengalaman subjektif remaja selama proses pelatihan. Pendekatan ini memberikan wawasan yang lebih holistik mengenai dampak pelatihan terhadap perkembangan emosional dan interpersonal remaja.

Focus pada penelitian ini adalah banyak penelitian membahas tentang *assertiveness training* secara global, tetapi studi ini mengkhususkan remaja sebagai objek yang sering mengalami kesulitan dalam berkomunikasi. Umumnya pelatihan dilakukan secara berkelompok sedangkan penelitian ini mengeksplor efektivitas Teknik dalam bentuk konseling individu. Dalam penelitian ini juga tidak hanya diharapkan kemampuan komunikasi saja yang meningkat namun kepercayaan diri dan interaksi social juga semakin baik. penelitian ini juga memberikan Teknik khusus dalam konseling individu dan menawarkan metode yang lebih personal dan dapat

diterapkan oleh para konselor sekolah atau psikolog dalam menangani remaja dalam kesulitan komunikasi.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan melakukan penyelidikan dan mempelajari peristiwa dan fenomena mengenai sesuatu atau individu yang nantinya dijadikan sebuah objek penyelidikan yang menghasilkan sebuah informasi dalam bentuk laporan (Dea 2024). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan kondisi individu melalui identifikasi masalah yang menjadi focus utama dari penelitian ini. Sumber data dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu data primer, menurut (Sujarweni, 2014) data primer adalah data yang diperoleh atau dikumpulkan oleh peneliti secara langsung dari sumber datanya (Walidaini, Burbana, and Sonia 2024). Data primer dalam penelitian ini adalah konseli yang merupakan siswi yang berinisial N yang berusia 17 tahun yang menempuh Pendidikan di SMAN BANGOREJO serta guru bk disekolah tersebut. Kemudian data sekunder dalam penelitian ini yaitu segala sumber informasi yang dapat menunjang sumber data primer (Sudiono 2017) dimana data ini didapatkan dari hasil telaah, buku, referensi atau dokumentasi. Sumber data terdiri dari sumber informan kunci, informan ahli dan informan biasa. Teknik analisis data dilakukan melalui teknik triangulasi atau membandingkan hasil data dari berbagai sumber data wawancara, observasi, maupun dokumentasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kualitatif. Penelitian ini terdiri dari beberapa tahapan untuk memulai sebuah penelitian antara lain observasi lapangan, wawancara, diskusi, observasi langsung, dan dokumentasi (Ana et al. 2012). Berdasarkan tahap awal penelitian, peneliti melakukan tinjauan langsung mengenai tempat yang akan digunakan sebagai tempat penelitian, yaitu disekolah SMAN 1 BANGOREJO. Peneliti juga banyak berbincang dengan para siswa dan siswi beserta guru ditempat sebelum memulai sebuah penelitian. Peneliti banyak mendapatkan informasi yang berkaitan dengan hal-hal yang dibutuhkan, seperti bagaimana interaksi siswa/siswi dengan para guru atau dengan teman sebayanya serta bagaimana tanggapan para guru mengenai siswa/siswi ditempat. Dari observasi lapangan tersebut secara tidak langsung peneliti juga melakukan tahapan wawancara terhadap para siswa/siswi dan para guru ditempat pengamatan. Dan setelah dilakukan sesi wawancara ini peneliti menarik kesimpulan bahwa siswa/siswi cenderung mengalami masalah pada komunikasinya, entah itu komunikasi dengan guru maupun teman seumurannya. Dari tahapan wawancara ini peneliti mengambil sample salah satu siswi yang cocok dengan masalah yang ingin diteliti. Setelah mendapatkan informasi dari tahapan wawancara tersebut peneliti melakukan diskusi Bersama guru bk ditempat mengenai masalah yang terjadi pada siswi tersebut. Guru bk banyak memberi masukan mengenai kasus yang terjadi dilapangan beserta memberi informasi tambahan mengenai klien dan pendekatan apa yang cocok untuk digunakan dalam masalah tersebut. Kemudian setelah mendapat arahan dari guru bk, peneliti melakukan tindakan lanjutan yaitu observasi langsung yang lebih mendalam mengenai masalah yang dialami klien dengan melakukan beberapa pertemuan dengan klien dan melakukan sesi tanya jawab.

Setelah dilakukan tahap observasi peneliti Bersama klien melakukan beberapa kali sesi konseling yang dilakukan disela-sela jam istirahat maupun melakukan sebuah perjanjian pertemuan. Proses konseling dilakukan dengan 4 kali sesi dan wawancara tambahan diluar dari waktu pertemuan Bersama klien. Pada sesi awal konseling klien banyak menceritakan tentang keadaan lingkuang disekitarnya dikelas. Klien bercerita tentang kesulitannya berbaur dan mengutarakan pendapatnya ketika didepan teman-temannya dikarenakan klien merasa sungkan dengan lawan bicaranya. Setelah dilakukan beberapa pelatihan dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan klien mengalami sedikit perubahan walaupun teman-teman disekelilingnya merasa aneh dengan perubahan yang dialami klien. Lambat laun klien dapat melakukan Latihan dengan lancar dan mendapatkan hasil yang diinginkan.

Berdasarkan tahapan-tahapan yang telah dilakukan, peneliti menarik sebuah permasalahan yang urgen pada siswa/siswi tersebut, yaitu berkaitan dengan komunikasi. Klien mengalami kesulitan berbicara atau berkomunikasi dengan baik dengan orang lain disekitarnya. Klien sering kali dianggap marah dan tidak sopan dikarenakan cara komunikasinya yang belum baik. Menurut guru bk ditempat mengemukakan bahwa para siswa/siswi sering tidak dapat berkomunikasi dengan baik, sehingga mereka sering kali dianggap tidak sopan oleh lawan bicaranya dan tidak pede untuk mengekspresikan emosi dan menyampaikan argumentnya.

Dikarenakan komunikasi mereka juga sering mengalami konflik dengan teman-temannya. Berdasarkan hal ini komunikasi memiliki peran penting dalam membangun interaksi antar remaja, hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terjadi perubahan yang signifikan pada klien setelah diberi treatment. Hal ini ditunjukkan dengan perilaku klien yang cenderung dapat berkomunikasi dengan baik dengan teman sebayanya yang sebelumnya hal ini sangatlah sulit dilakukan oleh klien. Dari komunikasi yang antar teman sebaya tersebut mereka juga lebih bisa mengekspresikan emosi dan mengungkapkan argumentnya. Hal ini juga disampaikan oleh guru bk ditempat bahwa klien sudah dapat berinteraksi dengan baik dengan menggunakan komunikasi asertif ini. Walaupun banyak pihak yang mengaku kaget atas perubahan klien, tetapi menurut mereka itu baik.

Masalah serupa juga dilakukan oleh beberapa peneliti yang menunjukkan hasil yang signifikan dari pelatihan asertif pada komunikasi asertif remaja. Keunggulan penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik terhadap penerapan teknik ***Assertiveness Training*** dalam konteks konseling individu untuk remaja. Sebagian besar studi sebelumnya cenderung mengkaji efektivitas pelatihan asertivitas dalam kelompok dewasa atau dalam pengaturan kelompok. Dengan menyesuaikan pendekatan pelatihan ke dalam konteks individu, penelitian ini menawarkan sudut pandang baru mengenai efektivitas teknik ini dalam menangani tantangan komunikasi spesifik yang dihadapi remaja.

## **DISCUSSION (Pembahasan)**

Konseling individu dilakukan dengan cara tatap muka ataupun secara virtual. Konseling individu banyak digunakan oleh para konselor dalam mengatasi permasalahan para remaja khususnya peserta didik agar dapat berinteraksi dan berbincang tentang masalah yang dihadapinya. Latipun (dalam Sulthon 2018:52) menjelaskan bahwa konseling behavioral bertujuan untuk mengubah perilaku melalui interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya. Layanan bimbingan individu merupakan layanan yang membahas pengentasan masalah yang dialami oleh individu secara privat. Dengan dasar bahwa konseling merupakan serangkaian

hubungan langsung dengan individu yang bertujuan untuk membantu dia mengubah sikap dan perilakunya atau dapat diartikan bahwa konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang konselor kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah (konseli) dengan tujuan agar konseli dapat mencapai pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya dan dapat mengatasi masalah yang di hadapinya.

Menurut corey (2010) pendekatan behavioral berupa assertiveness training ini bisa digunakan pada situasi interpersonal dimana individu mengalami kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa menyatakan atau menegaskan diri adalah tindakan yang layak dan benar (Simanjuntak 2021). Jadi layanan ini dapat menuntun siswi untuk menyatakan atau menegaskan diri dengan tindakan yang layak dan benar.

Selain itu penegasan pola pikir rasional dikuatkan dengan cara peneliti memberikan sebuah pelatihan yang harus dilakukan oleh klien tersebut. Hal ini dilakukan untuk mendorong klien membuka jalan pikiran baru dan menemukan cara baru untuk menangani masalah yang dialami. Pelatihan yang diberikan oleh konselor adalah sebuah pelatihan yang dapat membuat klien berkomunikasi dengan lebih baik dengan sekelilingnya tanpa takut menyakiti hati dan perasaan lawan bicara. Bagaimana klien tersebut harus dapat berkomunikasi dengan baik dengan orang sekelilingnya.

Dari hasil pelatihan yang dilakukan peneliti menemukan perubahan yang terjadi pada klien yang berupa data wawancara dari guru bk ditempat yang melaporkan bahwa siswi atau klien tersebut telah berhasil melakukan pelatihan tersebut dilihat dari cara siswi tersebut berkomunikasi dengan orang sekelilingnya dan lebih mudah mengemukakan pendapatnya. Hal ini juga didukung oleh pernyataan klien dari awal sesi konseling yang mengatakn bahwa ia tidak merasa mampu untuk berkomunikasi dengan baik dengan orang dilingkungannya dan hingga pertemuan kesekian ia baru mengatakan kalau mulai merasakan perubahan setelah melakukan pelatihan asertif tersebut. Penelitian terdahulu juga mengemukakan hasil analisis data dengan pengamatan ulangan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan komunikasi asertif melalui pelatihan asertivitas ( $p < 0,05$ ). Kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan sikap asertif setelah diberi perlakuan pelatihan. Hasil analisis tersebut ditunjang dengan analisis uji t yaitu *paired samples t test* ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan sikap asertif yang signifikan pada kelompok eksperimen antara *pre-test* dan *post-test* ( $p < 0,05$ ) (Mulyana 2019).

## **KESIMPULAN/CONCLUSION**

Perilaku asertif merupakan perilaku seseorang dalam menjalin hubungan antar pribadi maupun kelompok dimana didalamnya menyangkut emosi, perasaan, pikiran dan keinginan yang di-sampaikan secara tegas, terbuka dan jujur tanpa ada perasaan cemas pada orang lain dan tanpa merugikan diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan analisis dan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terapi individu *Assertiveness Training* terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi asertif pada remaja. Program ini memberikan pendekatan yang sistematis untuk membantu remaja memahami dan mengembangkan keterampilan komunikasi yang diperlukan untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka dengan cara yang positif dan percaya diri.

Efektivitas terapi ini dapat dilihat dari peningkatan signifikan dalam kemampuan komunikasi asertif remaja setelah mengikuti program. Remaja yang menjalani *Assertiveness Training* menunjukkan peningkatan dalam aspek-aspek seperti kepercayaan diri, kemampuan untuk

menolak permintaan yang tidak sesuai, serta kemampuan untuk mengatasi konflik dengan cara yang konstruktif. Selain itu, mereka juga menjadi lebih mampu membangun hubungan yang sehat dan positif dengan orang lain.

Implementasi terapi individu *Assertiveness Training* memberikan banyak manfaat, tidak hanya bagi perkembangan komunikasi asertif remaja, tetapi juga untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka secara keseluruhan. Dengan keterampilan komunikasi yang lebih baik, remaja dapat mengurangi perasaan cemas, meningkatkan harga diri, dan menciptakan lingkungan sosial yang lebih mendukung.

Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan dan menerapkan program *Assertiveness Training* dalam konteks pendidikan dan psikologi remaja. Dengan demikian, diharapkan remaja dapat menghadapi tantangan sosial dengan lebih baik dan membangun hubungan interpersonal yang lebih sehat, yang pada akhirnya akan mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka di masa depan.

## **REFERENCES (DAFTAR PUSTAKA)**

- Ana, Oleh, Puji Astuti, A. Tahapan, and Penelitian Kualitatif. 2012. "Proses Ini Berlangsung Terus: Desain Sirkuler." 2–4.
- Aryani, Eka, Anifa Tuzzuhroh Nurbaiti, Abdul Hadi, and Endah Rahmawati. 2024. "ASSERTIVE TRAINING UNTUK MENINGKATKAN SELF-CONFIDENCE." 8(5):5237–46.
- Azmi, Wifaqul, and N. Nurjannah. 2022. "Teknik Assertive Training Dalam Pendekatan Behavioristik Dan Aplikasinya Konseling Kelompok: Sebuah Tinjauan Konseptual [Assertive Training Techniques in Behavioristic Approaches and Its Applications Group Counseling: A Conceptual Review]." *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 2(2):101–12. doi: 10.59027/jcic.v2i2.155.
- Barida, Mulya. 2016. *Modul Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Komunikasi Asertif*.
- Cunningham, Alexandra, and William M. Cunningham. 2015. *Assertiveness Training*. Vols. 1–3.
- Dea, Rosaria Gracia. 2024. "Faktor Perubahan Alih Fungsi Lahan Pertanian Akibat Pembangunan Kawasan Aerotropolis Kulon Progo Dan Dampaknya Terhadap Tata Guna Lahan LP2B , Pemukiman Dan Pariwisata." *Journal of Local Architecture and Civil Engineering* 2(2):50–58. doi: 10.59810/localengineering.
- Endang Mei Yunalia, Arif Nurma Etika. 2019. "EFEKTIVITAS TERAPI KELOMPOK ASSERTIVENESS TRAINING TERHADAP EFFECTIVENESS OF ASSERTIVENESS TRAINING GROUP THERAPY ON ASSERTIVENESS COMMUNICATION SKILLS IN ADOLESCENTS WITH AGGRESSIVE BEHAVIOUR Keywords : Assertiveness Training , Assertiveness Communicatio." *Jurnal Keperawatan Jiva* 7(3):229–36.
- Ermayani, Tri. 2015. "Pembentukan Karakter Remaja Melalui Keterampilan Hidup." *Jurnal Pendidikan Karak Te* v(2):127–41.
- Ewing, Reid, Universitas Rutgers, Rolf Pendall, Universitas Cornell, Don Chen, and Smart Growth America. n.d. "Komunikasi Asertif." 1–14.
- Firsty Aufirandra, Bunga Adelya, and Syifa Ulfah. 2017. "Komunikasi Mempengaruhi Tingkah

- Laku Individu.” *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* 2(2):9–15.
- Fitriza, Dwi, and Taufik Taufik. 2022. “Hubungan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Dengan Keharmonisan Keluarga.” *Counseling and Humanities Review* 2(1):7–12. doi: 10.24036/000484chr2022.
- Hanifah, Alifia, Ipah Saripah, and Nadia Aulia Nadhira. 2023. “Peran Perilaku Asertif Terhadap Keterampilan Berkomunikasi Remaja.” *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam* 4(1):16–28. doi: 10.19105/ec.v4i1.8039.
- Hikmawati, Fenti. 2015. *Bimbingan Dan Konseling*.
- Indarto, Danang. 2021. “Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self-Esteem Korban Cyberbullying Pada Siswa.” *PENGARUH PENGGUNAAN PASTA LABU KUNING (Cucurbita Moschata) UNTUK SUBSTITUSI TEPUNG TERIGU DENGAN PENAMBAHAN TEPUNG ANGKAK DALAM PEMBUATAN MIE KERING* 15(1):165–75.
- Kidar, Fahrul Fitrah, Muhammad Daud, and Nurfitriany Fakhri. 2021. “Pengaruh Pelatihan Komunikasi Efektif Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif.” *Journal of Digital Communication and Design* 11(July):110–16.
- Mailani, Okarisma, Irna Nuraeni, Sarah Agnia Syakila, and Jundi Lazuardi. 2022. “Bahasa Sebagai Alat Komunikasi Dalam Kehidupan Manusia.” *Kampret Journal* 1(1):1–10. doi: 10.35335/kampret.v1i1.8.
- Mauliddiyah, Nurul L. 2021. “Agama Islam Negeri Pare-Paredeterminasi Organiasai Kemahasiswaan Dalam Meningkatkan Kompetensi Komunikasi Asertif Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab Dandakwah Institut.” 6.
- Mulyana, Oliivia Prabandini. 2019. “PENINGKATAN ASERTIVITAS PADA REMAJA MELALUI PELATIHAN Oliivia.” (September):179–81.
- Nora, Rista, and Marizki Putri. 2022. “Efektifitas Terapi Assertive Training Terhadap Kemampuan Komunikasi Asertif Dan Self Esteem Pada Remaja Dengan Perilaku Agresif.” *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)* 11(2):158–64. doi: 10.35328/keperawatan.v11i2.2272.
- Prabowo, Arga Satrio, and Asni Asni. 2018. “Latihan Asertif: Sebuah Intervensi Yang Efektif.” *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 7(1):116–20. doi: 10.21009/insight.071.10.
- Ramadhini, Putri Saeza, and Meilanny Budiarti Santoso. 2019. “Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Narapidana Remaja.” *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 6(2):169. doi: 10.24198/jppm.v6i2.21905.
- Rohiman, Rohiman, and others. 2022. “DERIVASI PRINSIP KONSEPTUAL TEORI PENDIDIKAN ISLAM.” *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam* 11(01).
- Rondius, Bayu &. 2012. *Efektifitas Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Asertif Pada Remaja SMA AL ISLAM 1 SURAKARTA*.
- Sari, Permata, Mohamad Rizal Pautina, Mohamad Awal Lakadjo, and Nur Luthfi. 2023. “Pandangan Teori Kebutuhan Dasar Abraham Maslow Dan Willian Glasser Tentang Fenomena Flexing.” *Jambura Guidance and Counseling Journal* 4(2):89–94.
- Simanjuntak, Juit Yanti. 2021. “Pengaruh Konseling Individual Teknik Assertive Training.” *Jurnal Psikologi Konseling* 18(1):852–60.

Ummah, Masfi Sya'fiatul. 2019. *No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title*. Vol. 11.

Wahyu, Suhartati, Rezki Hariko, and Universitas Negeri Padang. 1973. "(3) 123)." 26–34.

Walidaini, Birrul, Miga Burbana, and Ate Dara Sonia. 2024. "Evaluasi Program Layanan Bimbingan Konseling Di Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Takengon." 4. doi: 10.55352/bki.v4i2.1055.

Zahiya, Rahma Sari. 2024. "Adab Bertutur Kata Seorang Anak Terhadap Orang Tua Menurut Perspektif Agama Islam." *Religion : Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 3(3):552–61.