

## TINGKAH LAKU ASERTIF PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 33 JAKARTA BARAT

Oleh :  
Masyitoh<sup>1)</sup>  
Dra. Endang Setiyowati<sup>2)</sup>  
Dr. Awaluddin Tjalla<sup>3)</sup>

### *Asbtrak*

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai tingkah laku asertif siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat berdasarkan data atau fakta di lapangan. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 33 Jakarta Barat, dengan sampel siswa kelas X yang berjumlah 155 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik insidental. Metode penelitian yang digunakan adalah metode survei yang bersifat deskriptif. Uji validitas butir instrumen menggunakan teknik item total correlation dengan rumus Product Moment dengan data uji coba 72 butir item dan menghasilkan 36 butir item valid. Hasil  $r_{hitung}$  dari butir item kemudian dibandingkan dengan  $r_{tabel}$  Product Moment, dengan taraf signifikansi 5%. Jumlah responden uji coba 38 siswa dan uji penelitian 155 siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat yaitu sebesar 0,320 untuk uji coba dan 0,159 untuk uji penelitian. Reliabilitas diukur dengan rumus Alpha Cronbach, diperoleh  $r_{ii} = 0,86$ . Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa instrumen reliabel dan telah layak untuk digunakan di dalam penelitian ini. Hasil analisis data menunjukkan bahwa, skor rata-rata tingkah laku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat sebesar 92,5. Siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat yang dikategorisasikan memiliki tingkat tingkah laku asertif tinggi sebanyak 68%. Siswa yang dikategorisasikan memiliki tingkat tingkah laku asertif sedang sebanyak 32%, dan tidak ada siswa yang memiliki tingkah laku asertif rendah.*

**Kata kunci :** *tingkah laku asertif, siswa*

### **Pendahuluan**

Manusia pada hakikatnya merupakan makhluk sosial karena selalu berinteraksi terhadap lingkungannya. Hal tersebut berarti, tidak ada manusia yang mampu hidup sendiri tanpa bantuan orang lain. Fenomena seperti ini menunjukkan bahwa interaksi sosial merupakan hubungan diantara individu satu dengan individu lainnya, artinya saling mempengaruhi dan memberikan makna satu sama lainnya.

Interaksi yang baik, seorang individu diharapkan dapat menciptakan hubungan yang baik dengan orang-orang disekelilingnya, seperti keharusan untuk menghormati dan menghargai hak orang lain, berkomunikasi dengan baik juga dapat mengerti orang lain sehingga hubungan dan komunikasi yang terjalin akan tetap langgeng tanpa harus mengorbankan hak dan keinginan pribadi.

Ketika berinteraksi dengan lingkungan, individu

1 Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, may\_kirena@yahoo.co.id

2 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ

3 Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ

diharuskan untuk bersikap baik, tetapi konflik akan muncul ketika individu terus menerus setuju dengan hal-hal yang menyenangkan untuk orang lain tetapi tidak untuk dirinya sendiri atau ketika mempunyai suatu pendapat yang lebih baik namun tidak berani mengungkapkannya karena lawan bicaranya adalah orang yang dihormati atau disegani. Selain itu seorang individu akan mengalami hambatan dalam menyatakan perasaannya kepada orang lain. Hambatan ini dapat mengakibatkan konflik, dan individu tidak mendapatkan kepuasan emosional dalam bersosialisasi.

Tingkah laku asertif menurut Badell & Lennox adalah mendukung tingkah laku interpersonal yang secara simultan akan berusaha untuk memenuhi keinginan individu semaksimal mungkin dengan secara bersamaan juga mempertimbangkan keinginan orang lain, karena hal itu tidak hanya memberikan penghargaan pada diri sendiri tapi juga kepada orang lain. Dari definisi tersebut maka tingkah laku asertif merupakan suatu bagian yang akan dialami atau dihadapi individu dalam berkomunikasi dimana individu tersebut akan mengambil keputusan.

Pada masa remaja berkembang sikap “conformity”, yaitu kecenderungan untuk menyerah atau mengikuti opini, pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran (hobby) atau keinginan orang lain (teman sebaya). Konformitas yang cenderung banyak terjadi pada masa remaja dikarenakan kebutuhan akan diakui dan diterima oleh lingkungan.

Individu sebagai makhluk hidup dalam perkembangannya memiliki berbagai tahapan, demikian pula remaja dan fenomena yang dijelaskan di atas (mengikuti perkataan teman) juga dialami oleh remaja. Remaja sering mengalami atau remaja sangat merasa kesulitan apabila dihadapkan pada situasi dimana remaja harus mengikuti perkataan teman sebaya sedangkan dalam hatinya mereka menolak keadaan tersebut. Remaja lebih sering menahan keinginan yang ada dalam hatinya hanya karena untuk mengikuti apa yang dikatakan dan diinginkan teman-temannya. Remaja juga sering lebih merelakan keinginan yang sebenarnya menjadi hak mereka agar dapat diterima oleh teman-temannya, meskipun jauh dilubuk hatinya mereka tidak bisa menerima keadaan seperti itu. Ketakutan terbesar mereka adalah tidak diakui atau dijauhi oleh kelompok.

Sekolah merupakan tempat terjadinya proses pembelajaran dan tempat interaksi antar teman sebaya. Berbagai keterampilan dan aktivitas diperoleh dan dilakukan dalam proses belajar mengajar di sekolah, selain itu sekolah juga menjadi salah satu sarana untuk melatih pembentukan karakter individu siswa selain di rumah, karena sekolah merupakan sarana tempat bertemu dan berkumpulnya dengan teman-teman untuk melakukan hal-hal yang disenangi bersama. Berdasarkan Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA N 33 Jakarta Barat perwakilan dari kelas X yaitu, kelas X.1 dan X.2 yang berjumlah 80 siswa. Dalam bersosialisasi dengan temannya ada 42 siswa yang mengalami sikap kurang asertif, terutama jika dalam berkomunikasi mereka merasa sulit mengatakan tidak atau menolak ajakan teman untuk melakukan hal-hal yang negative atau merugikan diri sendiri. Contohnya seperti ajakan untuk bermain oleh temannya, sedangkan mereka masih memiliki tugas yang semestinya dikerjakan, sehingga tugasnya tersebut terabaikan. Selain itu hasil wawancara dari guru BK disekolah, siswa mengalami masalah lebih kepada kehadiran karena alasan bolos yang disebabkan oleh ajakan temannya sendiri.

Berdasarkan pandangan di atas, maka penulis tertarik untuk mengetahui gambaran tingkah laku asertif siswa kelas X SMA N 33 Jakarta Barat dalam berkomunikasi antar pribadi baik dengan keluarga, masyarakat maupun lingkungan sekolah khususnya.

Berdasarkan Latarbelakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah diuraikan, maka peneliti merumuskan permasalahannya pada “Bagaimana tingkah laku asertif pada siswa kelas X SMA N 33 Jakarta Barat ?”

## Kajian Teori

### Tingkah Laku Asertif

Badell dan Lennox merupakan salah satu ahli yang mengemukakan tentang definisi tingkah laku asertif, yaitu “*Assertiveness promotes interpersonal behavior that simultaneously attempts to maximize the persons’s satisfaction of wants while consider in the wants of other people, thus promoting respect for the self and others*”.

Beberapa ahli menyatakan bahwa, tingkah laku

asertif akan mendukung tingkah laku interpersonal yang secara simultan akan berusaha untuk memenuhi keinginan individu semaksimal mungkin dengan secara bersamaan juga mempertimbangkan keinginan orang lain, karena hal itu tidak hanya memberikan penghargaan pada diri sendiri tapi juga kepada orang lain.

Definisi yang dikemukakan oleh Badell dan Lennox adalah pengembangan dari pendahulu sebelumnya yaitu Jakubowski dan Lange. Definisi tentang tingkah laku asertif yang di kemukakan oleh Jakubowski dan Lange sebagai berikut : *“Standing up for your rights and expressing what you believe, feel, want in direct honest appropriate ways that respect the rights of the other person”*.

Jakubowski dan Lange pada definisi tersebut menyatakan bahwa tingkah laku asertif adalah mempertahankan hak-hak pribadi dan mengekspresikan apa yang diyakini, rasakan dan inginkan secara langsung dan jujur dengan cara yang sesuai yang menunjukkan penghargaan terhadap hak-hak orang lain.

Berdasarkan pendapat sebelumnya, penulis menyimpulkan bahwa tingkah laku asertif adalah mengungkapkan pikiran dan perasaan serta mempertahankan hak-hak pribadi secara jujur, lugas, tegas dan jelas pada orang lain tanpa melanggar hak-hak orang lain.

Dengan demikian, kita dapat melihat bahwa dengan bertingkah laku asertif akan memberikan kepuasan baik kepada diri sendiri maupun kepada orang lain dan mendukung terbentuknya hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain.

Dalam bertingkah laku asertif tidak hanya komunikasi secara verbal akan tetapi secara non verbal juga dibutuhkan untuk memperjelas maksud pesan yang ingin disampaikan kepada orang lain seperti yang dikemukakan oleh Badell dan Lennox terperinci di bawah ini.

Menurut Badell dan Lennox terdapat beberapa aspek dalam tingkah laku asertif yaitu ;

#### 1) Aspek Verbal Tingkah Laku Asertif

Badell dan Lennox mengemukakan tiga aspek verbal dalam bertingkah laku asertif, yaitu :

- a) Adanya Pertimbangan. Tingkah laku verbal yang mencerminkan pilihan untuk mempertimbangkan keinginan-keinginan orang lain

yang berusaha untuk menarik keinginan seseorang.

- b) Adanya Ekspresi Langsung. Tingkah laku verbal yang mencakup ekspresi langsung akan apa yang diinginkan dan perasaan yang dihubungkan.
  - c) Adanya Penerimaan dari orang lain. Tingkah laku verbal yang dapat diterima oleh orang-orang atau dengan kata lain dapat diterima oleh masyarakat umum.
- 2) Aspek Non Verbal Tingkah Laku Asertif
- Selain aspek verbal, Bedell dan Lennox juga mengemukakan aspek non verbal dalam bertingkah laku asertif sebagai berikut :
- a) Kontak Mata. Dalam bertingkah laku asertif kontak mata langsung dan tanpa terbelalak sangat diperlukan dalam berkomunikasi sehingga pesan dapat tersampaikan dengan baik.
  - b) Postur Tubuh. Postur tubuh berkomunikasi yang asertif baik ketika berdiri maupun duduk yang tegak, menghadap lawan bicara, sedikit mencondongkan badan, aktif, serta membentuk posisi tidak seimbang (asimetris), akan menambahkan keasertifan dan pesan dapat diterima dengan baik.
  - c) Gerak Tubuh. Mengaksentuasikan pesan dengan gerak tubuh atau isyarat yang pantas dapat menambah ketegasan, keterbukaan, kehangatan serta dapat kekuatan pesan.
  - d) Jarak. Dalam berkomunikasi yang asertif jarak mempunyai pengaruh dalam penyampaian pesan serta penerimaannya. Oleh karena itu menjaga jarak yang tepat kira-kira 1,5-3 kaki dari lawan bicara atau ½ meter.
  - e) Kesenyapan Sesaat (Latency). Ketika seseorang sedang berkomunikasi yang asertif ia dapat dengan yakin dan pasti (tanpa keraguan) untuk merespon pernyataan ataupun pertanyaan lawan bicaranya serta mengetahui betul bagaimana dan kapan untuk melakukan interupsi.
  - f) Suara. Suara yang tegas, volume yang cukup tidak terlalu keras, tertata rapih serta kecepatan yang normal tidak terlalu cepat atau lambat.

## Metode Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran tingkah laku asertif pada siswa kelas X (sepuluh) SMAN 33 Jakarta Barat. Penelitian ini dilakukan di SMAN 33 Jakarta Barat yang beralamat di Jl. Kamal Raya No. 54, Cengkareng, Jakarta Barat pada bulan Agustus 2012 – April 2013.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan survei. Survei merupakan suatu jenis penelitian yang banyak dilakukan oleh peneliti dalam bidang pendidikan. Pendekatan survei ini digunakan untuk mengetahui pendapat siswa. Menurut Margono, arti dari perkataan survei ialah pengamatan atau penyelidikan yang kritis untuk mendapatkan keterangan yang terang dan baik terhadap suatu persoalan tertentu dan di dalam suatu daerah tertentu. Jadi, penelitian survei merupakan penelitian yang berusaha mengamati atau menyelidiki secara kritis untuk mendapatkan keterangan yang terang dan baik terhadap suatu persoalan tertentu. Tujuan dari survei ialah mendapatkan gambaran yang mewakili daerah itu dengan benar. Jadi, tujuan dari survei adalah untuk mengambil suatu generalisasi dari gambaran tingkah laku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta barat.

Dalam penelitian ini peneliti menjadikan populasi sebagai sampel yang disebut juga sampling insidental adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui cocok sebagai sumber data. Jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan tingkat kesahihan 5% dari 280 adalah 155 siswa. Penetapan jumlah sampel tersebut mengacu pada pendapat yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael dalam sugiono.

Teknik analisis data yang dilakukan untuk menganalisis pada penelitian ini terdiri dari beberapa langkah, yaitu :

1. Menentukan Kategorisasi (tinggi, sedang, rendah) berdasarkan skor keseluruhan, skor perjenis kelamin, dan skor per indikator.
2. Menghitung persentase masing-masing kategori tersebut untuk skor keseluruhan, skor per jenis kelamin, maupun skor per indikator.

3. Menghitung rata-rata skor dan rerata skor per indikator tingkah laku asertif. Rata-rata skor diperoleh dengan membagi total skor per indikator dengan jumlah responden. Sedangkan rerata skor diperoleh dari hasil pembagian rata-rata skor per indikator dengan jumlah butir masing-masing aspek. Rerata skor digunakan untuk menentukan urutan atau tingkat dari masing-masing aspek.

Untuk menentukan kategorisasi skor keseluruhan, skor per jenis kelamin, dan skor per indikator ketentuan yang digunakan adalah sebagai berikut :

1. Kategori tinggi diperoleh apabila  $X > (\text{mean teoritik} + 1 \text{ SD})$
2. Kategori sedang apabila  $(\text{mean teoritik} + 1 \text{ SD}) \geq x \geq (\text{mean teoritik} - 1 \text{ SD})$
3. Kategori rendah diperoleh apabila  $X < (\text{mean teoritik} - 1 \text{ SD})$

## Hasil dan Pembahasan Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan gambaran mengenai tingkah laku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat berada dalam kategori tinggi. Hal ini dapat diartikan bahwa tingkah laku asertif yang dimiliki oleh siswa termasuk sangat baik.

Berdasarkan hasil penelitian secara keseluruhan, diperoleh gambaran bahwa siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat yang berada pada rentang  $X > 204,20$  sebanyak 106 siswa atau sebesar 68% termasuk dalam kategori tinggi, artinya siswa tersebut sudah mampu memperlihatkan tingkah laku asertifnya baik dalam aspek verbal maupun aspek nonverbal sehingga mereka dapat berkomunikasi dengan baik tanpa adanya kesalah pahaman diantara mereka. Secara aspek verbal mereka mampu mengadakan kesepakatan dalam bertindak, dapat berekspresi langsung atas apa yang dirasakannya dengan baik tanpa melukai perasaan orang lain dan mampu menempatkan diri mereka sesuai dengan situasi dan kondisi dimanapun mereka berada. Selain itu, jika digambarkan secara non verbal mereka dapat menggunakan kontak mata langsung, postur tubuh yang menghadap ke lawan bicara agak sedikit mencondongkan badan, gerak tubuh yang pantas, jarak, kesenyapan sesaat (latency) dan suara yang baik saat berinteraksi dengan orang lain. Di samping itu mereka mam-

pu memperlihatkan tingkah laku asertif dalam berhubungan dengan teman seusia mereka maupun dengan orang yang lebih tua. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor, seperti faktor pola asuh orang tua contohnya, orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter mendidik anak secara keras, penuh dengan larangan yang membatasi ruang kehidupan anak, maka akan tumbuh menjadi anak yang merasa dirinya rendah diri. Sedangkan orang tua yang menerapkan pola asuh demokratis, orang tua mengasuh anak mereka dengan penuh kasih sayang tetapi tidak memanjakan, sehingga anak akan tumbuh menjadi individu yang penuh percaya diri, mempunyai pengertian yang benar tentang hak mereka, dapat mengkomunikasikan segala keinginan dengan wajar, dan tidak memaksakan kehendak dengan cara menindas hak orang lain.

Sedangkan siswa yang berada dalam rentang  $X > 104,20$  sebanyak 49 atau sebesar 32% termasuk dalam kategori sedang, artinya siswa termasuk sudah cukup baik dalam tingkah laku asertif saat berinteraksi dengan orang lain, namun ada kemungkinan siswa tersebut mengalami hambatan dalam menerapkan tingkah laku asertifnya. Atau dengan kata lain, siswa tersebut tidak mengaplikasikan dengan baik tingkah laku asertif baik dalam aspek verbal maupun aspek nonverbalnya. Selain itu, tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori rendah atau dalam rentang  $x < 80,80$ .

Menurut Bedell dan Lenox tentang tingkah laku asertif yaitu tingkah laku interpersonal yang secara simultan akan berusaha untuk memenuhi keinginan individu semaksimal mungkin secara bersamaan juga mempertimbangkan keinginan orang lain, karena hal itu tidak hanya memberikan penghargaan pada diri sendiri tapi juga kepada orang lain. Hasil penelitian tingkah laku asertif dalam komunikasi antar pribadi pada siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat sebagian besar siswa memiliki tingkat tingkah laku asertif yang tinggi, hasil penelitian ini dapat dimaknai bahwa siswa mampu mempertimbangkan keinginan orang lain, karena hal tersebut tidak hanya memberikan penghargaan pada diri sendiri tapi juga kepada orang lain sehingga dapat mendukung terbentuknya hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain. Selain itu, siswa yang memiliki tingkah laku asertif dapat menggunakan aspek ver-

bal dan nonverbalnya dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin, diperoleh gambaran siswa laki-laki memiliki persentase 63% atau sebanyak 37 siswa memiliki tingkah laku asertif dalam kategori tinggi, sedangkan pada siswa perempuan memiliki persentase dalam 69% atau sebanyak 66 siswa memiliki tingkah laku asertif dalam kategori tinggi. Jika dilihat dari persentase tersebut terdapat perbedaan 0,6% antara persentase perempuan dan laki-laki, siswa perempuan memiliki persentase yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki pada tingkah laku asertifnya, hal tersebut terjadi karena kemungkinan adanya perbedaan pola asuh orang tua yang berbeda yang diberikan kepada siswa perempuan dan laki-laki. Selain itu, jumlah siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat didominasi oleh siswa perempuan dengan jumlah keseluruhan 96 dan siswa laki-laki 56. Artinya siswa perempuan lebih memiliki tingkah laku asertif yang baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa perbedaan jenis kelamin mempengaruhi perbedaan tingkah laku asertif pada siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat, dengan indikasi bahwa siswa yang berjenis kelamin perempuan memiliki tingkah laku asertif yang baik.

Hasil pengolahan data per indikator dari tingkah laku asertif dapat terlihat bahwa indikator adanya kesepakatan atau pertimbangan mempunyai persentase paling tinggi, artinya siswa mampu mempertimbangkan kedua keinginan antar keinginannya dengan keinginan orang lain yang pada akhirnya menghasilkan sebuah pernyataan kesepakatan. Tingkah laku asertif yang ditampilkan oleh siswa di SMA Negeri 33 Jakarta Barat saat berkomunikasi dengan orang lain sangat baik dalam hal melakukan suatu pertimbangan atau kesepakatan dengan orang lain. Sedangkan indikator dengan persentase terendah adalah suara. Artinya siswa belum bisa menggunakan volume yang cukup tidak terlalu keras, tertata rapih serta kecepatan yang normal tidak terlalu cepat atau lambat saat berkomunikasi dengan orang lain. Saat berkomunikasi dengan orang lain tingkah laku asertif siswa dalam indikator suara kurang baik, karena siswa masih mengalami kesulitan saat menggunakan suara yang tegas serta kecepatan yang normal tidak terlalu cepat atau lambat.

## Simpulan dan Saran

### a) Simpulan

1. Tingkat tingkah laku asertif siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat berada pada kategori tinggi, artinya siswa tersebut sudah mampu memperlihatkan tingkah laku asertif dengan baik, yaitu secara aspek verbal maupun aspek nonverbal sehingga mereka dapat berkomunikasi dengan baik tanpa adanya kesalahan pemahaman diantara mereka, serta dapat berhubungan dengan teman seusia mereka maupun dengan orang yang lebih tua.
2. Analisa penelitian berdasarkan perbedaan jenis kelamin menunjukkan bahwa siswa berjenis kelamin perempuan memiliki persentase yang lebih tinggi 0,6 % dari siswa berjenis kelamin laki-laki. Hal tersebut dikarena jumlah siswa perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki serta adanya kemungkinan pola asuh orang tua yang diberikan kepada siswa perempuan berbeda dengan laki-laki.
3. Sedangkan analisa hasil penelitian berdasarkan dimensi menghasilkan perolehan data bahwa dimensi verbal mempunyai persentase lebih tinggi 11 % dibandingkan dengan dimensi nonverbal. Hal ini menunjukkan bahwa tingkah laku asertif yang diterapkan dalam komunikasi dengan orang lain, siswa lebih menggunakan dimensi verbalnya, kemudian menggunakan dimensi nonverbalnya.

### b) Saran

1. Penelitian ini diharapkan menjadi informasi bagi siswa kelas X SMA Negeri 33 Jakarta Barat untuk meningkatkan tingkah laku asertif, sehingga siswa dapat memperoleh lebih banyak pengetahuan untuk menjadi individu yang bertingkah laku asertif yang disampaikan oleh guru pembimbing.

2. Bagi guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 33 Jakarta Barat agar tidak hentinya memberikan bimbingan mengenai tingkah laku asertif dalam komunikasi antar pribadi. Hal ini berguna untuk mempertahankan atau meningkatkan tingkah laku asertif dalam komunikasi antar pribadi siswa menjadi lebih baik. Sehingga akan membantu siswa untuk memiliki tingkah laku asertif yang baik melalui layanan bimbingan klasikal maupun bimbingan kelompok.
3. Bagi peneliti lain yang ingin meneliti tentang tingkah laku asertif pada siswa diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai tingkah laku asertif dengan populasi dari keseluruhan siswa untuk mendapatkan hasil yang lebih menyeluruh.

## Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta. 2002.
- Bedell, Jeffrey R. & Lennox, Shelley S. *Handbook For Communication And Problem-Solving Skills Training A cognitif-Behavioral Approach*. USA : John Wiley & Sons. Inc. 1997.
- Jakubowski, Patricia, & Lange, Arthur J. *Responsible Assertive Behavior (Cognitive Behavioral Procedures For Training)*. Research Press, Champaign, 1998.
- Margono. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004.
- Sugiyon. *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. (Bandung: Alfabeta). 2008.
- Yusuf, Syamsu LN. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosda Karya. 2004.