

## Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan *Self Esteem* Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Siswi SMA Global Prima Medan

Gianina Arta Rizka<sup>1</sup>, Jenny<sup>2</sup>, Sandy Sanjaya<sup>3</sup>, Bernhard Branyaga Baluya<sup>4</sup>, Rianda Elvinawanty<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia

Email: [gianinaartarizka@gmail.com](mailto:gianinaartarizka@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah pelatihan asertivitas memiliki pengaruh untuk meningkatkan *self esteem* remaja yang mengalami kekerasan dalam hubungan pacaran. Hipotesa dalam penelitian ini ada 2 yaitu; 1) Diperoleh hasil yang berbeda antara *pretest* dengan *posttest* setelah diberikan pelatihan asertif pada kelompok eksperimen, dengan asumsi bahwa *self esteem* akan meningkat setelah diberikan pelatihan dibandingkan sebelum diberikan pelatihan. 2) Ada perbedaan *self esteem* pada kelompok eksperimen yang telah diberikan pelatihan asertif dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan, dengan asumsi bahwa *self esteem* pada kelompok eksperimen akan lebih tinggi daripada *self esteem* kelompok kontrol. Penelitian dengan *Quasi Experimental Design* merupakan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Teknik analisis memakai pengukuran uji non parametrik yaitu teknik analisis *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney U*. Berdasarkan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *Sig.* sebesar 0,001 maka hipotesa pertama diterima sehingga pelatihan asertif mempunyai pengaruh dalam meningkatkan *self esteem*. Berdasarkan hasil uji *Mann Whitney U* didapatkan nilai *Sig.* 0,000 maka hipotesa kedua diterima sehingga disimpulkan terdapat perbedaan *self esteem* antara kelompok eksperimen yang mendapatkan pelatihan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan pelatihan asertif.

**Kata Kunci:** *pelatihan asertif, self esteem.*

### Abstract

The study aims to see assertive training has effect on raising self-esteem of female adolescents whom experiencing violence in romantic relationships. There are two hypotheses; 1) There's difference with the results between pretest and posttest after the assertive training is given to the experimental group, with the assumption that self esteem will increase after being given assertive training compared to before being given training. 2) There's difference of self-esteem in the experimental group that is given assertive training with the control group who is not given assertive training, with the assumption that self esteem in experimental groups will be higher than self esteem in control groups. Experimental research with Quasi Experimental Design. Data obtained through Shapiro-Wilk normality test. The analysis technique uses non-parametric test measurements, namely Wilcoxon and Mann-Whitney U analysis techniques. The results of Wilcoxon test is *Sig.* <0.001, means hypothesis is accepted and can be said assertive training has effect on increasing self-esteem. The results of Mann Whitney U test is *Sig.* 0.000, means hypothesis is accepted and concluded there is a difference self-esteem in the experimental group who was given assertive training and the control group who was not given assertive training.

**Keywords:** *content, formatting, article.*

### PENDAHULUAN

Pada dasarnya, manusia adalah makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain. Abraham Maslow seorang pelopor aliran humanistik dalam teorinya *Hierarchy of Needs* atau Hirarki Kebutuhan Manusia menyatakan bahwa setelah terpenuhinya kebutuhan fisiologis dan rasa aman, maka manusia akan mulai memenuhi kebutuhannya akan rasa ingin memiliki dan dicintai. Ketika mencapai masa pubertas yaitu pada usia 11-20 tahun dan seterusnya, rasa suka dengan lawan jenis sudah mulai bisa

dirasakan. Tak heran jika individu yang telah beranjak remaja dan sudah terpenuhi kebutuhan dasarnya akan mulai memenuhi keinginan untuk rasa sayang dengan menjalin hubungan romantis (berpacaran). Hubungan romantis tidak selamanya mengenai peristiwa mencintai dan dicintai. Sejatinya, hubungan romantis yang baik dan terarah adalah hubungan yang saling memberi dukungan, menyayangi, menjaga, saling melindungi dan memiliki kebebasan berpendapat. Namun, tidak jarang hubungan pacaran diwarnai dengan peristiwa kekerasan yang berujung pada penurunan harga diri yang paling banyak dialami oleh perempuan. Menurut Burandt, dkk., (dalam Murray, 2007) kekerasan dalam pacaran adalah suatu perilaku paksaan untuk bisa mengontrol dan mempunyai kekuatan atas pasangan. Perempuan menjadi sebagian besar korban tindak kekerasan dalam pacaran. Dalam hal ini, bisa disimpulkan bahwa perempuan dalam relasi pacaran memiliki *bargaining position* serta *power* yang lemah, yang membuat perempuan kesulitan menegosiasikan kepentingannya kepada pasangan dan lebih memilih melakukan tindakan permisif dengan mentoleransi pengalaman terkait tindak kekerasan.

Di tahun 2019 CATAHU Komnas Perempuan mencatat laporan kekerasan dalam lingkup privat atau personal yang diterima mitra penyedia layanan, dilansir dari ([www.komnasperempuan.go.id](http://www.komnasperempuan.go.id)), terdapat peningkatan pada angka kekerasan yang lumayan tinggi yaitu sebanyak 2.073 kasus. Pelaku kekerasan seksual tertinggi pada temuan CATAHU, berada pada lingkup privat atau personal seperti pacar, yakni sebanyak 1.670 orang. Hasil survei sementara pada subyek penelitian dan data yang bersumber dari CATAHU Komnas Perempuan di atas cukup menjelaskan bahwa banyak kasus kekerasan yang dialami oleh perempuan yang dimulai dari usia remaja. Kekerasan yang dialami perempuan sejak dini ini berpotensi menyebabkan rusaknya dan rendahnya *self esteem* dalam diri mereka.

Coopersmith (dalam Mruk, 2006) menyatakan "harga diri (*self esteem*) adalah saat individu melakukan evaluasi yakni kebiasaan memandang diri sendiri terutama mengenai sikap penerimaan dan indikasi atas seberapa besar kepercayaan individu menilai dirinya dalam perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya". Johnson (dalam Sveningsson, 2012) menyatakan "*self esteem* merupakan evaluasi seseorang dalam menilai dirinya sendiri, yakni seberapa puas seseorang dengan dirinya sendiri".

Coopersmith (dalam Mruk, 2006) menyatakan "*self esteem* sendiri terbagi menjadi empat aspek yakni; Kekuatan (*Power*), Keberartian (*Significance*), Kebajikan (*Virtue*), serta Kemampuan (*Competence*)". Menurut Coopersmith (dalam Mruk, 2006), *self esteem* dibagi dua kategori yaitu harga diri rendah dan tinggi. Harga diri yang tinggi akan dimiliki oleh individu yang mendapatkan penerimaan dan penghargaan positif sehingga individu dapat merasa dirinya berharga, percaya diri, hidup penuh kebahagiaan. Sebaliknya, individu yang memiliki harga diri yang rendah akan merasakan depresi, stress, cemas, dan merasa kesepian. Individu dengan harga diri yang rendah cenderung lebih berusaha bertindak untuk memenuhi kebutuhan harga dirinya dibandingkan dengan individu dengan harga diri yang tinggi.

Melihat fenomena yang terjadi dan semakin banyaknya remaja perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam berpacaran yang berefek pada penurunan *self esteem*, maka peneliti ingin memberi solusi terhadap masalah terkait. Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk membantu peningkatan *self esteem* adalah dengan memberikan pelatihan asertif. Willis & Daisley (1995) menyatakan "asertif merupakan kemampuan untuk mengekspresikan emosi, mempertahankan interaksi dengan orang lain secara jujur, bertanggung jawab dan bebas dari rasa cemas". Latipun (2003) mengungkapkan "pelatihan asertif merupakan suatu proses untuk membantu seseorang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan mengatakan kata "tidak", kesulitan mengungkapkan afeksi dan respon positif lainnya". Tegas dalam menanyakan apa alasan orang saat memberikan penilaian buruk tentang dirinya adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang yang asertif. Pada saat individu merasa berani dan merasa berhak mengetahui alasan tersebut, maka pada saat itulah penilaian ia tentang dirinya akan meningkat atau terjadi kenaikan harga diri (*increase of self esteem*).

Alberti dan Emmons (dalam Rizki, dkk., 2015) menyebutkan ada 5 aspek-aspek asertivitas yaitu aspek bertindak sesuai dengan keinginan sendiri, aspek kemampuan untuk mengekspresikan perasaan, aspek kemampuan untuk mempertahankan diri, aspek kemampuan untuk menyatakan pendapat, dan aspek perhatian terhadap hak-hak orang lain.

Hipotesa dalam penelitian ini ada dua, yaitu 1) Diperoleh hasil yang berbeda antara pretest dengan posttest setelah diberikan pelatihan asertif pada kelompok eksperimen, dengan asumsi bahwa *self esteem* akan meningkat setelah diberikan pelatihan asertif dibandingkan sebelum diberikan pelatihan. 2) Ada perbedaan *self esteem* kelompok eksperimen yang menerima pelatihan asertif dengan kelompok kontrol yang tidak menerima pelatihan, dengan asumsi bahwa tingkat *self esteem* pada kelompok eksperimen akan meningkat daripada *self esteem* pada kelompok yang tidak diberikan pelatihan.

Tujuan penelitian adalah agar dapat mengetahui “Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan *Self Esteem* Remaja yang Mengalami Kekerasan dalam Hubungan Pacaran pada Siswi-siswi SMA Global Prima Medan”.

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangsih kepada ilmu Psikologi pada umumnya, Psikologi Sosial pada khususnya. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi ilmu pengetahuan & referensi bagi peneliti lain yang ingin meneliti tentang penelitian sejenis dan juga dapat membuka wawasan baru bagi para ilmuwan Psikologi. Manfaat bagi siswi diharapkan dapat menyadari pentingnya *self esteem* karena manfaatnya sebagai pertahanan atau pencegahan dari perilaku negatif sehingga para siswi bisa lebih menghargai diri sendiri terlepas dari segala kekurangan yang dimilikinya. Manfaat bagi sekolah diharapkan mampu menjadi sarana untuk memberi masukan kepada guru/konselor di sekolah SMA Global Prima Medan untuk mengetahui permasalahan *self esteem* yang dialami siswi yang sedang berpacaran.

## METODE

Penelitian *Quasi Experimental* dengan rancangan *Nonequivalent Control Group Design* merupakan jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Menurut Sugiyono (2013), metode penelitian *Nonequivalent Control Group Design* merupakan sebuah rancangan penelitian dengan membandingkan dua kelompok yaitu eksperimen dan kelompok kontrol. Pengujian dilakukan terhadap masing-masing kelompok sebanyak 2 kali, pada kelompok eksperimen dilakukan sebelum dan sesudah mendapatkan pelatihan sedangkan pada kelompok kontrol diberikan dua kali pengujian tanpa mendapatkan pelatihan.

Menurut Sugiyono (2018), populasi adalah wilayah yang terdiri dari subjek yang mempunyai karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Dari populasi siswi SMA Global Prima yang berjumlah 138 orang, subjek yang diambil pada penelitian ini adalah 30 siswi SMA Global Prima Medan yang memiliki karakteristik yaitu sedang/pernah menjalani hubungan pacaran, pernah mengalami kekerasan oleh pasangannya dan mendapatkan skor rendah pada tes *self esteem*. Dalam penelitian awal, peneliti akan melakukan wawancara dan memberikan skala *self esteem* untuk mengambil kategori subyek yang berada pada tingkat *self esteem* yang rendah, yang sampelnya kemudian menghasilkan 2 jenis kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Pengumpulan data menggunakan metode skala *Likert* untuk mengukur *self-esteem* setelah dilakukan pelatihan. Coopersmith (dalam Mruk, 2006) menyebutkan “terdapat empat aspek dalam *Self esteem* individu, yaitu Kekuatan (*Power*), Keberartian (*Significance*), Kebajikan (*virtue*), Kemampuan (*Competence*).

Uji validitas yang digunakan adalah uji validitas *Corrected Item Total Correlation* dan reliabilitas diuji menggunakan *Alpha Cronbach* dengan program bantuan *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 26. Terdapat 40 buah aitem yang diuji validitasnya, Aitem dengan nilai  $r \geq 0.30$  dinyatakan sah (Azwar, 2016). Dengan demikian hasil dari uji validitas terdapat 17 aitem yang gugur dan sisanya 23 aitem dinyatakan sah dengan koefisien reliabilitas yang dihasilkan sebesar 0,828.

Teknik analisis pertama yang dilakukan adalah deskripsi data untuk menentukan kategorisasi *self esteem* subjek. Uji normalitas dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk* untuk menilai sebaran data variabel berdistribusi normal atau tidak, apabila nilai  $\text{sig} > 0.05$  maka dinyatakan berdistribusi normal. Setelah itu, uji homogenitas untuk menguji apakah dua kelompok dari populasi memiliki varian yang homogen atau tidak, dengan nilai  $\text{Sig} > 0.05$  maka dinyatakan homogen.

Teknik analisis data menggunakan analisis kuantitatif dengan pengukuran nonparametrik yaitu analisis *Mann-Whitney U* untuk mengukur apakah terdapat perbedaan nilai rata-rata dua kelompok sampel yang *independent*, dan dengan uji *Wilcoxon* yang bertujuan untuk menguji perbedaan distribusi dua kelompok sampel yang berpasangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data dibutuhkan untuk menentukan kategorisasi pada hasil tes *self esteem*. Subjek dengan skor rendah atau tinggi akan dipilih untuk menjadi peserta pelatihan. Pada tabel 1, terdapat 18 subjek (36%) dengan kategori *self esteem* rendah, 13 subjek (26%) sedang dan 19 subjek (38%) tinggi.

**Tabel 1. Kategori Self Esteem**

Variabel	Kategori	Jumlah Subjek	Persentase
<i>Self esteem</i>	Rendah	18	36%
	Sedang	13	26%
	Tinggi	19	38%
Jumlah		50	100%

Nilai sig pada uji normalitas data *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol berturut-turut adalah 0.003, 0.810, 0.014, 0.141 maka disimpulkan bahwa data *self esteem* dinyatakan berdistribusi tidak normal. Setelah itu, nilai Sig pada uji homogenitas berturut-turut adalah 0.125, 0.153, 0.159, 0.125 maka disimpulkan populasi memiliki varian yang homogen.

Hipotesa pertama: Ada perbedaan hasil *pretest* dengan *posttest* setelah diberikan pelatihan asertif pada kelompok eksperimen, dengan asumsi bahwa *self esteem* akan meningkat sesudah diberikan pelatihan asertif dibandingkan sebelum diberikan pelatihan. Hipotesa dibuktikan dengan uji *Wilcoxon*. Pada tabel 2. dapat terlihat perbedaan nilai *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dengan nilai  $Z = -3,415$  dan  $P = 0.001$ . Nilai  $P < 0.05$  menunjukkan hipotesa pertama diterima.

**Tabel 2. Uji Wilcoxon data pretest dan posttest kelompok eksperimen**

Kelompok	Jumlah subjek	Rerata Skor <i>Self Esteem</i>		Z	P
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>		
Eksperimen	15	16,57	23,00	-3,415	0,001

Hipotesa kedua: Adanya perbedaan *self esteem* pada kelompok eksperimen yang diberikan pelatihan asertif dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan asertif, dengan asumsi bahwa *self esteem* pada kelompok eksperimen akan lebih tinggi daripada *self esteem* kelompok kontrol.

**Tabel 3. Deskriptif Uji Mann Whitney U Data Posttest Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen**

Kelompok	Jumlah subjek	Z	P
Eksperimen	15	-4,681	0,000
Kontrol	15		

Berdasarkan tabel 4. data ranks yang diperoleh, *mean* pada kelompok eksperimen sebesar 23,00 dan *Sum of Ranks* 345,00 lebih tinggi daripada *mean* pada kelompok kontrol sebesar 8,00 dan *Sum of Ranks* 120,00. Ini menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang menerima pelatihan asertif mempunyai *self esteem* yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan asertif.

**Tabel 4. Data Ranks Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Hasil Pelatihan Asertif	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
	Eksperimen	15	23.00	345.00
	Kontrol	15	8.00	120.00
	Total	30		

Adapun pelaksanaan pelatihan yang dilakukan selama 3 hari pertemuan, pertemuan pertama berisi 1

sesi, pertemuan kedua dan ketiga berisi masing-masing 4 sesi. Berikut gambaran kegiatan pelatihan:

Hari pertama: sesi ke-1, tahap pengenalan antara pelatih dengan subjek dan pelatih menjelaskan tujuan dan manfaat dari pelatihan. Setelah itu, subjek akan diarahkan untuk mengisi *pretest self esteem*.

Hari kedua: sesi ke-1, memulai pelatihan dengan melakukan *yel-yel* agar mencairkan suasana. Sesi ke-2, menayangkan video tentang kekerasan dalam hubungan pacaran dan berdiskusi. Sesi ke-3, memasuki materi pertama "Bertindak sesuai keinginan sendiri", pelatih menjelaskan tentang apa yang dimaksud dengan bertindak sesuai keinginan sendiri. Selanjutnya, pelatih melakukan *modelling* dan subjek melakukan *roleplay*. Setelah itu, pelatih memberikan studi kasus yang harus dipecahkan oleh subjek selama 10 menit dan diskusi terkait studi kasus tersebut. Materi pertama ditutup dengan bermain *games*. Sesi ke-4, memasuki materi kedua "Mampu mengekspresikan perasaan", diawali dengan penayangan video. Setelah itu, dilakukan diskusi terkait video tersebut. Lalu dilakukan *modelling* oleh pelatih dan *roleplay* oleh subjek. Selanjutnya, peneliti memberi studi kasus dan diskusi terkait kasus tersebut.

Hari ketiga: sesi ke-1, materi ketiga "Mampu mempertahankan diri", pelatih memberikan *games* terlebih dahulu. Setelah *ice breaking*, pelatih menjelaskan tentang materi dengan melakukan *modelling* dan subjek melakukan *roleplay*. Setelah itu, pemberian studi kasus dan diskusi kepada subjek. Sesi ke-2, materi keempat "Mampu menyatakan pendapat", pelatih menjelaskan tentang materi dengan *modelling* dan subjek melakukan *roleplay*. Setelah itu, dilakukan diskusi antara pelatih dan subjek. Sesi ke-3, materi kelima "Perhatian terhadap hak-hak orang lain", diawali dengan penjelasan materi dan dilanjutkan dengan melakukan *modelling* oleh pelatih dan subjek melakukan *roleplay*. Setelah itu, materi ditutup dengan melakukan diskusi. Setelah semua materi sudah diberikan, peneliti memberikan *posttest self esteem*.

Pencapaian pelatihan asertif pada kelompok eksperimen dilakukan dengan pemberian materi yang sesuai dengan aspek pelatihan asertif oleh Alberti dan Emmons (dalam Rizki, dkk., 2015) yaitu bertindak sesuai keinginan sendiri, mampu mengekspresikan perasaan, mampu mempertahankan diri, mampu menyatakan pendapat, dan perhatian terhadap hak-hak orang lain. Pada awalnya, subjek belum terlalu memahami terkait aspek dari pelatihan yang akan diberikan. Namun setelah diberikan pelatihan, subjek dapat lebih memahami kelima aspek dari pelatihan asertif.

Berdasarkan analisis data diatas diperoleh hasil bahwa pelatihan asertif memiliki efektivitas dalam meningkatkan *self esteem*. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Audina, dkk., (2019) yang menyatakan adanya pengaruh latihan asertif dapat membuat seorang siswa mampu mengatakan "tidak" atau menolak sesuatu yang tidak disukainya yang berpengaruh pada meningkatnya *self esteem* siswa. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang sejalan antara asertivitas terhadap *self esteem*.

Berdasarkan penelitian oleh Rohmawati dan Christiana (2018) juga menunjukkan bahwa kelompok eksperimen yang telah diberikan pelatihan mengalami perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* dimana hasil *posttest* lebih tinggi dari hasil *pretest* sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan *self esteem*.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa: (1) kelompok eksperimen yang mendapatkan pelatihan asertif mengalami peningkatan *self esteem* dengan perolehan hasil  $P = 0,001$  ( $P < 0,05$ ). (2) Hasil perbandingan antara kelompok eksperimen yang menerima pelatihan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima pelatihan menunjukkan bahwa kelompok bagian eksperimen mendapatkan hasil *self esteem* yang lebih tinggi daripada kelompok bagian kontrol dengan nilai  $P=0,000$  ( $P < 0,05$ ) dan nilai *mean* dan *sum of ranks* (*mean*=23,00 dan *sum of ranks*=345,00) kelompok eksperimen lebih besar daripada *mean* dan *sum of ranks* kelompok kontrol (*mean*=8,00 dan *sum of ranks*=120,00).

## DAFTAR PUSTAKA

- Audina, W.A., Bakar, A., & Nurbaity (2019). Efektivitas Teknik Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa (MTsN 2 Aceh Besar). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(3), 16. <http://jim.unsyiah.ac.id/pbk/article/view/9140>
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Komnas perempuan. (2019, 06 Maret) Lembar Fakta dan Poin Kunci Catatan Tahunan Komnas Perempuan

Tahun 2019. <https://komnasperempuan.go.id/catatan-tahunan-detail/lembar-fakta-dan-poin-kunci-catatan-tahunan-komnas-perempuan-tahun-2019>

Latipun, (2003). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.

Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, Theory and Practice*. New York: Springer Publishing Company.

Murray, Jill. (2007). *But I Love Him*. HarperCollins e-book.

Ristiani, R.F., Noviekayati, IGAA., & Saragih, S. (2017). Efektivitas Pelatihan Asertivitas Meningkatkan Self Esteem Remaja Putri Yang Mengalami Kecenderungan Kekerasan Dalam Berpacaran. *Jurnal Psikoislamika*, 14(1), 55-60. <https://doi.org/10.18860/psi.v14i1.6503>

Rizki, K., Sukarti, & Uyun, Q. (2015). Pelatihan Asertivitas Terhadap Penurunan Kecemasan Sosial Pada Siswa Korban Bullying. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 205. <https://doi.org/10.22219/jipt.v3i2.3529>

Rohmawati, Z., & Christiana, E. (2018). Latihan Asertif Untuk Meningkatkan Self-Esteem Korban Cyberbullying Pada Siswa. *Jurnal BK Unesa*, 8(2), 310-316. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/24569>

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta

Sveningson, E. (2012). The Relation between Peer Social Status and Self-esteem in Middle Childhood. Thesis. Lunds Universitet: Institutionen for Psykologi.

Willis, L. & Daisley, J. (1995). *The assertive trainer: A practical handbook on assertiveness for trainers and running assertiveness courses*. USA: McGraw-Hill.