

**PELATIHAN PERILAKU ASERTIF DALAM MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA
REMAJA DI UPT PPSAA TRENGGALEK ASRAMA KEDIRI**

SKRIPSI



Oleh:

RAHMAD BAGUS PURWANTO

21104115

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI**

2025

**PELATIHAN PERILAKU ASERTIF DALAM MENINGKATKAN
KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA
REMAJA DI UPT PPSAA TRENGGALEK ASRAMA KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Institut Agama Islam Negeri Kediri

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

Dalam menyelesaikan Program Sarjana

Oleh:

RAHMAD BAGUS PURWANTO

21104115

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KEDIRI
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

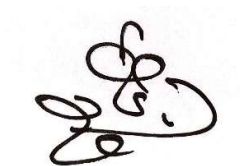
PELATIHAN PERILAKU ASERTIF DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA REMAJA DI UPT PPSAA TRENGGALEK ASRAMA KEDIRI

RAHMAD BAGUS PURWANTO

21104115

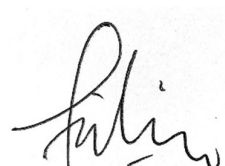
Disetujui Oleh:

Pembimbing 1



Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog
NIP. 19810215 200912 2 003

Pembimbing 2



Fidiah Astuti, M. Psi.
NIP. 19900930 201903 2 014

NOTA DINAS

Kediri, 10 Juni 2025

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Rahmad Bagus Purwanto
NIM : 21104115
Judul : PELATIHAN PERILAKU ASERTIF DALAM
MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI
INTERPERSONAL PADA REMAJA DI UPT PPSAA
TRENGGALEK ASRAMA KEDIRI

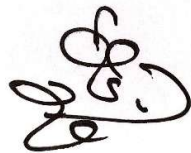
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih.

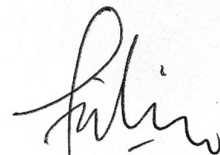
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing 1



Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog
NIP. 19810215 200912 2 003

Pembimbing 2



Fidya Astuti, M. Psi.
NIP. 19900930 201903 2 014

NOTA PEMBIMBING

Kediri, 10 Juni 2025

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth. Bapak Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Rahmad Bagus Purwanto
NIM : 21104115
Judul : PELATIHAN PERILAKU ASERTIF DALAM
MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI
INTERPERSONAL PADA REMAJA DI UPT PPSAA
TRENGGALEK ASRAMA KEDIRI

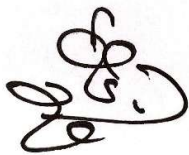
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat diujikan dalam Sidang Munaqasah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih.

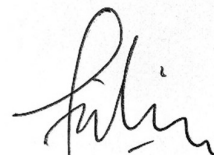
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing 1



Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog
NIP. 19810215 200912 2 003

Pembimbing 2



Fidias Astuti, M. Psi.
NIP. 19900930 201903 2 014

HALAMAN PENGESAHAN

PELATIHAN PERILAKU ASERTIF DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA REMAJA DI UPT PPSAA TRENGGALEK ASRAMA KEDIRI

Rahmad Bagus Purwanto
21104115

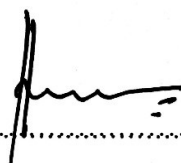
Telah diajukan di depan Sidang Munaqasah
Institut Agama Islam Negeri Kediri
Pada Tanggal 25 Juni 2025

Tim Penguji,

1. Penguji Utama

Dr. Prilani, M. Si.

NIP. 19780421 200501 1 002



(.....)

2. Pembimbing 1

Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog

NIP. 19810215 200912 2 003

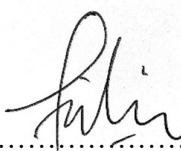


(.....)

3. Pembimbing II

Fidia Astuti, M. Psi.

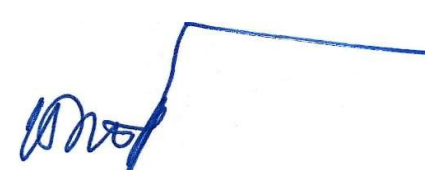
NIP. 19900930 201903 2 014



(.....)

Kediri, 25 Juni 2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri



Prof. Dr. A. Halil Thahir, M. HI.
NIP. 19711121 200501 1 006

HALAMAN MOTTO

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا ۚ

“Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri dan jika kamu berbuat jahat, maka (kejahatan) itu bagi dirimu sendiri.”

(Q.S. Al-Isra’: 7)

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rahmad Bagus Purwanto
NIM : 21104115
Program Studi : Psikologi Islam
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Email : prahmadbagus@gmail.com

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang telah saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Maka dari itu saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 10 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Rahmad Bagus Purwanto

NIM. 21104115

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, segala puji hanya milik Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, karunia, dan petunjuk-Nya kepada kita semua. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita ke dalam cahaya Islam yang penuh keberkahan hingga hari ini. Semoga kita semua mendapatkan syafaat beliau di hari kiamat nanti, amiin.

Ucapan terima kasih ini penulis sampaikan sebagai ungkapan rasa syukur atas terselesaikannya tugas akhir skripsi ini. Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. **Diri sendiri**, yang telah menunjukkan keteguhan dan semangat pantang menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran dan kerja keras yang terus dipertahankan meskipun menghadapi berbagai tantangan.
2. **Kedua orang tua**, yang selalu memberikan doa, dukungan moral, dan bantuan materiil tanpa henti dari awal perkuliahan hingga saat ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
3. **Keluarga besar**, yang selalu memberikan dukungan kepada penulis mulai dari awal perkuliahan hingga saat ini.
4. **Ibu Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog** dan **Ibu Fidiah Astuti, M. Psi.**, sebagai dosen pembimbing yang dengan penuh kesabaran dan ketulusan membimbing serta memberikan arahan selama proses penulisan skripsi ini hingga selesai.

ABSTRAK

Rahmad Bagus Purwanto. Dosen Pembimbing 1) Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog dan 2) Fidia Astuti, M. Psi. *Pelatihan Perilaku Asertif Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri*. Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Kediri.

Kata Kunci: Pelatihan Perilaku Asertif, Komunikasi Interpersonal, Remaja

Komunikasi interpersonal merupakan keterampilan penting bagi remaja dalam membangun hubungan sosial yang harmonis dan mengekspresikan diri secara efektif. Namun, remaja di lingkungan khusus seperti panti asuhan sering menghadapi tantangan dalam mengembangkan kemampuan ini. Pelatihan asertif menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal dengan mengajarkan cara menyampaikan pendapat secara terbuka dan percaya diri tanpa mengabaikan perasaan orang lain. Tujuan dari penelitian ini adalah: (1) Mengetahui tingkat komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek sebelum pelatihan perilaku asertif (2) Mengetahui tingkat komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek setelah pelatihan perilaku asertif (3) Mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek antara sebelum dan setelah pelatihan perilaku asertif.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimental dengan menggunakan desain *one group Pre-Test-Post-Test*. *Pre-Test* diberikan sebelum pemberian intervensi dan *Post-Test* diberikan setelah intervensi dilakukan. Populasi pada penelitian ini adalah anak asuh di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri yang berjumlah 60 anak, kemudian sampel dalam penelitian ini berjumlah 24 remaja UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan karakteristik tingkat pendidikan SMA/SMK. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Instrumen penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah skala komunikasi interpersonal. Penelitian ini menggunakan teknik analisis data *Paired Sample T-Test* dengan menggunakan *software* IBM SPSS 25 *for windows*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari hasil pengolahan data secara statistik menunjukkan nilai rata-rata *pre-test* pelatihan perilaku asertif sebesar 96,50 sedangkan nilai rata-rata *post-test* pelatihan perilaku asertif sebesar 103,42. Hal tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal pada remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri sebesar 6,92, dan nilai signifikansi uji t diperoleh sebesar $0,000 < 0,05$, dengan nilai *paired* – 4,091. Maka dapat dinyatakan H_a diterima dan H_o ditolak.

KATA PENGANTAR

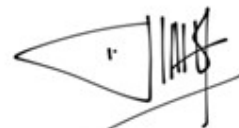
Alhamdulillah penulis panjatkan segala puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia yang dilimpahkan-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini berjudul “Pelatihan Perilaku Asertif Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri”. Penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Wahidul Anam, M. Ag. selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
2. Bapak Prof. Dr. A. Halil Thahir, M. HI. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
3. Ibu Dr. Rini Risnawita Suminta, M. Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
4. Ibu Tatik Imadatus Sa'adati, M. Psi., Psikolog dan Ibu Fidiah Astuti M. Psi., selaku dosen pembimbing I dan II yang telah membantu dan memberikan arahan serta motivasi selama penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Prilani, M. Si., selaku penguji utama pada munaqosah skripsi ini dan telah memberikan arahan dan motivasi kepada penulis.
6. Ibu Fatma Puri Sayekti, M. Psi., Psikolog selaku trainer pada kegiatan penelitian ini.
7. Bapak dan Ibu dosen beserta staff Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
8. Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur yang telah memberikan izin penelitian di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri.

9. Kepala UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri beserta jajaran pengurus yang telah memberikan izin penelitian dan memfasilitasi kegiatan penelitian.
10. Pekerja sosial, Ibu asuh, dan teman-teman di UPT PPSAA Trenggalek yang sudah membantu melancarkan kegiatan penelitian.
11. Bapak Sampan dan Almh. Ibu Narsih selaku orang tua yang telah memberikan doa dan senantiasa memberikan semangat kepada penulis.
12. Teman-teman asisten penelitian yaitu Moh. Abidus Syakur, M. Ade Nur Taufik, Enggal Arba Nafatsati, Puput Fitriyaningsih, Irbatul Yumna yang telah membantu peneliti pada saat pelaksanaan penelitian.
13. Teman-teman kelas D Program Studi Psikologi Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri yang telah memberi semangat dan menemani proses studi sampai selesai.

Penulis hanya mampu mendoakan, semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, baik penulisan, referensi, maupun materi yang ada. Karena itu penulis berharap kepada semua pihak yang membaca agar memberi saran dan kritik demi perbaikan pada penelitian selanjutnya. Terima kasih telah membaca karya sederhana ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, dan bagi para pembaca pada umumnya. Amin.

Kediri, 10 Juni 2025



Rahmad Bagus Purwanto

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Penelitian Terdahulu	8
F. Definisi Operasional	13
BAB II	14
LANDASAN TEORI	14
A. Pelatihan Perilaku Asertif	14
1. Definisi Pelatihan Perilaku Asertif.....	14
2. Aspek - Aspek Perilaku Asertif.....	16
3. Jenis-Jenis Pelatihan Asertif	18
4. Tujuan Pelatihan Asertif.....	18
5. Prosedur Penerapan Pelatihan Asertif.....	19
6. Kelebihan dan Kekurangan Pelatihan Asertif.....	21
B. Komunikasi Interpersonal.....	22
1. Definisi Komunikasi Interpersonal	22
2. Tujuan Komunikasi Interpersonal.....	23

3. Aspek Komunikasi Interpersonal.....	25
C. Remaja	27
1. Definisi Remaja	27
D. Kerangka Berpikir.....	28
E. Hipotesis Penelitian	31
BAB III.....	33
METODE PENELITIAN.....	33
A. Rancangan Penelitian.....	33
B. Populasi dan Sampel	35
C. Metode Pengumpulan Data.....	36
D. Desain Eksperimen	36
E. Alat Ukur dan Instrumen Penelitian	37
F. Prosedur Penelitian Eksperimen	40
G. Metode Analisis Data.....	48
BAB IV.....	53
HASIL PENELITIAN	53
A. Gambaran Umum.....	53
B. Analisis Data.....	57
BAB V	70
PEMBAHASAN	70
BAB VI.....	79
PENUTUP.....	79
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN-LAMPIRAN	85

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skema Rancangan Penelitian	37
Tabel 3.2 Kategori dan Skor Jawaban Skala.....	38
Tabel 3.3 Blueprint Skala Komunikasi Interpersonal	39
Tabel 3.4 Rundown Kegiatan Penelitian.....	43
Tabel 3.5 Rancangan Modul Pelatihan	46
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Instrumen Skala Komunikasi Interpersonal	58
Tabel 4.2 Blueprint Setelah Uji Validitas.....	59
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Komunikasi Interpersonal	61
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas	62
Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas.....	63
Tabel 4.6 Deskriptif Statistik Hasil Tes Komunikasi Interpersonal.....	64
Tabel 4.7 Norma Kategorisasi <i>Pre-Test</i> Variabel Komunikasi Interpersonal	64
Tabel 4.8 Deskripsi Hasil Nilai <i>Pre-Test</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Kategorisasi Kemampuan Komunikasi Interpersonal	65
Tabel 4.9 Deskripsi Hasil Nilai <i>Post-Test</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Kategorisasi Kemampuan Komunikasi Interpersonal	66
Tabel 4.10 Deskripsi Nilai Rata-Rata Hasil Tes Komunikasi Interpersonal	67
Tabel 4.11 Deskripsi Korelasi Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	68
Tabel 4.12 Uji Hipotesis <i>Dependent Paired Sample T Test</i>	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Kerangka Berpikir.....	31
Gambar 4.1 Peta Lokasi Penelitian.....	55
Gambar 4.2 Struktur Organisasi UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri	57
Gambar 4.3 Diagram Lingkaran Hasil Nilai <i>Pre-Test</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Kategorisasi Kemampuan Komunikasi Interpersonal	65
Gambar 4.4 Diagram Lingkaran Hasil Nilai <i>Post-Test</i> Subjek Penelitian Berdasarkan Kategorisasi Kemampuan Komunikasi Interpersonal	66

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	85
Lampiran 2. Modul Pelatihan	88
Lampiran 3. Lembar Evaluasi Pelatihan.....	93
Lampiran 4. Uji Normalitas	94
Lampiran 5. Uji Homogenitas.....	95
Lampiran 6. Uji Hipotesis.....	96
Lampiran 7. Hasil Skoring Pre-Test Variabel Komunikasi Interpersonal.....	97
Lampiran 8. Hasil Skoring Post-Test Variabel Komunikasi Interpersonal	98
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	98
Lampiran 10. Riwayat Hidup <i>Trainer</i> Pelatihan.....	100
Lampiran 11. <i>Expert Judgement</i>	101
Lampiran 12. Lembar Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi	102
Lampiran 13. Lembar Daftar Konsultasi Penyelesaian Skripsi	103
Lampiran 14. Riwayat Hidup.....	104