

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Komunikasi adalah cara manusia untuk menyampaikan, menerima, dan bertukar informasi. Kemampuan berkomunikasi biasanya mulai dididik sejak kecil dalam keluarga. Pengalaman yang diperoleh dari lingkungan keluarga tersebut akhirnya terus diperkuat oleh individu melalui beragam interaksi dalam berbagai situasi, baik saat bermain, menempuh pendidikan, maupun berpartisipasi dalam komunitas sosial.<sup>1</sup> Manusia sebagai makhluk sosial senantiasa memerlukan interaksi serta dukungan dari sesama sepanjang kehidupannya. Melalui komunikasi, seseorang bisa menyampaikan pesan, ide, serta perasaannya. Komunikasi yang efektif berperan penting dalam mencegah konflik dan membangun keharmonisan dalam kehidupan sosial.<sup>2</sup> Salah satu bentuk aktivitas yang menggambarkan interaksi manusia adalah komunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal merujuk pada interaksi langsung antara dua orang, di mana masing-masing pihak memiliki pengaruh pada pandangan satu sama lain. Salah satu jenis komunikasi yang spesifik adalah komunikasi diadik.<sup>3</sup> Devito menggambarkan komunikasi interpersonal sebagai sebuah proses ketika seseorang menyampaikan pesan kepada orang lain atau kelompok kecil dan ini

---

<sup>1</sup> Gabriel Alexander Yudhistira dan Maria Claudia Wahyu Trihastuti, "Hambatan Komunikasi Interpersonal Selama Proses Pembelajaran Jarak Jauh", *Jurnal Psiko Edukasi*, 21, no. 1 (2023).

<sup>2</sup> Christine Masada Hirashita Tobing and Fenti Nur Annisa, "Layanan Bimbingan Kelompok Dapat Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa Di SMA Budhi Warman II Jakarta," *Terapeutik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 28, no. 1 (2020).

<sup>3</sup> Citra Angraini, dkk., "Komunikasi Interpersonal," *Jurnal Multidisiplin Dehasen* 1, no. 3 (2022).

dapat menyebabkan berbagai efek serta memfasilitasi umpan balik langsung.<sup>4</sup> Tingginya frekuensi interaksi interpersonal akan meningkatkan perhatian yang diberikan kepada lawan bicara. Di sisi lain, jika komunikasi ini jarang terjadi, perhatian yang diberikan cenderung berkurang.

Perilaku sosial remaja dalam hal membangun hubungan sering menjadi sorotan karena mereka cenderung menunjukkan perilaku yang tidak stabil dan kerap mengekspresikan emosi secara berlebihan, yang dapat menyebabkan kesalahpahaman antar individu. Seseorang yang dapat mengendalikan dirinya sendiri dan menyampaikan pendapatnya dengan efektif dikenal memiliki perilaku asertif.<sup>5</sup> Alberti dan Emmons menggambarkan perilaku asertif sebagai kemampuan seseorang untuk berkomunikasi secara jujur dan hormat mengenai kebutuhan, keinginan, dan pendapat mereka tanpa merasa gugup.<sup>6</sup> Namun, ketika menyampaikan perasaannya, kadang-kadang remaja menjadi tertutup terhadap orang lain karena merasakan kecemasan. Situasi ini dapat di atasi dengan sering berlatih dan menjaga pola pikir yang positif.<sup>7</sup>

Melalui penerapan terapi perilaku, pelatihan asertif adalah sebuah program yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan sosial individu. Metode ini dianjurkan untuk membantu mengurangi kecemasan sekaligus memperkuat kemampuan interpersonal. Pelatihan asertif merupakan intervensi yang secara khusus dirancang untuk meningkatkan keberanian seseorang dalam mengemukakan pendapat, menjadikan mereka lebih percaya diri dalam

---

<sup>4</sup> Bonaraja Purba et al., *Ilmu Komunikasi Sebuah Pengantar*, ed. Janner Simarmata, 1st ed. (Yayasan Kita Menulis, 2020).

<sup>5</sup> Dian Permata Sari, Istiana, and Nini Sri Wahyuni, "Hubungan Pola Asuh Demokratis Dengan Perilaku Asertif Pada Remaja," *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)* 2, no. 2 (2021).

<sup>6</sup> R. E. Alberti and M. L. Emmons, *Your Perfect Right* (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2017).

<sup>7</sup> Desi Alawiyah et al., "Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Terhadap Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa," *Retorika: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Penyiaran Islam* 3, no. 2 (2021).

bersikap asertif.<sup>8</sup> Pelatihan ini dipandang efektif karena mampu meningkatkan pengetahuan, percaya diri, *self-esteem*, efikasi diri, dan sikap asertif, sehingga individu dapat lebih berani mengutarakan pendapat dalam situasi sosial.<sup>9</sup> Hal ini sesuai dengan pendapat Rakhmat (dalam Dian Oktaviana dan Hadi Warsito Wiryosutomo) yang mengemukakan faktor-faktor yang menumbuhkan hubungan interpersonal yang baik, yaitu percaya, sikap suportif, sikap terbuka, dan sikap asertif.<sup>10</sup> Berdasarkan uraian di atas terdapat beberapa sikap yang mendukung dalam meningkatkan komunikasi interpersonal individu, salah satunya dengan sikap asertif.

Berdasarkan penelitian oleh Dian Oktaviana dan Hadi Warsito Wiryosutomo, ditemukan perbedaan yang signifikan dalam skor kemampuan komunikasi interpersonal antara sebelum dan sesudah pelaksanaan pelatihan asertif. Dari hasil uji statistik, terpantau bahwa nilai rata-rata pra-tes adalah 70,29, sementara setelah pelatihan skor rata-rata mencapai 97,29. Ini menunjukkan adanya dampak positif dari pelatihan asertif terhadap peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal.<sup>11</sup> Studi lain oleh Nur Yulianto Akbar et al. juga menemukan bahwa teknik pelatihan asertif bermanfaat tidak hanya dalam meningkatkan komunikasi interpersonal, tetapi juga dalam menurunkan tingkat kepatuhan di antara peserta penelitian. Pada kelompok eksperimen, hasil

---

<sup>8</sup> Dian Oktaviana and Hadi Warsito Wiryosutomo, "Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia* 7, no. 2 (2022).

<sup>9</sup> Hilda Rosa Ainiyah and Ika Yuniar Cahyanti, "Efektivitas Pelatihan Asertif Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku "Bullying" di SMPN A Surabaya", *Psikostudia: Jurnal Psikologi* 9, no. 2 (2020).

<sup>10</sup> Dian Oktaviana and Hadi Warsito Wiryosutomo, "Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa".

<sup>11</sup> Oktaviana and Wiryosutomo.

uji statistik skor rata-rata *pre-test* adalah 47, dan skor rata-rata *post-test* meningkat menjadi 73,33.<sup>12</sup>

Panti asuhan merupakan lingkungan keluarga kedua yang menegaskan pentingnya komunikasi interpersonal pada anak asuhnya. Di tempat ini, anak-anak mempelajari cara berinteraksi dan berkomunikasi baik dengan sesama maupun pengasuh mereka, yang kemudian mengembangkan keterampilan sosial untuk membentuk hubungan yang kuat. UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri merupakan salah satu panti asuhan di Kota Kediri. Sesuai dengan ketentuan Pasal 8, Asrama UPT PPSAA Trenggalek Kediri merupakan lembaga pemerintah resmi yang bertanggung jawab dalam memberikan layanan administrasi dan pelayanan kepada masyarakat serta menjalankan sebagian tugas yang berkaitan dengan perlindungan dan layanan sosial untuk anak-anak. Ini mencakup anak-anak yang ditelantarkan atau memerlukan perlindungan khusus, dari usia lima tahun hingga mereka menyelesaikan pendidikan menengah atas.<sup>13</sup>

UPT ini berfungsi seperti sebuah keluarga, di mana para anggotanya hidup seperti saudara. Penting untuk menunjukkan sikap saling membantu, saling menyayangi, dan menghindari egoisme. Karena hal tersebut, penting untuk mengembangkan komunikasi interpersonal yang optimal di dalamnya. Komunikasi ini terjadi antar teman dan juga dengan pengasuh panti yang menjadi peran sebagai orang tua kedua. Komunikasi yang efektif dapat mendorong anak asuh untuk mengembangkan sikap mandiri, mengambil

---

<sup>12</sup> Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid, and Galuh Prawitasari, "Keefektifan Teknik Latihan Asertif Terhadap Komunikasi Interpersonal Dan Konformitas Teman Sebaya Siswa," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2020).

<sup>13</sup> Data profil UPT PPSAA Trenggalek (<https://dinsos.jatimprov.go.id>) Diakses pada tanggal 10 Januari 2025.

inisiatif, membuat keputusan, serta bertanggung jawab. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat berdampak negatif pada interaksi sosial, perkembangan emosional, dan kesehatan mental mereka.<sup>14</sup>

Menurut hasil wawancara dengan salah satu pengasuh, diketahui bahwa beberapa anak bersikap tertutup kepada staf pengasuh, sehingga membuat mereka kesulitan untuk memahami kebutuhan dan masalah anak asuh tersebut.<sup>15</sup> Ditambah lagi, dari wawancara dengan salah satu pengurus PPSAA, terungkap adanya masalah di antara para anak asuh yang timbul akibat minimnya komunikasi yang efektif antara mereka. Situasi ini mengindikasikan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal para remaja di lokasi tersebut belum berkembang dengan baik.<sup>16</sup> Berdasarkan data yang disajikan, keterampilan komunikasi sangat penting untuk mencegah konflik dan membangun hubungan yang harmonis. Dalam konteks panti asuhan, komunikasi interpersonal yang efektif antara anak asuh dan pengasuh sangat berkontribusi terhadap perkembangan emosional dan sosial anak-anak, terutama remaja. Oleh karena itu, peneliti berencana untuk melakukan penelitian untuk meneliti bagaimana pelatihan asertif dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal remaja di asrama UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan latar belakang penelitian, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

---

<sup>14</sup> Desi Puspita, "Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dan Keterampilan Komunikasi Pengasuh Terhadap Keterbukaan Diri Anak Asuhan," *JSIM: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 4 no. 2 (2023).

<sup>15</sup> Wawancara Bapak Udin, Pengasuh PPSAA Trenggalek Asrama Kediri, pada tanggal 12 Januari 2025.

<sup>16</sup> Wawancara Bapak Udin, Pengasuh PPSAA Trenggalek Asrama Kediri, pada tanggal 10 Januari 2025.

1. Berapa tingkat kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri sebelum pelatihan perilaku asertif?
2. Berapa tingkat kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri setelah pelatihan perilaku asertif?
3. Apakah ada perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri antara sebelum dan setelah pelatihan perilaku asertif?

### **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk menganalisis tingkatan kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri sebelum pelatihan perilaku asertif.
2. Untuk menganalisis tingkatan kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri setelah pelatihan perilaku asertif.
3. Untuk menganalisis ada tidaknya perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri antara sebelum dan setelah pelatihan perilaku asertif.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian yang akan dilaksanakan ini adalah:

1. Manfaat secara Teoritis

Diharapkan temuan dari penelitian ini akan memajukan teori komunikasi interpersonal dan pelatihan perilaku asertif dalam psikologi. Juga diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian

selanjutnya tentang seberapa baik pelatihan perilaku asertif bekerja untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, sekaligus menyajikan gambaran yang jelas mengenai perubahan kemampuan komunikasi sebelum dan setelah pelatihan.

Selain itu, penelitian ini diharapkan akan menambah literatur mengenai perilaku komunikasi remaja, khususnya dalam mengurangi perilaku pasif atau agresif, sehingga dapat mendukung pengembangan program pelatihan yang lebih efektif di masa depan.

## 2. Manfaat secara Praktis

- a. Bagi peneliti: Penelitian ini dapat memperluas pemahaman mengenai efektivitas pelatihan asertif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal pada remaja, serta memberikan wawasan baru dalam pengembangan metode pelatihan yang lebih baik.
- b. Bagi anak asuh/remaja asrama: Penelitian ini mampu memberikan informasi terkait keterampilan komunikasi asertif, yang memungkinkan remaja menjadi lebih percaya diri dalam berkomunikasi dan mengurangi perilaku pasif.
- c. Bagi lembaga: Penelitian ini diharapkan akan menjadi acuan program yang dapat dikembangkan oleh UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri, serta menjadi sumber daya bagi lembaga lain yang merencanakan kegiatan serupa untuk meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal remaja.
- d. Bagi penelitian selanjutnya: Memberikan landasan teori yang kuat untuk penelitian mendatang tentang unsur-unsur yang memengaruhi pelatihan asertif, seperti psikologis, situasional, atau gabungan keduanya. Lebih

jauh, temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengubah model pelatihan asertif saat ini guna meningkatkan kualitas dan efisiensinya.

#### **E. Penelitian Terdahulu**

Sebagai kelanjutan dari penelitian sebelumnya, penelitian ini secara mendalam menilai pelatihan perilaku asertif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal pada remaja UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri. Hasil-hasil penelitian sebelumnya yang digunakan tidak lepas dari topik pelatihan asertif dan komunikasi interpersonal:

1. Artikel penelitian yang ditulis oleh Dian Oktaviana dan Hadi Warsito Wiryosutomo tahun 2022 dengan judul "Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa" mendeskripsikan manfaat pelatihan asertif dalam upaya meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-TTL di SMK Negeri 2 Surabaya. Penelitian ini difokuskan pada siswa yang kurang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal di kelas. Metodologi yang digunakan adalah kuantitatif, dengan desain quasi-eksperimental *pretest-posttest* dalam satu kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang cukup besar pada skor kemampuan komunikasi interpersonal sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan asertif, sehingga pelatihan ini bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa.<sup>17</sup>

Persamaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel penelitiannya yaitu pelatihan asertif serta

---

<sup>17</sup> Dian Oktaviana and Hadi Warsito Wiryosutomo, "Pengaruh Latihan Asertif Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia* 7, no. 2 (2022).



komunikasi interpersonal, di samping penggunaan pendekatan kuantitatif dan tipe penelitian eksperimen. Sementara perbedaannya berada pada subjek penelitiannya, di mana penelitian ini memfokuskan pada siswa kelas XI-TTL di SMK Negeri 2 Surabaya, sementara penelitian yang dilakukan oleh peneliti lebih berfokus pada remaja di UPT PPSAA Trenggalek asrama Kediri.

2. Artikel penelitian yang ditulis oleh Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid, dan Galuh Prawitasari pada 2022 dengan judul "Keefektifan Teknik Latihan Asertif terhadap Komunikasi Interpersonal dan Konformitas Teman Sebaya Siswa" bertujuan untuk mengukur seberapa efektif strategi pelatihan asertif meningkatkan komunikasi interpersonal dan mengurangi kepatuhan siswa terhadap teman sebaya. Penelitian ini melibatkan sebelas siswa kelas delapan SMP Muhammadiyah 2 Mlati di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metodologi kuasi-eksperimental *Pre-Test-Post-Test*. Penelitian ini menemukan bahwa strategi pelatihan asertivitas berhasil meningkatkan hubungan interpersonal siswa sekaligus menurunkan tingkat kepatuhan mereka terhadap teman sebaya.<sup>18</sup>

Variabel komunikasi interpersonal dan pelatihan asertif, beserta metodologi kuantitatif dan desain penelitian eksperimental, merupakan persamaan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Partisipan dalam penelitian terdahulu adalah siswa kelas delapan SMP Muhammadiyah 2 Mlati, yang menjadi perbedaan karena penelitian ini akan mengambil data pada remaja di asrama UPT PPSAA

---

<sup>18</sup> Nur Yulianto Akbar, Muhammad Nur Wangid, and Galuh Prawitasari, "Keefektifan Teknik Latihan Asertif Terhadap Komunikasi Interpersonal Dan Konformitas Teman Sebaya Siswa," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 5, no. 1 (2020).

Trenggalek asrama Kediri. Selain itu, terdapat perbedaan variabel karena penelitian terdahulu memasukkan variabel konformitas teman sebaya, sedangkan penelitian ini tidak memasukkan variabel tersebut.

3. Artikel penelitian yang ditulis oleh Roiz Zulhadi, Marwinda, dan Masril pada tahun 2023 berjudul "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Asertif Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X di SMA 1 Dua Koto" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi kelompok dengan pendekatan asertif terhadap kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA 1 Dua Koto. Penelitian ini melibatkan sepuluh siswa kelas X IPS yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal kurang dari total 36 siswa. Dengan menggunakan metodologi kuantitatif dan metode eksperimen, penelitian ini menemukan adanya perbedaan yang cukup besar pada skor komunikasi interpersonal siswa sebelum dan sesudah sesi konseling kelompok dengan pendekatan asertif. Dengan tingkat signifikansi 0,000 yang lebih kecil dari 0,05, hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan pendekatan asertif terbukti dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa kelas X SMA 1 Dua Koto.<sup>19</sup>

Penelitian terdahulu dan penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel yang dianalisis, serta teknik dan jenis penelitian yang digunakan yaitu pelatihan asertif (konseling kelompok) dan komunikasi interpersonal, dengan pendekatan kuantitatif dan jenis penelitian eksperimental. Namun,

---

<sup>19</sup> Roiz Zulhadi, Marwinda, and Masril, "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Asertif Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Di SMA 1 Dua Koto," *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 5, no. 1 (2023).

perbedaan utama terletak pada subjek penelitian, dimana penelitian terdahulu mengambil subjek siswa kelas X di SMA 1 Dua Koto, sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek remaja di asrama UPT PPSAA Trenggalek asrama Kediri.

4. Artikel penelitian yang ditulis oleh Andi Ahmad Arif, Sitti Murdiana, dan Ahmad Ridfah pada tahun 2024 berjudul "Efektivitas Pelatihan Asertif terhadap Penurunan Kecemasan Berbicara di Depan Umum pada Mahasiswa." Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *assertive training* dalam menurunkan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Penelitian ini melibatkan 20 mahasiswa yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 10 kelompok eksperimen dan 10 kelompok kontrol. Penelitian ini menggunakan rancangan true experiment dengan struktur kelompok kontrol *pretest-posttest*. Untuk membandingkan hasil penelitian kelompok eksperimen dan kontrol, data dianalisis menggunakan uji Mann Whitney. Hasil penelitian menunjukkan nilai asymp. Sig. (1-tailed) sebesar  $0,00 < 0,05$  yang berarti *assertive training* efektif dalam menurunkan kecemasan berbicara di depan umum. Pelatihan ini telah terbukti membantu peserta berpikir positif, meningkatkan harga diri, dan meningkatkan kemampuan berbicara di depan umum, serta menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa tersebut.<sup>20</sup>

Variabel bebas, yaitu *assertive training* merupakan variabel yang sama pada penelitian terdahulu dan penelitian ini. Perbedaannya terletak

---

<sup>20</sup> Andi Ahmad Arif, Sitti Murdiana, and Ahmad Ridfah, "Efektivitas Pelatihan Asertif Terhadap Penurunan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa," *Humanitas* 8, no. 2 (2024).

pada variabel terikat dan subjek penelitian, yaitu pada penelitian terdahulu menggunakan kecemasan berbicara di depan umum sebagai variabel terikat dengan subjek mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar, sedangkan pada penelitian ini menggunakan komunikasi interpersonal sebagai variabel terikat dengan subjek remaja di asrama UPT PPSAA Trenggalek asrama Kediri, sedangkan perbedaan desain penelitian terletak pada jenis eksperimen.

5. Artikel penelitian yang ditulis oleh Lutfi Fitroni Nafwari dan Hazhira Qudsyi di tahun 2024 yang berjudul "Efektivitas Pelatihan Asertivitas untuk Meningkatkan Harga Diri Korban Bullying" bertujuan untuk mengevaluasi seberapa efektif pelatihan asertif dalam meningkatkan harga diri pada anak-anak yang menjadi korban bullying. Penelitian ini berfokus pada siswa kelas VIII SMP yang menunjukkan harga diri dari sedang sampai sangat rendah, perilaku asertif dari sedang hingga rendah, dan tingkat kategori korban bullying dari tinggi sampai sangat tinggi. Studi ini menggunakan desain penelitian eksperimen kuantitatif dengan pendekatan true experimental research. Analisis data melibatkan uji Gained Score dan uji Wilcoxon. Penemuan penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor kelompok eksperimen adalah 6,6, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang memiliki skor 3,5. Nilai signifikansi ( $p = 0,011 < 0,05$ ) tersebut menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam harga diri setelah dilakukannya pelatihan asertivitas.<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> Lutfi Fitroni Nafwari and Hazhira Qudsyi, "Efektivitas Pelatihan Asertivitas Untuk Meningkatkan Harga Diri Korban Bullying," *Jurnal Intervensi Psikologi* 16, no. 2 (2024).

Variabel bebas pelatihan asertif, adalah persamaan antara penelitian terdahulu dan penelitian ini. Sementara itu, variabel terikat dalam penelitian terdahulu adalah harga diri, dengan subjek yang merupakan siswa kelas delapan sekolah menengah pertama. Sebaliknya, dalam penelitian ini komunikasi interpersonal menjadi variabel terikat dengan subjek berupa remaja di UPT PPSAA Trenggalek asrama Kediri.

## **F. Definisi Operasional**

Berkenaan dengan judul penelitian ini, yaitu “Pelatihan Perilaku Asertif Dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja di UPT PPSAA Trenggalek Asrama Kediri”, maka penting untuk memberikan definisi konsep yang relevan dengan tema penelitian. Berikut ini adalah penegasan istilah yang perlu dijelaskan, yaitu:

### **1. Pelatihan Perilaku Asertif**

Pelatihan perilaku asertif merupakan sebuah program yang disusun untuk mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal seseorang dengan menegaskan pentingnya kemampuan untuk menyampaikan gagasan, perasaan, dan keinginan dengan tegas, jelas, dan terbuka tanpa mengabaikan hak orang lain.

### **2. Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi interpersonal merupakan sebuah proses di mana orang-orang saling berbicara, mendengarkan, dan berinteraksi dengan cara langsung satu sama lain, bertukar informasi, perasaan, dan gagasan melalui kata-kata, gerakan tubuh, dan ekspresi wajah.