



Efektivitas Teknik Assertive Training dalam Konseling Individual untuk Mengembangkan Perilaku Asertif pada Mahasiswa

Rezqi Nadia Norrahmah¹, Rini Anggriani², Febry Suntoro³

¹ Bimbingan dan Konseling, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

² Bimbingan dan Konseling, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

³ Bimbingan dan Konseling, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

¹2310123320001@mhs.ulm.ac.id

²2310123320023@mhs.ulm.ac.id

³2310123310026@mhs.ulm.ac.id

Abstract: Assertive behavior is an essential interpersonal skill that enables university students to communicate their needs, rights, and feelings effectively within academic and social settings. However, many students still exhibit passive tendencies, low confidence, and difficulty expressing opinions, creating a gap between the expected assertive communication skills and their real-life application. Previous studies have predominantly examined the effectiveness of assertive training among school-aged students or within group counseling settings, leaving limited attention to its application in individual counseling for university students. This study aims to analyze the effectiveness of assertive training techniques in individual counseling to enhance students' assertive behavior. Using a quantitative approach with a one-group pretest-posttest design, three students with the lowest assertiveness scores were selected as counselees. The intervention consisted of one session of individual counseling using assertive training techniques, including modeling, role-playing, and coaching. The findings show an improvement in assertive behavior among all counselees, indicated by increased post-test scores and an average N-gain of 52.59%, which falls into the moderate category. These results suggest that assertive training delivered through individual counseling positively impacts the development of students' assertive behavior, particularly in expressing opinions, maintaining personal boundaries, and communicating effectively. Overall, the study concludes that individual assertive training is a viable technique for supporting students' interpersonal competence and recommends further research involving a larger sample size and longer intervention duration.

Keywords: assertive behavior; assertive training; counseling; interpersonal skills; students

Abstrak: Perilaku asertif merupakan keterampilan interpersonal yang penting bagi mahasiswa untuk berkomunikasi secara efektif mengenai kebutuhan, hak, dan perasaan dalam konteks akademik maupun sosial. Namun, banyak mahasiswa masih menunjukkan kecenderungan pasif, kurang percaya diri, dan kesulitan mengungkapkan pendapat, sehingga terjadi ketidaksesuaian antara tuntutan kemampuan asertif dan praktik nyata. Sebagian besar penelitian sebelumnya berfokus pada efektivitas pelatihan asertif pada siswa sekolah atau dalam konteks bimbingan kelompok, sehingga kajian mengenai penerapannya dalam konseling individual bagi mahasiswa masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas teknik *assertive training* dalam konseling individual untuk mengembangkan perilaku asertif mahasiswa. Pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimen one-group pretest-posttest digunakan, dengan tiga mahasiswa ber-skoring terendah dipilih sebagai konseli. Intervensi dilakukan melalui satu sesi konseling individual menggunakan teknik *assertive training* yang mencakup *modeling*, *role-playing*, dan *coaching*. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan perilaku asertif pada seluruh konseli, ditunjukkan oleh kenaikan skor post-test serta nilai N-gain rata-rata sebesar 52,59% yang berada pada kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa *assertive training* dalam konseling individual memberikan pengaruh positif terhadap perkembangan kemampuan mahasiswa dalam mengekspresikan pendapat, mempertahankan batasan diri, dan berkomunikasi secara efektif. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa *assertive training* layak digunakan sebagai teknik konseling individual untuk mendukung kompetensi interpersonal mahasiswa, dan penelitian lanjutan disarankan melibatkan jumlah sampel lebih besar serta durasi intervensi lebih panjang.

Kata Kunci: asertivitas; assertive training; komunikasi interpersonal; konseling individual; mahasiswa

PENDAHULUAN

Perilaku asertif merupakan salah satu keterampilan sosial yang penting dimiliki oleh mahasiswa dalam menghadapi dinamika kehidupan akademik dan sosial (Arumsari, 2017), perilaku asertif adalah perilaku yang bersifat aktif, langsung, dan jujur, serta mampu mengkomunikasikan respek kepada diri sendiri maupun orang lain. Perilaku ini membantu individu memandang keinginan, kebutuhan, dan haknya setara dengan hak orang lain. Asertivitas juga dipahami sebagai gaya komunikasi wajar yang menekankan sikap jujur dan penuh hormat dalam berinteraksi. Namun dalam kenyataannya, banyak mahasiswa sebagaimana halnya siswa pada tingkat sebelumnya masih menunjukkan kecenderungan pasif, kurang percaya diri, serta enggan mengungkapkan pendapat. Koentjaraningrat bahkan menegaskan bahwa salah satu kelemahan generasi muda Indonesia adalah kurangnya rasa percaya diri, yang kemudian tercermin dalam perilaku pasif. Perilaku pasif sendiri ditandai dengan ketidakmampuan mengekspresikan gagasan atau kebutuhan secara tepat, mengabaikan hak pribadi, serta bersifat tidak langsung, terhambat, dan menolak diri sendiri (Jurnal et al., 2024).

Latihan asertif (*assertive training*) merupakan teknik pendekatan behavioral yang bertujuan mengubah perilaku individu menjadi lebih berani dan mampu mengekspresikan diri secara tepat dalam berbagai situasi sosial (Lianawati et al., 2021). menjelaskan bahwa perilaku sosial seperti memperkenalkan diri, mengajukan permintaan, mengungkapkan pendapat, serta menjaga komunikasi dalam pertemanan merupakan sasaran utama dalam latihan ini (Lianawati et al., 2021). Assertive training membantu individu untuk menyampaikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan secara jelas sekaligus menghargai hak orang lain. Teknik ini sangat

relevan diterapkan pada individu yang mengalami kecemasan, tidak mampu mempertahankan hak-haknya, bersikap terlalu lemah, mudah didominasi oleh orang lain, atau tidak mampu mengungkapkan perasaan secara langsung.

Kajian literatur terdahulu menunjukkan bahwa pendekatan behavioristik dalam assertive training efektif untuk melatih keberanian individu mengekspresikan perilaku tertentu melalui latihan langsung atau peniruan model (Nurjannah, 2022). menambahkan bahwa pemahaman perilaku asertif menjadi lebih jelas ketika dibandingkan dengan dua gaya respons lainnya, yaitu perilaku pasif dan agresif. (Sugara et al., 2023) Sementara mendefinisikan perilaku asertif sebagai kemampuan seseorang mengekspresikan pikiran, perasaan, kebutuhan, dan hak pribadi secara jujur dan langsung tanpa mencederai hak orang lain. Tujuan utama dari latihan asertif adalah mengatasi kecemasan yang muncul akibat perlakuan tidak adil dari lingkungan, meningkatkan kemampuan bersikap jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, serta membantu individu membangun kehidupan sosial yang lebih efektif. Dalam praktik konseling, teknik ini dapat dilakukan melalui bermain peran, di mana konselor dapat menjadi model perilaku asertif yang dapat ditiru oleh klien.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji efektivitas assertive training, sebagian besar masih berfokus pada konteks siswa sekolah atau pada pelatihan berbasis kelompok. Kesenjangan literatur terlihat pada terbatasnya kajian yang secara spesifik meneliti efektivitas teknik ini dalam konseling individual untuk mahasiswa padahal mahasiswa menghadapi tantangan sosial dan akademik yang membutuhkan keterampilan asertif yang lebih kompleks. Kondisi ini menunjukkan adanya peluang untuk mengkaji penggunaan assertive training secara lebih mendalam dalam konteks konseling individual, khususnya sebagai upaya meningkatkan keberanian mahasiswa dalam mengekspresikan diri, mempertahankan hak pribadi, dan membangun komunikasi interpersonal yang sehat.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, kebaruan ilmiah artikel ini terletak pada fokus kajian terhadap efektivitas teknik assertive training dalam konseling individual untuk mengembangkan perilaku asertif pada mahasiswa, yang masih jarang mendapat perhatian dalam penelitian sebelumnya. Permasalahan penelitian yang diajukan adalah: *Apakah teknik assertive training dalam konseling individual efektif dalam mengembangkan perilaku asertif mahasiswa?* Dengan demikian, hipotesis yang diajukan adalah bahwa assertive training dalam konseling individual berpengaruh positif terhadap peningkatan perilaku asertif mahasiswa (Lianawati et al., 2021).

Tujuan artikel ini adalah untuk menganalisis efektivitas teknik assertive training dalam konseling individual sebagai metode pengembangan perilaku asertif pada mahasiswa, sekaligus memberikan kontribusi teoretis dan praktis terhadap pengembangan layanan konseling di perguruan tinggi.

METODE

Pengantar Metode Penelitian

Metode penelitian dalam bimbingan dan konseling digunakan untuk memberikan dasar ilmiah dalam menilai efektivitas suatu layanan. Pada penelitian ini, metode ilmiah diterapkan untuk melihat sejauh mana konseling individual dengan teknik *assertive training* dapat meningkatkan perilaku asertif mahasiswa. Penggunaan metode yang sistematis penting agar data yang diperoleh dapat dibandingkan sebelum dan setelah intervensi, sehingga kesimpulan yang dihasilkan lebih dapat dipertanggungjawabkan.

Pendekatan ini juga mendukung tujuan penelitian, yaitu mengevaluasi perubahan perilaku konseli setelah menerima layanan konseling.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pra-eksperimen tipe *one-group pretest-posttest*. Desain ini dipilih karena sesuai dengan konteks praktik konseling yang melibatkan jumlah konseli terbatas dan bertujuan untuk melihat perbedaan kondisi sebelum dan sesudah intervensi. Dalam desain ini, peneliti melakukan pengukuran awal (*pretest*), memberikan perlakuan berupa konseling individual menggunakan teknik *assertive training*, kemudian melakukan pengukuran kembali (*posttest*). Pemilihan desain ini didasarkan pada kebutuhan untuk mengetahui efektivitas teknik konseling tanpa memerlukan kelompok pembanding.

Langkah-Langkah Pengumpulan Data

Penyebaran Angket Pra-Intervensi

Angket perilaku asertif dibagikan kepada 20 responden untuk mengukur tingkat perilaku asertif awal. Angket ini berfungsi sebagai instrumen seleksi sekaligus sebagai data *pretest*.

Pemilihan Konseli

Berdasarkan hasil skoring angket, dipilih tiga mahasiswa dengan skor terendah sebagai konseli yang dianggap memiliki permasalahan terkait perilaku asertif.

Pelaksanaan Konseling Individual

Setiap peneliti melaksanakan satu sesi konseling individual selama 20–30 menit menggunakan teknik *assertive training*. Tiga teknik utama yang digunakan meliputi:

- *Role playing*, yaitu latihan melalui simulasi situasi sosial,
- *Modelling*, yaitu konselor memberikan contoh perilaku asertif,
- *Coaching*, yaitu konselor memberikan bimbingan, arahan, dan umpan balik terkait respons asertif.

Pemberian Angket Pasca-Intervensi

Setelah sesi konseling selesai, angket kembali dibagikan untuk melihat perubahan skor perilaku asertif konseli setelah intervensi.

Pengaturan Eksperimen, Survei, dan Intervensi

Pengaturan eksperimen dilakukan secara sederhana namun terstruktur. Survei dilakukan melalui penyebaran angket dua kali, yaitu sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi konseling dilaksanakan secara individual di ruang yang kondusif untuk menjaga kenyamanan konseli. Setiap sesi konseling mengikuti alur pembukaan, eksplorasi masalah, pemberian perlakuan menggunakan teknik *assertive training*, dan penutupan. Intervensi dilakukan dalam satu kali pertemuan sesuai dengan kebutuhan praktik konseling.

Tahap Analisis Data

Data dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan membandingkan skor *pretest* dan *posttest*. Analisis ini bertujuan menggambarkan perubahan perilaku asertif secara objektif berdasarkan angka. Peningkatan skor pada

ketiga konseli menunjukkan bahwa konseling individual dengan teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan perilaku asertif mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Bagian hasil ini menyajikan temuan penelitian yang diperoleh dari analisis pre-test dan post-test perilaku asertif pada tiga mahasiswa yang menjadi konseli dalam layanan konseling individual dengan menggunakan teknik *assertive training*. Analisis dilakukan untuk menguji hipotesis bahwa intervensi *assertive training* dapat meningkatkan perilaku asertif secara signifikan pada mahasiswa. Data dianalisis menggunakan perbandingan skor sebelum dan sesudah intervensi serta nilai N-gain sebagai indikator efektivitas.

Data hasil penelitian

Nama	Pres-test	Post-test	Post-Pre	Skor Max	N-gain	N-gain (score%)
W.A.	112	121	9	12	0,75	75
N.S.R	34	54	20	66	0,30303	30,30
E.R	39	71	32	61	0,52459	52,45
MEAN	61,66667	82	20,33333	46,33333	0,525873	52,58735
Interpretasi					Sedang	Cukup Efektif

Interpretasi Hasil (Signifikansi)

Berdasarkan kriteria efektivitas N-gain, diperoleh kategori sebagai berikut:

- **< 40% : Tidak efektif**
- **40–50% : Kurang efektif**
- **56–75% : Cukup efektif**
- **> 76% : Efektif**

Nilai **rata-rata N-gain sebesar 52,59%** menempatkan efektivitas intervensi dalam kategori **“Sedang – Cukup Efektif”**. Berdasarkan kriteria umum N-gain ($g > 0,3$ = peningkatan sedang), nilai 0,5258 menunjukkan bahwa intervensi menghasilkan peningkatan perilaku asertif yang bermakna pada tingkat moderat.

Dengan demikian, *assertive training* terbukti memberikan efek positif pada mahasiswa, meskipun efektivitasnya tidak berada pada kategori tinggi.

Analisis Temuan Berdasarkan Konseli

1. Konseli W.A.

Konseli ini menunjukkan peningkatan yang stabil dari skor pre-test 112 menjadi 121. Dengan N-gain 0,75 (75%), efektivitas berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa konseli merespons intervensi dengan sangat baik, terutama pada aspek keberanian menyampaikan pendapat dan kemampuan menyatakan kebutuhan diri secara langsung.

2. Konseli N.S.R.

Meskipun mengalami peningkatan 20 poin, konseli ini memiliki N-gain 0,303 (30,30%) yang termasuk kategori rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan asertifnya meningkat, namun perubahan yang terjadi masih terbatas. Konseli tampak memerlukan sesi tambahan dan penguatan perilaku asertif secara berkelanjutan.

3. Konseli E.R.

Konseli E.R. menunjukkan peningkatan skor terbesar (32 poin) dengan N-gain 0,524 (52,45%), termasuk kategori sedang. Intervensi *assertive training* cukup efektif bagi konseli ini, terutama melalui teknik *role playing* dan latihan komunikasi langsung yang meningkatkan keberanian dalam menolak permintaan dan mengekspresikan pendapat pribadi.

Rekapitulasi Temuan Utama

Berdasarkan analisis keseluruhan:

- Semua konseli menunjukkan peningkatan perilaku asertif setelah mengikuti sesi *assertive training*.
- Nilai N-gain rata-rata sebesar 52,59% menunjukkan efektivitas sedang–cukup efektif.
- Konseli W.A. menunjukkan peningkatan paling efektif, sedangkan N.S.R. menunjukkan peningkatan terendah.
- Secara keseluruhan, hasil ini mendukung hipotesis penelitian, bahwa teknik *assertive training* efektif dalam meningkatkan perilaku asertif pada mahasiswa, meskipun peningkatannya belum mencapai kategori sangat tinggi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik *assertive training* dalam konseling individual memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan perilaku asertif mahasiswa. Peningkatan ini tercermin dari kenaikan skor pre-test ke post-test pada seluruh konseli dan diperkuat oleh nilai N-gain rata-rata sebesar 0,5258 atau 52,59%, yang berada pada kategori sedang – cukup efektif. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi memberikan dampak yang bermakna meskipun tidak berada pada tingkat efektivitas yang sangat tinggi.

Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi memberikan pengaruh positif meskipun belum mencapai tingkat efektivitas yang tinggi. Efektivitas ini sejalan dengan konsep dasar teknik latihan asertif yang bertujuan untuk melatih, mendorong, dan membiasakan konseli secara terus menerus dalam perilaku yang sesuai norma serta mendisiplinkan diri dalam interaksi sosial (Ramadhan et al., 2022).

Secara teoretis, asertivitas merupakan kemampuan untuk mengkomunikasikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain dengan tetap menghargai hak-hak mereka (Ramadhan et al., 2022)³⁰⁸. Konsep ini juga diperkuat oleh literatur yang menyatakan bahwa *assertive training* membantu individu berkomunikasi secara jelas, langsung, dan penuh rasa hormat sehingga meningkatkan self-esteem dan keterampilan interpersonal (Blegur et al., 2023).

Temuan penelitian ini selaras dengan teori tersebut karena mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan kemampuan yang lebih kuat dalam mengekspresikan pendapat serta menjaga batasan diri setelah mengikuti konseling individual. Latihan asertif juga dikenal sebagai strategi untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, kesehatan mental, dan hubungan sosial yang sehat. Berbagai teknik, seperti *modeling*, *role-playing*, komunikasi asertif, dan

cognitive restructuring, terbukti efektif membantu konseli mempraktikkan perilaku baru dalam lingkungan yang aman dan terarah (Nuha et al., 2024).

Dalam penelitian ini, teknik-teknik tersebut terbukti membantu mahasiswa memperoleh pemahaman baru mengenai cara menyampaikan perasaan dan pendapat dengan lebih adaptif. Asertivitas juga memiliki hubungan signifikan dengan kesehatan mental. Individu yang mampu bersikap asertif dapat mengatasi kecemasan, mengelola emosi, menghindari stres, dan mengembangkan ketahanan diri dalam menghadapi situasi interpersonal (Pourjali & Zarnaghash, 2010; Alghamdi, 2015; Budi, 2009). Bahkan, perilaku asertif terbukti membantu individu mengurangi risiko viktimisasi verbal (Boket et al., 2016) dalam artikel (Rachmayanie dan Sulistiyana FKIP & dan Konseling, 2020).

Konseli dalam penelitian ini menunjukkan tanda-tanda peningkatan dalam hal keberanian mengemukakan pendapat, kestabilan emosi, serta kemampuan mengelola tekanan interpersonal setelah mengikuti sesi konseling. Selain itu, perilaku asertif mampu meningkatkan kemampuan komunikasi secara langsung dan efektif, serta membantu mahasiswa membangun hubungan interpersonal yang lebih baik (Gultekin et al., 2018; Al'Ain & Mulyana, 2013) yang dibahas dalam artikel (Yana Putri et al., 2024). Hal ini juga tampak pada konseli penelitian, terutama E.R., yang mengalami peningkatan paling tinggi pada kemampuan komunikasi asertif.

Konseling individual sebagai media intervensi memberikan ruang yang aman bagi konseli untuk mengeksplorasi pikiran, emosi, dan pola perilaku. Layanan ini memfasilitasi konseli dalam melakukan perubahan perilaku, membangun mekanisme koping baru, serta mengambil keputusan yang lebih sehat berdasarkan tujuan pribadi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dengan dukungan konseling individual, *assertive training* dapat diterapkan lebih efektif karena konseli mendapatkan bimbingan secara personal dan fokus pada kebutuhan masing-masing.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini konsisten dengan teori dan penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa *assertive training* merupakan teknik yang efektif untuk membantu mahasiswa meningkatkan perilaku asertif, kemampuan komunikasi, serta kapasitas mengelola situasi interpersonal. Dengan nilai N-gain rata-rata kategori sedang, intervensi ini telah memberikan pengaruh positif dan mendukung hipotesis penelitian bahwa teknik latihan asertif efektif meningkatkan perilaku asertif mahasiswa.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik *assertive training* dalam konseling individual efektif dalam meningkatkan perilaku asertif pada mahasiswa. Hal ini terlihat dari adanya peningkatan skor perilaku asertif pada seluruh konseli serta nilai N-gain rata-rata sebesar 52,59% yang berada pada kategori sedang–cukup efektif. Temuan tersebut menjawab hipotesis penelitian bahwa *assertive training* berpengaruh positif terhadap pengembangan perilaku asertif mahasiswa. Intervensi memberikan dampak pada kemampuan konseli dalam mengekspresikan pendapat, mempertahankan hak pribadi, mengelola emosi, serta membangun komunikasi interpersonal yang lebih adaptif. Meskipun demikian, tingkat efektivitas intervensi menunjukkan variasi antar konseli, sehingga diperlukan pemahaman bahwa keberhasilan teknik ini juga dipengaruhi oleh kesiapan diri dan kondisi psikologis masing-masing mahasiswa. Secara keseluruhan, tujuan penelitian untuk menganalisis efektivitas teknik *assertive training* dalam konseling individual tercapai, dan penelitian ini memberikan kontribusi teoretis serta praktis bagi pengembangan layanan konseling di perguruan tinggi.

Berdasarkan temuan tersebut, penelitian ini merekomendasikan bahwa konselor atau praktisi bimbingan dan konseling disarankan untuk menerapkan teknik *assertive training* sebagai bagian dari layanan konseling individual bagi mahasiswa yang menunjukkan perilaku pasif, kurang percaya diri, atau kesulitan menyampaikan pendapat. Latihan seperti *role-playing*, *modeling*, dan *coaching* perlu dilakukan secara berulang agar perubahan perilaku menjadi lebih stabil. Selain itu, mahasiswa dianjurkan untuk terus mempraktikkan perilaku asertif dalam aktivitas akademik maupun sosial agar kemampuan yang diperoleh tidak hanya muncul pada situasi konseling tetapi juga tercermin dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan jumlah peserta yang lebih banyak, melakukan intervensi dalam lebih dari satu sesi untuk melihat perkembangan jangka panjang, serta mempertimbangkan pendekatan *mixed methods* agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika perubahan perilaku asertif mahasiswa.

REFERENSI

- Arumsari, C. (2017). *Strategi konseling latihan asertif untuk mereduksi perilaku bullying*. 1, 31–39.
- Blegur, J., Haq, A. H. B., & Barida, M. (2023). Assertiveness as a New Strategy for Physical Education Students to Maintain Academic Performance. *Qualitative Report*, 28(3).
<https://doi.org/10.46743/2160-3715/2023.5659>
- Jurnal, W., Magfirah, I., Loilatu, S. H., & Souwakil, H. (2024). Indonesian Research Journal on Education Implementasi Teknik Latihan Asertif dalam Mengatasi Siswa Pasif pada Pembelajaran Matematika di SMA. In *Indonesian Research Journal on Education* (Vol. 4).
- Lianawati, A., Pravesti, C. A., & Hartanti, J. (2021). *Implementasi Teknik Latihan Asertif bagi Aktualisasi Diri Konselor*. 1, 88–96.
- Nuha, Moch. S., Hidayah, N., & Wahyuni, F. (2024). Behavioral Approach Through Assertive Training in Improving Interpersonal Communication Skills of Students: A Systematic Literature Review. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 8(2), 175–189.
<https://doi.org/10.30653/001.202482.401>
- Nurjannah, N. (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 : Pendahuluan. 2(2), 101–112.
- Rachmayanie dan Sulistiyana FKIP, R., & dan Konseling, B. (2020). *PELATIHAN TEKNIK ASERTIF UNTUK MENGURANGI KECEMASAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 12 BANJARMASIN*.
- Ramadhan, A.-N. P., Fauzi, T., & Arizona, A. (2022). Pengaruh Teknik Assertive Training terhadap Rasa Percaya Diri Siswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 479–484.
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.308>
- Sugara, G. S., Rahmawati, E., Muhajirin, M., & Tasikmalaya, U. M. (2023). *Jurnal Konseling Indonesia (JKI) Jurnal Konseling Indonesia (JKI)*. 9(1), 31–41.

Yana Putri, F., Fajri Ramadhani, N., Sitti Hartina Jaya, B., & Raihan, M. (2024). Meningkatkan Self Confidence Siswa SMP Lazuardi Athaillah Makassar Menggunakan Teknik Assertive Training. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 3(5).