

Improving Assertiv Communication To Prevent Bullying In Junior High School Student

[Peningkatan Komunikasi Asertif Untuk Mencegah *Bullying* Pada Siswa SMP]

Novi Ummul Quraini¹⁾, Zaki Nur Fatmawati²⁾

¹⁾Program Studi Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Psikologi dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: zakinurfatmawati@umsida.ac.id

Abstract. *Bullying itself is one way to achieve personal satisfaction. Bullying is also an act of mocking or intimidating a victim who is completely helpless. One type of behavior that uses violence where there is physical or psychological violence where there is physical or psychological violence directed at a person or several individuals who are erratic or unmotivated. The method uses was an experiment carried out on junior high school students at SMPN 5 Sidoarjo. This was done to determine the level of students' understanding in improving assertive communication to increase assertive communication to increase assertive communication to prevent bullying in junior high school communication to prevent bullying in junior high school student. Based on table 1, hypothesis testing shows that the Wilcoxin's signed rank W statistic is very significant, namely p 0.001. there is a very significant difference before being given psychoeducation and after psychoeducation, where the rank-biserial correlation as an effect size and interpreted the same as the pearson r correlation shows 0.898, which means it shows a large effect. Based on the result and previous discussion, it was concluded that the activities carried out to increase assertive communication at SMP Negeri 5 Sidoarjo provided significant result before and after providing psychoeducational activities. Participant's understanding of the material provided was considered good, but it is recommended that they continue this activity continuously to deepen students understanding of how to communicate assertively*

Keywords - *Bullying, Assertive Communication, Junior High school student, Adolescence*

Abstrak *Bullying sendiri merupakan salah satu cara untuk mencapai kepuasan pribadi. Bullying dapat berupa mengejek atau mengintimidasi korban tidak berdaya. Salah satu jenis perilaku yang menggunakan kekerasan dimana terdapat kekerasan fisik atau psikis yang ditujukan kepada seseorang atau beberapa individu yang tidak menentu atau tidak termotivasi. Metode yang digunakan adalah eksperimen yang dilakukan pada siswa SMP yang dilaksanakan di SMP Negeri 5 Sidoarjo. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terkait komunikasi asertif untuk sebagai upaya pencegahan bullying pada siswa siswa SMP. Berdasarkan tabel 1 pengujian hipotesis menunjukkan bahwa statistik Wilcoxin's signed Rank W sangat signifikan yaitu p 0,001. Terdapat perbedaan yang sangat signifikan sebelum diberikan psikoedukasi dan sesudah psikoedukasi, dimana korelasi rank-Biserial sebagai effect size dan diartikan sama dengan korelasi pearson r menunjukkan sebesar 0,898 yang berarti menunjukkan effect yang besar. Berdasarkan hasil dan pembahasan sebelumnya disimpulkan bahwa kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan komunikasi asertif di SMP Negeri 5 Sidoarjo memberikan hasil yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian kegiatan psikoedukasi. Pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan dinilai baik, namun disarankan untuk melanjutkan kegiatan tersebut secara terus-menerus guna memperdalam pemahaman siswa mengenai cara berkomunikasi secara asertif*

Kata Kunci – *Bullying, Komunikasi Asertif, Sekolah menengah pertama, Remaja*

I. PENDAHULUAN

Fenomena mengenai bullying saat ini banyak terjadi terutama pada kalangan remaja[1]. Hurlock menjelaskan perkembangan remaja yang utama yakni perkembangan emosi namun tidak semua remaja dapat berproses dengan baik. Ada juga remaja yang terlibat dalam kasus kenakalan remaja, yakni permasalahan yang sering ditemui salah satunya adalah *bullying* atau perundungan[2].

Menurut Ken Rigby *bullying* sendiri termasuk cara untuk mencapai kepuasan pribadi, hal ini ditunjukkan dengan perilaku yang menimbulkan rasa menguasai. *Bullying* juga disebut dengan tindakan mengolok - olok atau mengintimidasi korban, sama sekali tidak berdaya. salah satu jenis perilaku yang menggunakan pemaksaan dimana terdapat kekerasan fisik atau psikologis yang ditujukan kepada seseorang atau beberapa individu yang tidak menentu atau tidak termotivasi[3].

Istilah “ *bullying* ” berasal dari bahasa Inggris yang mengacu pada istilah merendahkan atau mengganggu seseorang[4]. Berbagai macam bullying yang sering terjadi disekolah meliputi tindakan seperti mengejek, memberi nama julukan, menghasut, mengucilkan teman kelas, menakut-nakuti, mengancam, atau menyerang secara fisik[5]. Sedangkan yang dimaksud dengan bullying fisik adalah tindakan pelaku terhadap korbannya, seperti menggigit, menjambak rambut, memukul, menendang, dan menakut-nakuti, mencakar korban, mengucilkan di tempat kejadian melalui kekerasan fisik[6].

Perilaku agresif yang berulang dan terus-menerus dengan tujuan menyakiti orang lain dalam hubungan antarpribadi yang ditandai oleh ketidakseimbangan kekuatan, bahkan tanpa adanya provokasi yang jelas. Pada anak SMP, ini menjadi masalah serius yang memengaruhi kesejahteraan fisik, emosional, dan akademik mereka, mengingat mereka masih dalam tahap rentan perkembangan identitas dan sosial. Bullying di SMP bisa melibatkan perilaku fisik, verbal, atau relasional yang merugikan korban dan menciptakan lingkungan yang tidak aman disebut dengan *bullying*, sesuai dengan pandangan Barbara Coloroso[7].

Bullying di lingkungan sekolah merupakan fenomena yang memprihatinkan. Kekerasan bisa terjadi di berbagai tempat dan waktu, terutama di area dengan pengawasan yang minimal dari guru atau orang dewasa seperti tempat parkir, toilet, halaman sekolah, atau bahkan didalam kelas. Lokasi-lokasi tersebut seringkali menjadi pemicu terjadinya bullying, dengan pelaku kekerasan memilih tempat yang sepi untuk melancarkan aksinya agar mencapai tujuannya[8].

Berdasarkan Hasil *Community Need Assesment* (CNA) dengan menggunakan metode wawancara yang dilakukan kepada salah satu guru BK dan satu siswa di SMP Negeri 5 Sidoarjo menyatakan bahwa *bullying* dilingkungan sekolahnya saat ini masih ada dan lebih sering terjadi antar kelas atau berkelompok yang berupa *bullying* verbal seperti mengejek, menuduh, menyoraki didepan umum dan diperoleh data bahwa di lingkungan sekolah masih terdapat *bullying* yang terjadi diantara siswa namun di sekolah tersebut masih sedikit guru yang mengetahui hal tersebut.

Menurut Saptandari & Adiyanti perilaku asertif sebagai salah satu titik tengah dan menjadi salah satu cara bagi remaja untuk menghindari menjadi korban *bullying*. Sebagai titik tengah, perilaku ini membantu korban agar tidak membalas *bullying* dengan kekerasan serta mencegah mereka dari bersikap pasif terhadap perilaku *bullying*[1].

Asertivitas adalah kemampuan untuk menyampaikan apa yang diinginkan, dirasakan, dan dipikirkan kepada orang lain namun tetap menghormati dan menghargai hak serta perasaan orang lain [9]. Dalam bahasa Inggris, istilah "*assertive*" mengacu pada kemampuan untuk menyatakan dan menegaskan diri. Saat berkomunikasi dengan orang lain, banyak individu mengalami kesulitan dalam mengekspresikan diri secara jujur. Hal ini tidak hanya tidak memperbaiki hubungan, melainkan malah dapat menyebabkan ketegangan dan konflik antar individu[10]. Menurut Steven dan Howard perilaku asertif adalah keterampilan untuk mengkomunikasikan pikiran dan perasaan dengan jelas, membela diri, dan mempertahankan pendapat[11].

Komunikasi asertif berperan dalam mengurangi bullying dengan melatih individu untuk menyatakan perasaan dan haknya dengan tegas melalui respon positif, sehingga mengajarkan cara ekspresi diri tanpa menjadi agresif[8]. Menurut Cawood menyatakan bahwa perilaku asertif adalah ekspresi diam dan tepat yang muncul dari observasi, kebutuhan, dan sumber lain, atau siswa hak-hak tanpa ada rasa cemas yang terlihat. Artinya siswa mampu mengemukakan pendapatnya secara jelas dan ringkas [12]. Jujur adalah menunjukkan semua isyarat pesan yang dapat dimengerti, kata-kata, gerak-gerik, dan perasaan yang mengatakan yang berarti. Menurut Doris Hulbert komunikasi asertif memiliki enam teknik antara lain: mendengar, menyatakan harapan dengan jelas, memperhatikan, kompromi dan negosiasi, bersikap gigih, dan memberikan kritik yang efektif dan membangun[13].

Ada dua aspek dari komunikasi asertif, yakni verbal behavior dan non-verbal behavior. Verbal behavior melibatkan kemampuan dalam mengatakan tidak (*compliance*), durasi berbicara yang panjang (*duration of reply*), kejelasan suara (*loudness*), memberikan saran dan mengeluarkan perasaan (*request for new behavior*), kemampuan mengelola emosi ketika berbicara (*affect*), serta merespon pembicaraan setelah orang lain selesai berbicara (*latency*

of response). Sementara itu, non-verbal behavior melibatkan kemampuan memandang lawan bicara dengan kontak mata, mengekspresikan perasaan melalui ekspresi muka, menjaga jarak fisik yang tepat, sikap badan yang tegak, dan menggunakan isyarat tubuh yang sesuai untuk memperjelas pesan yang disampaikan kepada lawan bicara [14].

Dalam perilaku asertif memiliki beberapa ciri-ciri antara lain a.) bebas mengungkapkan pikiran dan pendapat dengan Tindakan dan kata-kata yang baik, b.) mampu melakukan komunikasi secara langsung dan terbuka, c.) dapat memulai, melanjutkan dan menutup pembicaraan dengan baik, d.) Mampu menolak dan menyatakan ketidaksetujuan terhadap pendapat atau hal-hal yang tidak logis dan bersifat negatif, e.) Mampu meminta bantuan atau dukungan dari orang lain saat dibutuhkan, f.) Memiliki sikap dan pandangan yang aktif terhadap kehidupan, g.) mengakui batasan diri sambil terus berusaha sebaik mungkin untuk meraih tujuan sehingga ketika berhasil atau pu gagal tetap menjaga harga diri (*self esteem*) dan kepercayaan diri (*self confidence*) [15].

Dengan adanya penjelasan diatas maka penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu yakni penelitian mereka, Anderson et al. Menjelaskan bahwa *bullying* dapat berdampak buruk pada remaja dari berbagai aspek kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan sosial, bunuh diri, harga diri rendah, dan masalah perilaku yang dapat merusak hubungan keluarga[16]. Selain itu, *bullying* dapat menyebabkan remaja gagal sekolah. Setelah pelatihan komunikasi asertif terjadi perubahan yang cukup signifikan, dimana perilaku siswa yang paling dominan adalah perilaku asertif dengan presentase 80%. Perilaku asertif dikategorikan berhasil apabila siswa mampu menerapkan komunikasi yang efektif seperti menjaga kontak mata dengan lawan berbicara, tetap tenang dan rileks, menghindari kata-kata yang mengancam, menggunakan ekspresi wajah yang sesuai, berbicara dengan volume suara yang jelas, dan membuat lawan berbicara merasa nyaman. Setelah mengikuti pelatihan komunikasi asertif terjadi peningkatan kemampuan komunikasi siswa dari 33,3% menjadi 80% [17].

Sedangkan Matheson Nursalim menemukan terdapat beberapa laporan penelitian yang menunjukkan bahwa latihan asertif dapat meningkatkan perilaku asertif, menambah pemahaman mengenai materi asertif, agresif, dan pasif[11]. Menurut Yani kasus *bullying* yang sering terjadi sekitar 61-73% dalam bentuk kekerasan, mengancam, dan juga merebut barang-barang. Adapun yang lainnya dalam bentuk *cyber bullying*[18].

Berdasarkan paparan diatas maka dapat disimpulkan bahwa dalam kegiatan psikoedukasi peningkatan komunikasi asertif untuk mencegah *bullying* pada siswa Smp ini sangat penting untuk dilakukannya karena memiliki keterampilan dalam berkomunikasi asertif itu diperlukan bagi setiap manusia sehingga dapat meningkatkan keberhasilan seseorang. Komunikasi asertif sendiri memiliki tingkah laku yang biasanya melalui tindakan seperti Bahasa tubuh dan ekspresi wajah untuk memperlihatkan gambaran emosi dan juga perasaan[19]. Menurut Alberti & Emmons (dalam, Novita, 2017) perilaku asertif seseorang juga dapat jujur, dan menggunakan hak pribadinya tanpa menghilangkan hak atau kepentingan orang lain[20].

II. METODE

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dengan menggunakan kuisioner. Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa dalam peningkatan komunikasi asertif untuk mencegah *bullying* bagi siswa SMP.

Responden akan menjadi perbandingan diri dapat dilakukan dengan mengevaluasi skor yang diperoleh sebelum dan setelah pelatihan, untuk menggambarkan hasil dari proses pembelajaran dari siswa. Untuk tujuan tersebut, maka dibutuhkan informasi kondisi awal mengenai kemampuan komunikasi asertif siswa yang didapatkan melalui pengukuran pretest dan informasi kondisi siswa setelah diberikan treatment pelatihan yang diperoleh melalui pengukuran posttest. Tujuan dari hal ini adalah untuk mengevaluasi dampak pelatihan terhadap variabel terikat, yang dalam penelitian ini adalah peningkatan komunikasi asertif untuk mencegah bullying.

Proses pelatihan menggunakan modul sebagai acuan dan pedoman dalam memberikan intervensi pelatihan. Modul pelatihan peningkatan komunikasi asertif dengan pendekatan psikoedukasi berisi serangkaian aktivitas yang disusun secara sistematis.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengisian Google Form berbentuk pilihan pada pre-test dan post-test. Soal pre-test dan post-test terdiri dari 20 soal yang mana 16 soal terdiri dari pilihan benar atau salah dan 4 soal lainnya merupakan pilihan ganda.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Uji Hipotesis

Paired Samples T-Test							
Measure 1	Measure 2	W	Z	P	Hodges-Lehmann Estimate	Rank-Biserial Correlation	SE Rank-Biserial Correlation
Pre-Test	Post-Test	27.000	-4.432	< .001	-2.000	-0.898	0.200

Note. Wilcoxon signed-rank test.

Berdasarkan tabel 1 Uji Hipotesis menunjukkan bahwa statistik-W Wilcoxon's *Signed Rank* yang sangat signifikan yaitu $p < ,001$. Terdapat perbedaan yang sangat signifikan sebelum pemberian psikoedukasi dan sesudah psikoedukasi, dimana korelasi rank-Biserial sebagai besaran efek dan di interpretasi sama dengan korelasi r pearson menunjukkan nilai sebesar 0,898 yang mana artinya menunjukkan besaran efek yang besar.

Table 2 Deskriptive Statistik

Descriptive Statistics		
	Pre-Test	Post-Test
Valid	34	34
Missing	0	0
Median	15.500	17.500
Std. Deviation	1.387	1.619
Minimum	11.000	13.000
Maximum	18.000	20.000

Berdasarkan table 2 diatas, hasil deskriptif menunjukkan bahwa median dari pre test (15.500) ke post test (17.500) mengalami kenaikan. Dari boxplots Nampak bahwa terjadi kenaikan antara pre-test dengan post-test.

Kegiatan psikoedukasi di SMP Negeri 5 Sidoarjo akan dilaksanakan dalam format non-training secara spontan, dengan menggunakan metode ceramah dan penjelasan lisan. Psikoedukasi ini akan dipimpin oleh seorang psikolog atau ilmuwan psikologi yang memahami baik metode psikoedukasi maupun isu-isu yang ada dalam komunitas siswa SMP Negeri 5 Sidoarjo.

Kegiatan psikoedukasi ini yang berjudul "Psikoedukasi Peningkatan Komunikasi Asertif Untuk Mencegah *Bullying* Pada Siswa SMP" yang di selenggarakan pada tanggal 27 November 2023 pada pukul 09.00 – 11.00. kegiatan psikoedukasi ini dilakukan di aula SMP Negeri 5 Sidoarjo, peserta yang mengikuti kegiatan psikoedukasi ini merupakan siswa-siswi yang aktif dari masing-masing perwakilan kelas 7 dan 8 yang berjumlah 26.

Psikoedukasi dimulai dengan *Pre Test* untuk peserta terhadap materi yang akan disampaikan oleh narasumber, MC akan memberikan arahan terhadap peserta agar peserta mengisi jawaban *Pre Test* yang dikirimkan melalui *google form*. Berikutnya adalah penyampaian materi yang dipaparkan oleh psikolog yang dimana materinya berisikan: Apa itu *Bullying*, apa saja macam-macam dari *bullying*, apa penyebab dan juga cara mencegah adanya *bullying*, kemudian bagaimana cara mencegah *bullying* dengan menggunakan komunikasi asertif, kemudian komunikasi asertif sendiri itu seperti apa, dan juga menjelaskan tentang peranan komunikasi asertif terhadap *bullying* itu sendiri.

Pemateri menyampaikan materi dengan metode ceramah, yang dimana pemateri akan menjelaskan dengan penerangan dan pengucapan kata-kata secara lisan terhadap peserta dan kemudian peserta dianjurkan untuk

mendengarkan secara rinci, dan juga mencatat semua yang dijelaskan oleh pemateri agar memahami materi tersebut dengan baik. Dengan metode tersebut, peserta dapat mengerti dan mudah untuk memahami materi. Pemateri juga memaparkan materi tersebut dengan berdiri agar peserta bisa melihat pemateri yang sedang memaparkan materi. Pemaparan materi juga menggunakan proyektor agar peserta dapat melihat dengan jelas.

Setelah penyampaian materi berikutnya adalah penayangan video yang berisikan tentang komunikasi asertif sendiri merupakan komunikasi yang membuat kamu terlihat bertanggung jawab atas pendapat kamu tapi juga tidak menyalahkan orang lain. John Paul Lederach juga mengatakan bahwa jika kita bisa mengelola konflik maka kita mampu mendapatkan solusi dan menjadi kreatif.

Selanjutnya di lanjutkan dengan pengisian *Post-Test* yang diberikan panitia dalam bentuk *google form* yang berisikan tentang pemahaman materi komunikasi asertif dan juga *bullying*.

Untuk mengurangi *bullying*, perlu ada usaha berkelanjutan agar tercipta lingkungan yang aman dan terhindar dari dampak negatif yang dapat memengaruhi kesehatan mental remaja. Melalui upaya tersebut, potensi untuk mencegah dan mengurangi *bullying* akan meningkat. Tujuan dari usaha ini adalah membantu individu mengenali diri mereka sendiri, membangun keberanian untuk melaporkan insiden *bullying*, serta mengembangkan sikap yang asertif [21].

Perilaku asertif menjadi titik tengah dan solusi efektif bagi remaja agar tidak menjadi korban *bullying*. Hal ini karena perilaku asertif membantu korban untuk tidak membalas perilaku *bullying* dengan kekerasan, serta mencegah mereka dari bersikap pasif terhadap pelaku *bullying*. [22]. Menurut Fensterheim dan Baer, terdapat beberapa ciri dari perilaku asertif. Seseorang dengan perilaku asertif akan memiliki kebebasan untuk menyampaikan pikiran dan pendapat kepada orang lain, baik melalui kata-kata maupun tindakan. Mereka juga mampu berkomunikasi secara langsung dan terbuka, menolak atau menyatakan ketidaksetujuan terhadap pendapat orang lain, serta menunjukkan kepercayaan diri yang tinggi terhadap kemampuan mereka. [23].

Banyak orang merasa enggan bersikap asertif karena khawatir tidak disukai. Namun, ketidakmampuan untuk bersikap asertif dapat menyebabkan situasi yang tidak nyaman. Pelatihan asertif diharapkan dapat membantu individu dalam menyampaikan pendapat, perasaan, dan membela diri dalam situasi yang tidak nyaman, mengancam, atau berbahaya. Secara khusus, teknik sosiodrama telah diterapkan untuk mengembangkan keterampilan asertif sebagai langkah pencegahan *bullying*. [24].

Teknik pelatihan asertif terbukti efektif dalam meningkatkan *locus of control internal* siswa, baik dalam konteks hubungan sosial maupun pembelajaran di kelas. Akibatnya, siswa menjadi lebih mampu secara mandiri mengungkapkan hal-hal yang mengganggu dan merugikan mereka secara fisik, psikologis, dan mental. Hal ini membantu mereka untuk menolak pengaruh negatif, tidak mudah diperdaya, dan menghindari perilaku pelecehan [25].

Menurut Khusnul, perilaku asertif dapat dianggap berhasil ketika siswa mampu melakukan kontak mata dengan lawan bicara, tetap tenang, menghindari kata-kata yang mengancam, mengekspresikan wajah dengan jelas saat berbicara, menggunakan nada suara yang sesuai, serta menciptakan suasana yang nyaman selama percakapan [17]. Seseorang yang menerapkan komunikasi asertif dalam kehidupan sehari-hari mampu memahami maksud lawan bicaranya. Mereka menunjukkan sikap tegas namun tidak mendominasi, serta menjaga keseimbangan dalam interaksi dengan orang lain [26].

VII. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang sudah di jelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa: 1), kegiatan psikoedukasi peningkatan komunikasi asertif untuk mencegah *bullying* di SMP Negeri 5 Sidoarjo menunjukkan adanya hasil yang signifikan ataupun hasil yang berbeda saat sebelum diberikan psikoedukasi dan sesudah diberikan psikoedukasi, 2), pemahaman peserta tentang materi yang di jelaskan oleh narasumber cukup baik, hal ini dapat dilihat dari cukup minatnya peserta untuk bertanya kepada narasumber ataupun menjawab pertanyaan yang telah dilakukan narasumber. 3), masih perlu diadakan psikoedukasi peningkatan komunikasi asertif secara lanjutan untuk membantu pada siswa-siswi memahami lebih dalam cara-cara berkomunikasi asertif.

REFERENSI

- [1] H. R. Ainiyah and I. Y. Cahyanti, "Efektivitas Pelatihan Asertif Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku 'Bullying' di SMPN A Surabaya," vol. 9, no. 2, pp. 105–113, 2020.
- [2] Z. M. Maulia, B. Tetteng, and A. N. Hamid, "Hubungan Antara Perilaku Asertif Dengan Kecenderungan Menjadi Objek Perundungan Pada Siswa Berasrama," *JIVA J. Behav. Ment. Heal.*, vol. 2, no. 1, pp. 110–125, 2021, doi: 10.30984/jiva.v2i1.1523.
- [3] H. Mutiasari and L. Yarni, "Fenomena Bullying Dalam Kalangan Siswa DI SMP Negeri 1 Tara," *J. Kaji*.

- Penelit. Pendidik. dan Kebud.*, vol. 1, no. 1, 2023, doi: <https://doi.org/10.59031/jkppk.v1i1.62>.
- [4] E. Z. Zakiyah, S. Humaedi, And M. B. Santoso, "Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying," *Pros. Penelit. dan Pengabd. Kpd. Masy.*, vol. 4, no. 2, pp. 324–330, 2017, doi: 10.24198/jppm.v4i2.14352.
- [5] Fatmawati Shintia Devi and Pratiwi Indah Titin, "Penerapan Konseling Kelompok Latihan Asertif Pada Siswa Korban Bullying," 2020. Accessed: May 31, 2024. [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/33951>
- [6] Hamzah, H. A. Manafe, A. H. Kaluge, and S. S. Niha, "Bentuk Dan Faktor Penyebab Bullying: Studi Mengatasi Bullying Di Madrasah Aliyah," *J. Ilm. Pendidik. Citra Bakti*, vol. 10, no. 3, pp. 481–491, 2023, doi: 10.38048/jipcb.v10i3.1968.
- [7] Nurmala Hayati and Fadhilla Yusri, "Upaya Edukasi Pencegahan Bullying Pada Siswa Smpn 1 Enam Lingkung Di Kabupaten Padang Pariaman," *J. Kaji. Penelit. Pendidik. dan Kebud.*, vol. 1, no. 1, pp. 26–42, 2023, doi: 10.59031/jkppk.v1i1.58.
- [8] S. Yuningsih, F. Rosmi, L. Sumarni, A. Swarnawati, and N. N. Muksin, "Edukasi Pencegahan Bullying Melalui Pelatihan Keterampilan Berkomunikasi Asertif Bagi Siswa Di Sdn Pamulang Indah Kota Tangerang Selatan," *JAMAS J. Abdi Masy.*, vol. 1, no. 3, pp. 227–235, 2023, doi: 10.62085/jms.v1i3.47.
- [9] N. Fadhilah Umar, M. Rafli, N. Junaid, and N. N. Mentari, "Aplikasi Self-Defense Remaja Berbasis Strategi Komunikasi Asertif Pencegah Cyberbullying Artikel info," vol. 5, no. 1, pp. 35–43, 2022, doi: 10.31960/ijolec.
- [10] F. Nofriza, "Melatih Sikap Asertif Untuk Meng Hindari Perilaku Bullying Usia Sekolah Dasar Kelas Rendah," *J. Pendidik. Paud*, vol. 1, no. 1, pp. 42–48, 2016.
- [11] C. Arumsari, "Strategi Konseling Latihan Asertif Untuk Mereduksi Perilaku Bullying," *J. Innov. Couns. Theory, Pract. Res.*, vol. 1, no. 1, pp. 31–39, 2017, [Online]. Available: http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- [12] P. J. Kusuma, M. P. Profesi, and U. M. Surakarta, "Pelatihan asertivitas untuk siswa korban," *Pros. SEMNAS Penguatan Individu di Era Revolusi Inf.*, no. 2006, pp. 267–273, 2010.
- [13] T. Widyastuti, "Pengaruh Komunikasi Asertif Terhadap Pengelolaan Konflik," *Widya Cipta J. Sekr. dan Manaj.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–7, 2017.
- [14] M. Barida and M. Pd, *Modul Assertiveness Training Untuk Meningkatkan Komunikasi Asertif*. 2016. Accessed: May 31, 2024. [Online]. Available: https://eprints.uad.ac.id/16839/1/Modul_Assertiveness_Training_Muya_Barida.pdf
- [15] J. Raudhah, "Penerapan Teknik Asertif Untuk Mengurangi Perilaku Bullying siswa SMP Negeri 3 Meukaboh Kabupaten Aceh Barat," 2021, [Online]. Available: https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17243/%0Ahttps://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/17243/1/Raudhah_Jasmin,160213018,FTK,BK,085270476359.pdf
- [16] A. Wardah and Nurmiati, "Pelatihan Asertif Untuk Mencegah Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Di Banjarmasin," vol. 20, no. 1, pp. 105–123, 2022.
- [17] Aini Khusnul and mariyati, "Upaya Pencegahan Bullying Melalui Pelatihan Komunikasi Asertif Pada Kelompok Siswa DI SMP Muhammadiyah 8 Semarang," vol. Vol 1, No 1, 2019, doi: <https://doi.org/10.33660/jipmk.v1i1.8>.
- [18] I. Fitroh, Rosidi, I. Tasnur, I. H. Hotimah, and N. R. Arrazaq, "Sosialisasi Upaya Pencegahan Bullying di SMA Negeri 7 Prasetya Gorontalo," *Naufal Raffi Arrazaq J. Hum. Educ.*, vol. 3, no. 2, pp. 122–126, 2023, doi: <https://doi.org/10.31004/jh.v3i2.166>.
- [19] W. Kustiawan, A. Khaira, and R. Nisa, A., Nurhalija, M. & Ramadhan, "Komunikasi Asertif dan Empatik dalam Psikologi Komunikasi," *J. Ilmu Komputer, Ekon. dan Manaj.*, vol. 2, no. 2, pp. 2483–2496, 2022.
- [20] D. M. Novita, "Peningkatan Perilaku Asertif Siswa Kleas VII Smp Negeri 2 Boyolali Korban Bullying Melalui Pelatihan Asertif," *J. Bimbing. dan Konseling*, 2017.
- [21] Sayyidah Fatimah Azzahra, "Pengaruh Asertif De-More Terhadap Penurunan Perilaku Bullying Pada Remaja Di Pondok Pesantren The Effect Of De-More Assertiveness On Reducing Bullying Behavior In Adolescents IN Islamic Boarding Schools," vol. 7, no. Vol. 7 No. 2 (2024): Mei 2024, pp. 846–856, 2024, [Online]. Available: <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/issue/view/121>
- [22] Y. M. Soeli, N. A. R. Yusuf, C. P. S. H. Jafar, R. W. Mohamad, and F. Firmawati, "Peningkatan Kemampuan Anak Sekolah Melalui Latihan Asertif untuk Menurunkan Bullying di SMPN 1 Tapa, Kabupaten Bonebolango," *J. Pengabd. Kpd. Masy. Ungu (ABDI KE UNGU)*, vol. 5, no. 2, pp. 84–89, 2023, doi: 10.30604/abdi.v5i2.1282.
- [23] Fatmawati Devi Shintia and P. T. Indah, "Penerapan Konseling Kelompok Latihan Asertif Pada Siswa Korban Bullying Di Smpn 34 Surabaya," vol. Vol. 11, N, no. Vol 11 No 4 (2020), pp. 476–483, 2020, [Online]. Available: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/33951>

- [24] W. M. Ella Faridati Zen, Muslihati Muslihati, Diniy Hidayaturrahman, “Pelatihan Perilaku Respek, Empati dan Asertif Melalui Metode Role Play untuk Mencegah Bullying Di Sekolah Menengah Pertama,” vol. 3, no. 1, pp. 40–47, 2020, [Online]. Available: <https://journal2.um.ac.id/index.php/pedagogi/article/view/12108>
- [25] T. Salau, G. D. Keo, B. Labre, and D. D. Fanggitasik, “Pelatihan Asertif Bagi Remaja: Upaya Preventif Tindakan Kekerasan di Sekolah,” *War. LPM*, vol. 26, no. 4, pp. 453–461, 2023, doi: 10.23917/warta.v26i4.2455.
- [26] A. Hanifah, I. Saripah, and N. A. Nadhira, “Peran Perilaku Asertif terhadap Keterampilan Berkomunikasi Remaja,” vol. 4, no. 1, pp. 16–28, 2023, doi: 10.19105/ec.v1i1.1808.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.