

## **PENGARUH TERAPI KOMUNIKASI ASSERTIVE DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA PUTRI**

**Tiara Lani\*, Yohana Agustina Sitanggang, Raziansyah**

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura, Jl. Samadi No.1,  
Jawa, Martapura, Banjar, Kalimantan Selatan 71213, Indonesia

\*[tiaralani.stikesintan@gmail.com](mailto:tiaralani.stikesintan@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Perilaku agresif merupakan bentuk ekspresi emosi seseorang karena adanya suatu hal yang tidak menyenangkan yang individu alami. Perilaku ini dapat dilihat dalam bentuk verbal ataupun non verbal dengan tujuan penyerangan dan lebih sering terjadi pada remaja. Dampak dari perilaku ini dapat menyebabkan kerugian pada kedua belah pihak. Remaja yang memiliki perilaku agresif dapat membuat masalah dalam hubungan interpersonal, maka dari itu remaja hendaknya memiliki kemampuan berkomunikasi dalam menyampaikan keinginannya dengan baik sehingga tidak menyinggung perasaan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi komunikasi asertive terhadap perilaku agresif pada remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* yang menggunakan rancangan penelitian *pre-test and post-test with control group design*, teknik sampling yang digunakan *purposive sampling*, responden dibagi menjadi kelompok perlakuan sebanyak 30 responden dan kelompok kontrol sebanyak 30 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang sudah baku yaitu kuesioner *Buss Perry Aggression Questionnaire* untuk mengukur perilaku agresif dan *Assertiveness Scale for Adolescents* untuk komunikasi asertif. Uji statistik menggunakan *Paired Samples Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi komunikasi asertive dengan media video terhadap perilaku agresive remaja putri, dengan nilai  $p = 0,008 < 0,05$ . Kesimpulan penelitian adanya pengaruh terapi komunikasi asertive terhadap perilaku agresif pada remaja putri.

Kata kunci: agresivitas; remaja; terapi komunikasi asertif

## **THE EFFECT OF ASSERTIVE COMMUNICATION THERAPY WITH VIDEO MEDIA ON AGGRESSIVE BEHAVIOR IN ADOLESCENT GIRLS**

### **ABSTRACT**

*Aggressive behavior is a form of expression of one's emotions because of something unpleasant that the individual experiences. This behavior can be seen in verbal or non-verbal forms with the aim of attacking and is more common in adolescents. The impact of this behavior can cause harm to both parties. Adolescents who have aggressive behavior can create problems in interpersonal relationships, therefore adolescents should have the ability to communicate in conveying their wishes properly so as not to offend other people. This study aims to determine the effect of assertive communication therapy on aggressive behavior in adolescents. This study was quantitative research with a quasi-experimental design that used a pre-test and post-test research design with control group design, the sampling technique used was purposive sampling, the respondents are divided into a treatment group of 30 respondents and a control group of 30 respondents. The study used The research instrument uses a standardized questionnaire is the Buss Perry Aggression Questionnaire to measure aggressive behavior and the Assertiveness Scale for Adolescents for assertive communication. Statistical test used the Paired Samples Test. The results showed that there was an effect of assertive communication therapy used video on the aggressive behavior of adolescents, with a value of  $p = 0.008 < 0.05$ . The conclusion of the study was the effect of assertive communication therapy on aggressive behavior in adolescents.*

*Keywords: adolescents; aggressiveness; assertive communication therapy*

## PENDAHULUAN

Perilaku agresif merupakan bentuk ekspresi emosi seseorang karena adanya suatu hal yang tidak menyenangkan yang individu alami. Perilaku ini dapat dilihat dalam bentuk verbal ataupun non verbal dengan tujuan penyerangan dengan unsur kesengajaan, tindakan ini lebih sering terjadi pada usia remaja. Dampak dari perilaku ini dapat menyebabkan kerugian pada kedua belah pihak (Shao, Liang, Yuan, & Bian, 2014). Perilaku agresif secara verbal merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk menyakiti, mengancam, atau membahayakan orang lain yang menjadi sasaran tersebut secara verbal melalui kata-kata, seperti memaki, menolak berbicara, menyebar fitnah, dan tidak memberikan dukungan (Oktaviani, dkk 2021) Perilaku agresif ringan dilakukan dengan menggunakan kata-kata kotor atau bahasa yang tidak sopan.

Perilaku agresif pada remaja terjadi karena pada masa ini individu mulai mengalami adanya perubahan – perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan psikologis meliputi adanya perubahan dalam hal emosi yang berubah dan merasa lebih sensitive (Hidayati & Farid, 2016). Sebagian remaja beranggapan bahwa masa ini merupakan masa yang sulit dan memerlukan adaptasi, yang mana pada proses adaptasi ini akan mempengaruhi kondisi fisik maupun psikologis individu (Yunalia, 2017). Tahap perkembangan remaja merupakan tahapan berpikir kritis dalam merespon, menilai terhadap sesuatu. Pada perkembangan ini remaja memiliki keinginan yang tinggi untuk menggali sesuatu yang berada di lingkungan ataupun orang di sekitarnya yang menjadi minat mereka. Hal ini menyebabkan remaja terkadang sulit untuk membedakan hal yang bersifat positif ataupun negatif. Ketika remaja sulit untuk membedakan hal bersifat positif ataupun negatif akibatnya salah satunya adalah remaja bisa menjadi orang yang memberontak ataupun melakukan perilaku agresif pada orang lain (Lutfiani, Sri, & Setyawati, 2018).

Perilaku agresif yang terjadi pada remaja memiliki beberapa faktor yang menyebabkan remaja berperilaku agresive .diantaranya adalah factor sosial dan lingkungan. Berdasarkan penelitian dari Sitanggung *et al* tahun 2023 pada remaja di MAN 2 Banjar didapatkan hasil bahwa tindakan agresivitas di media sosial sebagian besar dalam kategori tinggi yaitu sebesar 100%. Media sosial merupakan salah satu sarana untuk berkomunikasi namun juga dapat menimbulkan sikap permusuhan yang memicu meningkatkan agresivitas pada remaja (Myers D, 2012). Remaja yang memiliki perilaku agresif dapat membuat masalah dalam hubungan interpersonal, maka dari itu remaja hendaknya memiliki kemampuan dalam berkomunikasi untuk menyampaikan keinginan atau pendapat dengan baik sehingga tidak menyinggung perasaan orang lain, dalam hal ini remaja dapat diberikan terapi komunikasi assertive, terapi ini bertujuan agar remaja dapat mengungkapkan keinginannya secara tepat.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperiment* yaitu penelitian yang memberikan perlakuan atau intervensi pada subyek penelitian kemudian efek perlakuan tersebut diukur dan dianalisis. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-test and post-test with control group design*. Desain ini digunakan untuk membandingkan hasil intervensi terapi komunikasi assertif terhadap Remaja putri dengan perilaku agresif, pada kelompok yang diukur sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri MAN 2 Banjar Provinsi Kalimantan Selatan kelas X dan XI dengan jumlah responden sebanyak 60 siswi dengan teknik sampling *purposive sampling* responden dibagi menjadi 2 kelompok dengan

pembagian kelompok perlakuan 30 responden dan Kelompok kontrol 30 responden dengan kriteria inklusi 1) Siswi MAN 2 Astambul, 2) Siswi yang berperilaku agresif. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan april tahun 2023. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *Buss – Perry Aggression Questionnaire (BPAQ)* untuk mengukur perilaku agresif dan *Assertiveness Scale for Adolescents (ASA)* untuk komunikasi asertif. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Paired Samples Test*, penelitian ini telah mendapatkan keterangan etik dengan nomor etik 012/KE/YBIP-SI/IV/2023. Penelitian ini terdiri dari 5 tahapan, tahap 1: penelitian ini pertama peneliti melakukan *group matching* untuk menyetarakan kondisi awal antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan tujuan agar kedua kelompok dalam kondisi yang sama sebelum diberikan intervensi. Adapun kriteria *group matching* yaitu : Rentang usia yang sama pada masing-masing kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol, menandatangani lembar *informed consent*. Tahap 2: Melakukan *pretest* untuk penilaian awal, selanjutnya responden dibagi menjadi 2 kelompok untuk kelompok intervensi diberikan terapi komunikasi asertive dengan menggunakan media video dengan durasi kurang lebih 5 menit, Tahap 3: tahap diskusi masing-masing responden diminta untuk mengemukakan hambatan dan mempraktikkan keterampilan berkomunikasi asertif. Untuk kelompok kontrol dikumpulkan pada ruangan terpisah. Setelah semua tahapan selesai peneliti kembali memberikan kuesioner BPAQ dan ASA.

## HASIL

Tabel 1.  
Karakteristik Responden

| Variabel    | Kelompok Intervensi |    | Kelompok Kontrol |      |
|-------------|---------------------|----|------------------|------|
|             | f                   | %  | f                | %    |
| Usia        |                     |    |                  |      |
| 14-15 tahun | 6                   | 20 | 11               | 36,6 |
| 16-17 Tahun | 24                  | 80 | 19               | 63,4 |
| Kelas       |                     |    |                  |      |
| X-XI IPA    | 18                  | 60 | 17               | 56,6 |
| X- XI IPS   | 12                  | 40 | 13               | 43,4 |

Tabel 1 menunjukkan hasil mayoritas responden berusia 16-17 tahun dengan jumlah 24 atau 80% responden pada kelompok Intervensi dan 19 atau 63% responden pada kelompok kontrol, dan karakteristik responden berdasarkan kelas mayoritas kela X-XI IPA dengan jumlah 18 atau 60% responden kelompok intervensi dan 17 atau 56,6% responden pada kelompok kontrol.

Tabel 2.  
Kemampuan Komunikasi Assertive ada Remaja Putri MAN 2 Banjar

| Komunikasi Assertive | Kelompok Intervensi |      |         |      | Kelompok Kontrol |      |         |      |
|----------------------|---------------------|------|---------|------|------------------|------|---------|------|
|                      | Sebelum             |      | Sesudah |      | Sebelum          |      | Sesudah |      |
|                      | f                   | %    | f       | %    | f                | %    | f       | %    |
| Baik                 | 10                  | 33,3 | 11      | 36,7 | 11               | 36,7 | 11      | 36,7 |
| Cukup                | 20                  | 66,7 | 19      | 63,3 | 19               | 63,3 | 19      | 63,3 |
| Kurang               | 0                   | 0    | 0       | 0    | 0                | 0    | 0       | 0    |

Tabel 2 menunjukkan hasil komunikasi asertive pada kelompok intervensi sebelum diberikan terapi pada kategori baik sebesar 33,3% setelah diberikan terapi terjadi peningkatan menjadi

36,7% sedangkan pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah pada kategori baik sebesar 36,7% yang berarti tidak ada peningkatan atau perubahan pada responden. Hasil terapi komunikasi asertive pada kelompok intervensi menunjukkan terdapat peningkatan kemampuan berkomunikasi asertive pada remaja putri sebesar 3,4%.

Tabel 3.  
 Perilaku Agresif Remaja Putri MAN 2 Banjar

| Perilaku Agresif | Kelompok Intervensi |      |         |    | Kelompok Kontrol |      |         |      |
|------------------|---------------------|------|---------|----|------------------|------|---------|------|
|                  | Sebelum             |      | Sesudah |    | Sebelum          |      | Sesudah |      |
|                  | f                   | %    | f       | %  | f                | %    | f       | %    |
| Tinggi           | 0                   | 0    | 0       | 0  | 0                | 0    | 0       | 0    |
| Sedang           | 17                  | 56,7 | 6       | 20 | 14               | 46,7 | 14      | 46,7 |
| Rendah           | 13                  | 43,3 | 24      | 80 | 16               | 53,3 | 16      | 53,3 |

Tabel 3 menunjukkan hasil perilaku agresive pada kelompok intervensi terjadi perubahan perilaku, kategori perilaku agresif sedang sebanyak 56,7% sebelum diberikan intervensi dan terjadi perubahan yang signifikan terhadap perilaku agresif kategori rendah sebesar 80% setelah diberikan intervensi, sedangkan pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah pada kategori sedang dan rendah tidak ada perubahan perilaku pada responden.

Tabel 4.  
*Paired Samples Test*

| <i>Paired Samples Test</i> | 95% Confidence Interval Of The Diffence |       |      |    |                |
|----------------------------|---|-------|------|----|----------------|
|                            | Lower                                   | Upper | t    | df | Sig.(2-tailed) |
|                            | -13.80                                  | -2.20 | -2.8 | 29 | 0.008          |

Tabel 4 menunjukkan adanya pengaruh terapi komunikasi asertive dengan media video terhadap perilaku agresive remaja putri MAN 2 Banjar dengan hasil uji statistik dengan nilai *p value* 0.008.

## PEMBAHASAN

Responden penelitian ini adalah remaja putri MAN 2 Banjar sejumlah 60 responden, terapi komunikasi asertive pada remaja putri di wilayah astambul Kab. Banjar ini diberikan didasari berdasarkan penelitian yang sebelumnya telah dilakukan oleh peneliti (Yohana,dkk, 2023) tentang tingkat agresivitas remaja di MAN 2 Banjar dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat agresivitas siswa-siswi MAN 2 banjar tinggi dimedia sosial, komunikasi remaja di media sosial merupakan wujud eksistensi diri remaja dalam pergaulan saat ini. Dari hasil penelitian didapatkan ada perubahan pada komunikasi siswi MAN 2 Banjar hal ini dapat dilihat dari hasil pada tabel 2 yang menunjukkan bahwa ada peningkatan komunikasi asertive pada remaja putri MAN 2 banjar pada kelompok intervensi dengan menggunakan media video, pada kategori baik kelompok intervensi terjadi peningkatan sebesar 3,4% dengan jumlah 33,3% sebelum diberikan intervensi dan naik menjadi 36,7% setelah diberikan intervensi dan tidak ada perubahan tingkat kemampuan komunikasi asertif pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Endang, 2019) bahwa kelompok yang diberikan terapi komunikasi asertive terjadi peningkatan kemampuan dalam berkomunikasi pada remaja dengan perilaku agresif.

Terapi komunikasi asertive memberikan perilaku baru tentang bagaimana cara berkomunikasi dengan bagaimana menolak permintaan, mengekspresikan perasaan positif

dan negatif, berinisiatif, mengajak, mengakhiri pembicaraan, membuat permintaan pribadi tanpa menderita karena terlalu stress (Barida, 2016). Menurut (Wahyuningrum, dkk, 2021) Assertive Training atau latihan asertif merupakan teknik dalam konseling behavioral yang menitik beratkan pada kasus yang mengalami kesulitan dalam perasaan yang tidak sesuai dalam menyatakannya. Dalam dunia pendidikan banyak siswi yang tidak tahu tentang perilaku asertif, seperti tidak ada ketegasan dalam sikap dan tindakan ketika teman menyontek saat ujian, individu merasa takut sehingga tidak mengungkapkan kebenaran, atau tidak percaya diri, hendaknya siswa dapat menegaskan diri tanpa menyakiti atau melanggar hak-hak orang lain (AP Putri & SR wahyuningrum, 2021).

Terapi komunikasi assertive yang dilakukan secara berkelompok menjadi daya tarik dan meningkatkan kemampuan berkomunikasi karena pada terapi ini responden diajak untuk melakukan komunikasi dengan tepat, dalam komunikasi ini peserta dapat menyampaikan maksud dan tujuan dengan baik dan melatih untuk memahami perasaan orang lain (Gultekin, Odzemir, & Budak, 2018). Penelitian ini juga didukung oleh penelitian (Tri Widyastut (2017) bahwa kemampuan dalam berkomunikasi asertive baik untuk pengelolaan konflik, Sehingga semakin baik kemampuan komunikasi asertif maka pengelolaan konflik yang diterapkan di dalam organisasi tersebut juga akan semakin baik.

Tabel 3 menunjukkan hasil terdapat perubahan yang signifikan pada kelompok intervensi sebesar 36,7%, perilaku agresif pada remaja putri dapat dilihat pada tabel sebelum diberikan intervensi sebesar 43,3% pada kategori rendah dan menjadi 80% setelah diberikan intervensi terapi komunikasi asertive, penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endang tahun 2019 yang menunjukkan terdapat hubungan antara kemampuan komunikasi asertif dengan perilaku agresif pada remaja, hasil penelitian ini menyatakan bahwa semakin tinggi kemampuan komunikasi asertif pada remaja maka tingkat perilaku agresif semakin rendah. Kemampuan dalam berkomunikasi yang baik menunjukkan individu dapat bekerja sama dengan baik, memiliki sensitivitas yang cukup baik sehingga dapat memahami situasi dan kondisi serta lebih mudah dalam beradaptasi selain itu individu juga dapat atau mampu menyampaikan keinginannya kepada orang lain dengan tetap menghargai perasaan dan hak orang lain. Semakin baik kemampuan asertive pada remaja ini juga dapat menjadikan mereka untuk jujur dalam berkomunikasi, serta meningkatkan kemampuan remaja dalam mengambil keputusan dan mampu mengendalikan diri untuk melakukan perilaku agresive (Abdulkarim, Zainul, & Maryani, 2014)

Pada tabel 3 pada uji statistik *Paired Samples Test* didapatkan hasil nilai *p value* 0.008 (< 0.05) hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi komunikasi assertive dengan menggunakan media video terhadap perilaku agresive pada remaja putri di MAN 2 Banjar, tingkat kemampuan komunikasi assertive responden terjadi peningkatan yang tidak besar hal ini dikarenakan sebagian responden kurang aktif dalam berbagi peran pada sesi ketiga saat melakukan *role play* berkomunikasi, responden masih banyak yang terlihat malu-malu saat diminta untuk melakukan komunikasi assertive. Komunikasi merupakan interaksi antara 2 orang dengan tujuan dan maksud menyampaikan informasi, sehingga ada beberapa unsur yang patut diperhatikan, mulai dari mengirim pesan, isi pesan, kode, penerima dan adanya *feedback*

## **SIMPULAN**

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi komunikasi asertive terhadap perilaku agresif pada remaja putri di MAN 2 Banjar. Hasil menunjukkan ada penurunan perilaku agreif pada kategori perilaku agresif sedang menjadi kategori perilaku agresif rendah, selain itu kemampuan komunikasi asertive pada remaja putri terjadi peningkatan kategori baik pada kelompok intervensi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- AP Putri & SR wahyuningrum. 2021. Efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan keterampilan komunikasi siswa smk dengan teknik asertive training. jurnal bk pendidikan islam. vol 2 no 1 februari 2021 hlm. 36 – 47 ISSN 2503-3417
- Shao, A., Liang, L., Yuan, C., & Bian, Y. 2014. A Latent Class Analysis of Bullies , Victims and Aggressive Victims in Chinese Adolescence : Relations with Social and School Adjustments. Plos One, 9(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0095290>
- Oktaviani, Helma. 2021. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Agresi Verbal Pada Remaja Pengguna Media Sosial Instagram. Socio Humanus Vol. 3 No. 1. Hal: 43-52
- Hidayati, K. B., & farid, M. 2016. Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja. PERSONA: Jurnal Psikologi Indonesia, 5(02), 137–144. Retrieved from <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona/article/view/730>
- Yunalia, E. M. 2017. Hubungan antara Konsep Diri dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Putri pada Masa Pubertas. Nursing Science Jurnal, 1, 30– 36
- Lutfiani, D., Sri, & Setyawati, P. 2018. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Agresif Siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Kediri Tahun Ajaran 2017/ 2018. Simki-Pedagogia, 02(03).
- Sitanggung Yohana A, Lani Tiara, Raziansyah. 2023. Hubungan Konsep Diri dengan Kontrol Diri dalam Tindakan Agresivitas di Media Sosial pada Keluarga yang Memiliki Remaja di Wilayah Astambul. Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community, Volume 7 No. 2. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/gojhes/index>
- SR Wahyuningrum, *et al.* 2021. Pre-Experimental Design Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training dalam Peningkatan Keterampilan Komunikasi Siswa di SMK Kesehatan Nusantara, Jurnal Penelitian Ilmu Sosial dan Keagamaan Islam. Vol. 18 No. 1 januari Juni. E ISSN: 2442-8078
- Myers D. 2012. Psikologi Sosial. Jakarta: Salemba Medika
- Avşar, F., & Alkaya, S. A. 2017. Journal of Pediatric Nursing The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. Journal of Pediatric Nursing, 36, 186–190. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2017.06.020>
- Endang Mei Yunalia & Arif Nurma Etika. 2019. Efektivitas Terapi Kelompok Assertiveness Training Terhadap Kemampuan Komunikasi Asertif pada Remaja dengan Perilaku Agresif. Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 7 No 3, Hal 229 – 236.

- Barida, Muya. 2016. Modul Assertiveness Training untuk Meningkatkan Komunikasi Asertif, Cet. 1. Yogyakarta: Penerbit K-Media.
- Gultekin, A., Odzemir, A., & Budak, F. 2018. The Effect of Assertiveness Education on Communication Skills Given to Nursing Students. *International Journal of Caring Sciences*, 11(1), 395– 402.
- Tri Widyastuti. 2017. Pengaruh Komunikasi Asertif Terhadap Pengelolaan Konflik. *Widya Cipta Vol IX No. 1*.
- Abdulkarim, A., Zainul, A., & Maryani, E. 2014. Perilaku Asertif dan Kecenderungan Kenakalan Remaja Berdasarkan Pola Asuh dan Peran Media Massa, 41(1), 74–88.
- Kustiawan Winda, *et al.* 2022. Komunikasi Asertif dan Empatik dalam Psikologi Komunikasi. *Jurnal Ilmu Komputer, Ekonomi dan Manajemen*. Volume 2 No.2, Hal. 2483-2496

