

Pengaruh Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi terhadap Perilaku Asertif Remaja di SMA PGRI 1 Bekasi

Hadidtha Rania¹, Arie Rihardini Sundari²

Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I
Email: hadidtharania@gmail.com¹, rihardiniars@gmail.com²

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh otoritatif dan regulasi emosi terhadap perilaku asertif pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Bekasi. Populasi penelitian ini adalah siswasiswi SMA kelas 12 yang berada pada SMA PGRI 1 Kota Bekasi dengan jumlah keseluruhan sebanyak 270 orang siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 257 siswa dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan model skala *likert* yaitu skala perilaku asertif, skala pola asuh otoritatif dan skala regulasi emosi. Penelitian ini mengolah data menggunakan Program JASP 0.16.1.0 for Windows. Berdasarkan hasil analisis data melalui uji regresi linier berganda didapatkan hasil penelitian bahwa ada pengaruh pola asuh otoritatif dan regulasi emosi terhadap perilaku asertif pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Bekasi. Didapatkan pula kontribusi bersama-sama pola asuh otoritatif dan regulasi emosi sebesar 10% terhadap perilaku asertif, sementara terdapat 90% kontribusi dari faktor lain yang tidak dibahas pada penelitian ini.

Kata kunci : *perilaku asertif, pola asuh otoritatif, regulasi emosi.*

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of authoritative parenting and emotional regulation on assertive behavior in adolescents at SMA PGRI 1 Bekasi City. The population of this study were 12th grade high school students at SMA PGRI 1 Kota Bekasi with a total of 270 students. The sample used in this study amounted to 257 students using a convenience sampling technique. The data collection method uses the Likert scale model, namely the assertive behavior scale, the authoritative parenting scale and the emotional regulation scale. This study processes data using the JASP 0.16.1.0 for Windows program. Based on the results of data analysis through multiple linear regression tests, it was found that there was an effect of authoritative parenting and emotional regulation on assertive behavior in adolescents at SMA PGRI 1 Bekasi City. It was also found that authoritative parenting and emotional regulation contributed 10% to assertive behavior (where authoritative parenting contributed 4.8%), while there was 90% contribution from other factors not discussed in this study.

Keywords: *assertive behavior, authoritative parenting, emotion regulation.*

1. PENDAHULUAN

Perilaku asertif sepanjang masa remaja berperan sangat penting dalam hubungan sosial dan interaksi sosial diantara individu di masa depannya kelak, (Parray & Kumar, 2017). Dapat dikatakan bahwa remaja perlu mengembangkan suatu keterampilan berkomunikasi, dan sikap asertif sebagai salah satu keterampilan yang penting dalam melanggengkan interaksi sosial dengan teman sebaya. Perilaku asertif memiliki peran dalam meningkatkan kepercayaan diri, keterbukaan, harga diri, penilaian, kesadaran (*conscious*) dan kemampuan rasional lainnya, (Dagnew & Asrat, 2017). Alayi dkk, (2011) menemukan bahwa remaja yang memiliki orang tua dengan gaya pengasuhan yang memegang kendali rendah dan kasih sayang yang tinggi akan memiliki perilaku asertif yang lebih besar jika dibandingkan dengan orang tua yang memegang kendali tinggi dan kasih sayang yang rendah. Gaya pengasuhan dengan kendali rendah dan kasih sayang yang tinggi tersebut dapat dihubungkan dengan pola asuh otoritatif. Bioh dkk (2018) dan Jourshari dkk, (2022) menegaskan melalui hasil penelitian bahwa pola asuh otoritatif berpengaruh pada perilaku asertif remaja. Selain itu, untuk mengembangkan perilaku asertif, dibutuhkan kemampuan untuk meregulasi emosi, (Ayu, 2020; A'izzatunni'mah dalam Sari & Priyambodo, 2021). Oleh karenanya tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pola asuh otoritatif dan regulasi emosi terhadap perilaku asertif remaja.

Remaja dengan sikap asertif akan mudah menentukan dan memutuskan segala hal yang diinginkan serta mudah mengungkapkan pendapatnya maupun memberikan pertanyaan kembali. Pola asuh otoritatif dan permisif, yang dimediasi oleh harga diri dan kecemasan,

berpengaruh pada perilaku asertif anak, (Jourshari dkk, 2022). Perilaku asertif dipelajari dari orang tua yang asertif pula, (Baumrind, 1991). Remaja yang berada pada masa Sekolah Menengah Atas membutuhkan keterampilan untuk dapat mengungkapkan pendapatnya (asertif), yang diawali dan dilatih melalui interaksi di dalam keluarga, dalam hal ini dengan orangtuanya. Hal ini dapat diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan Setyaningrum dkk (2020) yang membahas tentang Pola Asuh Otoritatif dengan Perilaku Asertif Remaja Keturunan Minang di SMA Negeri 11 Pekanbaru, yang menunjukkan bahwa Pola Asuh orang tua yang otoritatif memiliki peran penting dalam membentuk perilaku asertif pada remaja. Selain itu, Ellis (dalam Dagnew & Asrat, 2017) menjelaskan bahwa anak-anak dari gaya pengasuhan otoritatif ditemukan lebih dewasa, mandiri, prososial, aktif, dan berorientasi prestasi daripada anak-anak dengan orang tua dengan gaya pengasuhan permisif yang mencetak skor terendah pada ukuran kemandirian, pengendalian diri, dan kompetensi diri.

Remaja yang berperilaku asertif akan menggunakan emosi dengan bijak saat berkomunikasi dengan teman sebayanya. Emosi yang dikelola dengan baik biasanya disebut dengan regulasi emosi. Regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang dalam menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi dengan tujuan untuk menyeimbangkan emosi, (Greenberg, 2002). Perilaku asertif memediasi hubungan antara kesulitan dalam meregulasi emosi dan perilaku antisosial, (Anto, 2023) dimana peran asertivitas menengahi pola maladaptif dengan mengubah proses kognitif individu sehingga dapat menginterpretasi kembali situasi yang terjadi untuk mengurangi pengaruh disregulasi emosi terhadap

perilaku antisosial. Dapat dikatakan bahwa remaja membutuhkan kemampuan regulasi emosi untuk dapat berhubungan baik dengan lingkungannya. Kemampuan regulasi emosi menjadikan individu lebih mampu menerima dan menghargai dirinya sendiri, (Kurniasih & Pratisi, 2013), oleh karenanya remaja mampu bersikap asertif dengan lebih baik dalam membawa diri dalam berinteraksi dengan teman sebaya.

2. METODOLOGI

Populasi penelitian ini adalah siswa SMA kelas 12 yang berada pada SMA PGRI 1 Kota Bekasi dengan jumlah keseluruhan siswa berjumlah 270 siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 257 siswa dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Keterbatasan dalam melakukan penelitian menjadi pertimbangan penulis memilih teknik *Convenience Sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan model skala *likert* yaitu skala perilaku asertif yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari Alberti & Emmons, (1995), skala pola asuh otoritatif yang disusun berdasarkan karakteristik pola asuh otoritatif menurut Baumrind (dalam Santrock, 2011) dan skala regulasi emosi yang dirancang berdasarkan strategi regulasi emosi menurut Gross, (2014). Hasil uji validitas (*content validity*) dengan Expert Judgement dan reliabilitas pada skala perilaku asertif didapatkan 12 item valid dengan $r = 0,703$ (reliabel), skala pola asuh otoritatif didapatkan 13 item valid dengan $r = 0,845$ (reliabel), dan skala regulasi emosi didapatkan 6 item valid dengan $r = 0,670$ (cukup reliabel). Penelitian ini mengolah data menggunakan program JASP 0.16.1.0 for Windows.

3. LANDASAN TEORI

3.1 Perilaku Asertif

Perilaku asertif merupakan bagian dari keterampilan sosial yang sangat penting dimiliki oleh remaja. Remaja yang menerapkan sikap asertif umumnya mudah untuk menjalin komunikasi yang baik dan tepat dengan teman sebaya. Perilaku asertif menurut Alberti dan Emmons (1995), merupakan pernyataan diri yang positif dan menunjukkan sikap menghargai terhadap orang lain. Perilaku asertif memiliki multidimensi, yang diperlukan saat berkomunikasi, untuk mengungkapkan diri secara jujur dan terbuka dalam situasi interpersonal, dengan secara simultan tetap menghargai hak dan harga diri pribadi dan orang lain, (Dagnew & Asrat, 2017). Berger dan Rolof (dalam Sari & Priyambodo, 2021) menyatakan bahwa perilaku asertif adalah kemampuan seseorang untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan jujur dan terbuka secara langsung, dengan tetap menghargai hak dan perasaan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif merupakan perilaku seseorang dalam berinteraksi sosial dengan cara mengungkapkan isi pikirannya, mengungkapkan pendapatnya dan apa yang diinginkannya secara jujur namun tetap menjaga dan memikirkan perasaan orang lain.

Menurut Alberti dan Emmons, (1995), perilaku asertif dapat diuraikan ke dalam beberapa aspek, yaitu :

1) Permintaan

Aspek permintaan dalam asertivitas adalah kemampuan seseorang dalam mengajukan permintaan. Contohnya: meminta bantuan kepada orang lain untuk membantunya menyelesaikan masalah. Seseorang dengan perilaku asertif menyadari bahwa semua orang memiliki hak yang sama untuk mengungkapkan

keinginannya, kebutuhannya dan lain sebagainya. Perilaku asertif yang dimiliki seseorang membuat individu memiliki keberanian untuk mempertahankan hak dan mengakui kesalahan yang telah diperbuatnya, sehingga mudah bagi individu dengan sikap asertif mampu meminta maaf terlebih dahulu ketika dia sadar telah berbuat salah.

2) Penolakan

Aspek penolakan yang ada didalam perilaku asertif adalah mampu mengungkapkan penolakan dengan jujur dan terbuka terhadap hal yang tidak diinginkannya. Selain itu remaja dengan perilaku asertif tidak ragu mengatakan penolakan atas permintaan orang lain jika tidak sesuai dengan dirinya. Contohnya: remaja dengan perilaku asertif mampu menolak permintaan temannya untuk bolos sekolah karena permintaan tersebut dapat merugikan dirinya.

3) Pengekspresian diri

Aspek pengekspresian diri didalam perilaku asertif adalah kemampuan remaja dalam mengungkapkan perasaannya secara jujur dan langsung mengenai ketidaknyamanannya dalam sebuah situasi. Remaja dengan perilaku asertif mampu memberikan kritik dan saran kepada orang lain, hal ini juga termasuk dalam pengekspresian diri yang dilakukan individu dengan perilaku asertif.

4) Pujian

Aspek pujian dalam perilaku asertif adalah kemampuan remaja dalam memberikan dan menerima pujian dari orang lain dengan cara yang tepat tidak dengan pujian.

5) Berperan dalam pembicaraan

Perilaku asertif dalam aspek ini adalah seseorang yang mampu memulai dan berinisiatif membuka topik pembicaraan dalam sebuah situasi formal maupun non-formal.

3.2 Pola Asuh Otoritatif

Pola asuh merupakan bentuk upaya orang tua untuk menjaga, mendidik, dan merawat anak sedari lahir hingga anak mampu bertanggung jawab atas dirinya sendiri. Pola asuh memiliki beberapa tipe, salah satunya yang akan dibahas adalah pola asuh otoritatif. Teori pola asuh paling populer dikembangkan oleh Baumrind (1966) bahwa orangtua yang menerapkan pola asuh otoritatif akan berupaya untuk mengarahkan aktivitas anak secara rasional, mendorong anak untuk berani berpendapat melalui dialog secara verbal, mendengarkan pendapat anak, bersedia berbagi dengan anak terkait alasan menetapkan suatu aturan, dan menerima apabila anak menolak untuk menyesuaikan dengan aturan yang diterapkan. Orang tua yang otoritatif menuntut (*demanding*) namun responsif, memonitor dan memberikan standar perilaku yang jelas, asertif namun tidak mengganggu dan membatasi ruang gerak anak, (Baumrind 1991).

Pendapat lain dikemukakan oleh Rahmat (2021, p.28) mengenai pola asuh otoritatif adalah bentuk pengasuhan orang tua yang melatih rasa tanggung jawab anak dan membuat anak mampu menentukan perilakunya sendiri agar membentuk perilaku disiplin sedari dini. Artinya pengasuhan otoritatif dapat membentuk kedisiplinan anak. Selain itu, pola asuh otoritatif adalah tipe pengasuhan orangtua yang memiliki keseimbangan antara *responsiveness* dan *demandingness*, dimana orangtua menunjukkan kehangatan, dukungan otonomi, dan komunikasi dua arah, namun tetap melakukan kontrol dan mengawasi aktivitas anak, (Putri & Rustika, 2017). Dapat disimpulkan bahwa pola asuh otoritatif merupakan bentuk pengasuhan orang tua dengan cara mendidik, membimbing, dan menjaga anak serta

menjalin komunikasi yang baik antara orang tua dengan anak dengan tetap menerapkan peraturan-peraturan yang ada secara konsisten agar anak dapat membentuk disiplin dirinya sendiri.

Menurut Baumrind (dalam Santrock, 2011) pola asuh otoritatif memiliki karakteristik sebagai berikut:

- 1) Mendorong anak untuk mandiri namun tetap dengan batasan atas tindakan mereka
- 2) Memberikan kesempatan untuk berdiskusi dengan anak
- 3) Bersifat hangat dan mengasuh
- 4) Memperlihatkan dukungan sebagai respon terhadap tingkah laku anak.

3.2 Regulasi Emosi

Sangat penting bagi remaja untuk dapat mengatur emosi dengan baik dalam berinteraksi dengan teman sebaya dan dalam bersosialisasi di lingkungannya, dimana kemampuan tersebut dikenal dengan regulasi emosi. Gross & Thompson (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merujuk pada bagaimana emosi mengatur sesuatu yang lain, seperti pikiran, fisiologi, atau perilaku, termasuk bagaimana mengatur emosi itu sendiri. Selain itu, regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang dalam menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi dengan tujuan untuk menyeimbangkan emosi, (Greenberg, 2002).Vino dan Aldao (dalam Plantade-Gipch, 2023) menjelaskan bahwa regulasi emosi adalah keterbukaan emosi seseorang yakni kemampuan untuk mengidentifikasi, memahami dan membedakan emosinya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan proses mengatur dan mengontrol perilaku dalam mengekspresikan emosi negatif maupun positif seseorang.

Regulasi emosi mempunyai dua model strategi dalam regulasi emosi (Gross, 2014) yaitu :

- 1) *Antecedent-Focused* : yakni menyembunyikan emosi dalam diri dengan tujuan merubah cara pandang terhadap stimulant emosional agar tidak muncul sifat emosional seutuhnya
- 2) *Response-Focused* : bentuk regulasi emosi dengan cara memanipulasi ekspresi emosi setelah respon emosional muncul.

4. PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

Partisipan penelitian ini terdiri dari 257 siswa siswi kelas 12 di SMA PGRI 1 Kota Bekasi, dimana mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 157 orang (61,1%) dan siswa laki-laki berjumlah 100 orang (38,9%). Sebagian besar partisipan memiliki perilaku asertif yang tinggi (75,5%), pola asuh otoritatif yang tinggi (77,8%) dan regulasi emosi yang tinggi (77,4%). Hasil distribusi deskripsi statistik dapat secara lengkap dilihat pada Tabel 1 dan distribusi kategori data dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 1. *Descriptive Statistics*

Data	Perilaku Asertif	Pola Asuh Otoritatif	Regulasi Emosi
Valid	257	257	257
Missing	0	0	0
Mean	39.794	45.012	21.226
Std. Deviation	4.757	7.920	3.717
Minimum	28.000	20.000	9.000
Maximum	53.000	63.000	30.000

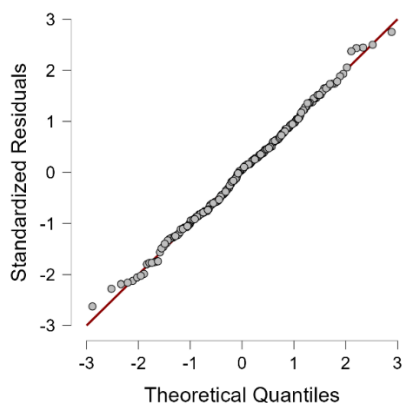
Tabel 2. Kategorisasi Data

Data	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	157	61,1
Laki-laki	100	38,9
Perilaku Asertif		
Tinggi	194	75,5
Sedang	14	5,4
Rendah	49	19,1
Pola Asuh Otoritatif		
Tinggi	200	77,8
Sedang	8	3,1
Rendah	49	19,1
Regulasi Emosi		
Tinggi	199	77,4
Sedang	22	8,6
Rendah	36	14,0

Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas visual dengan grafik *Q-Q Plots Standardized Residuals*. Berdasarkan hasil analisis uji normalitas, dihasilkan grafik dengan sebaran data menyebar dan mengikuti garis diagonal, sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Grafik *Q-Q Plots Standardized Residuals* dapat dilihat pada Gambar 1.

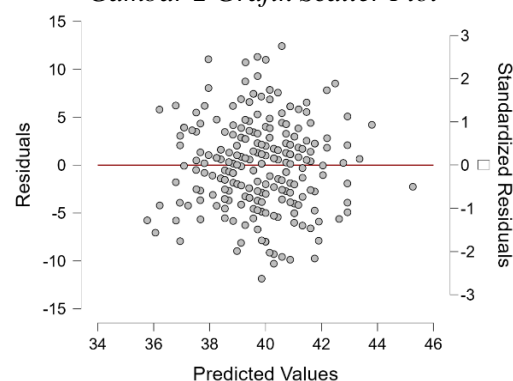
Gambar 1 Grafik *Q-Q Plots Standardized Residuals*



Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dengan menggunakan grafik *Scatter Plot* menghasilkan kesimpulan bahwa tidak ada pola yang jelas, sebaran data menyebar di atas dan di bawah, atau di sekitar angka 0, sehingga dapat disimpulkan bahwa asumsi heteroskedastisitas terpenuhi atau tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Grafik *Scatter Plot* dapat dilihat pada Gambar 2.

Gambar 2 Grafik *Scatter Plot*



Uji Multikolinearitas

Berdasarkan uji multikolinearitas, dihasilkan angka VIF pada variabel pola asuh otoritatif sebesar 1,011 (<10,00) dan nilai *tolerance* sebesar 0,989 (>0,10), serta variabel resiliensi dengan nilai VIF sebesar 1,011 (<10,00) dan nilai *tolerance* sebesar 0,989 (>0,10). Nilai VIF dan *tolerance* dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. *Coefficients*

Model	β	t	p	Collinearity Statistics	
				tolerance	VIF
H ₀	Intercept	39,794	134,094	< 0,001	
H ₁	Intercept	39,448	18,009	< 0,001	
	Pola Asuh Otoritatif	0,146	4,052	< 0,001	0,989
	Regulasi Emosi	0,293	3,819	< 0,001	0,989
					1,011
					1,011

Model Regresi

Berdasarkan uji asumsi model regresi dan *p-value* yang dibandingkan

dengan $\alpha(0,05)$ didapatkan model regresi dengan persamaan berikut. Koefisien β dapat dilihat pada Tabel 3.

$$Y = 39,448 + 0,146X_1 + 0,293X_2 + e \quad (1)$$

Berdasarkan persamaan regresi di atas dapat diinterpretasikan bahwa nilai Perilaku Asertif tanpa dipengaruhi variabel lain adanya 39,448, penambahan satu satuan pada Pola Asuh Otoritatif (X_1) akan meningkatkan Perilaku Asertif sebesar 0,146 dengan asumsi variabel lain 0 atau konstan, kemudian penambahan satu satuan pada Regulasi Emosi (X_2) akan meningkatkan Perilaku Asertif sebesar 0,293 dengan asumsi variabel lain 0 atau konstan. Nilai e adalah variabel-variabel lain yang tidak diteliti.

Koefisien Determinasi (R^2)

Nilai *R-Square* (R^2) dalam penelitian ini adalah 0,100 yang artinya secara bersama-sama variabel pola asuh Otoritatif (X_1) dan regulasi emosi (X_2) memiliki kontribusi menjelaskan variabel perilaku asertif sebesar 10%, sedangkan sisanya sebesar 90% dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, yaitu kepercayaan diri, keterbukaan, harga diri, penilaian, kesadaran (*conscious*) dan kemampuan rasional lainnya, (Dagnew & Asrat, 2017).

Uji-t Parsial

Uji-t Parsial pada H_1 menghasilkan nilai *p-value* $< 0,001$ yang artinya variabel pola asuh otoritatif (X_1) berpengaruh terhadap variabel perilaku asertif (Y) secara signifikan, nilai *p-value* dapat dilihat pada Tabel 3.

Kemudian uji-t parsial pada H_2 menghasilkan nilai *p-value* $< 0,001$ yang artinya variabel regulasi emosi (X_2) berpengaruh terhadap variabel perilaku

asertif (Y) secara signifikan, nilai *p-value* dapat dilihat pada Tabel 3.

Uji F

Uji F yang dilakukan pada H_3 menghasilkan nilai *p-value* $p < 0,001$ yang artinya variabel pola asuh otoritatif (X_1) dan regulasi emosi (X_2) secara bersama-sama (simultan) berpengaruh terhadap variabel perilaku asertif (Y), nilai *p-value* dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. ANOVA

Model		F	P
H_3	Regression	14,046	$< 0,001$

5. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dalam penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pola asuh otoritatif dan regulasi emosi terhadap perilaku asertif pada remaja di SMA PGRI 1 Kota Bekasi. Perilaku asertif partisipan, sebagian besar, berada pada kategori tinggi. Demikian pula pola asuh otoritatif dan regulasi emosi subyek penelitian berada pada kategori tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alberti, R. E & Emmons, M. L. (1995). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships* (8th ed). Impact Publishers, CA, USA.
- Alayi, Z., Khamen, Z. A, & Gatab, T. A. (2011). Parenting style and self-assertiveness: Effects of a training program on self-assertiveness of Iranian high school girls. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*; 30:1945-1950.
- Anto, S. P. (2023). Self- esteem and Assertiveness as Mediators of

- Difficulty in Emotion Regulation and Antisocial Behavior of Youth. *International Journal of Innovative Research in Technology*. Diakses 23 Juli 2023 pada pukul 12.14 WIB dari https://www.ijirt.org/master/publish-edpaper/IJIRT158008_PAPER.pdf
- Ayu, W. T. (2020). Regulasi emosi dan Asertivitas Pada Mahasiswa. *Philanthropy Journal of Psychology*. Universitas Gunadarma. <https://journals.usm.ac.id/index.php/philanthropy/article/view/1754di> akses pada tanggal 28 Mei 2022, Pukul 08.42 WIB.
- Bioh, R., Durowaa, R., Kumasenu, R., & Gyekye, C. (2018). Influence of Parenting Styles on Behavioural and Emotional Outcomes among University of Ghana Undergraduate Students. *Asian Journal of Education and Social Studies*, Volume 2, Issue 4, Page 1-8. DOI: 10.9734/AJESS/2018/44322 Diakses pada tanggal 19 Juli 2023 pada pukul 10.32 WIB dari <https://journalajess.com/index.php/AJESS/article/view/24>
- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37, 887-907. <https://doi.org/10.2307/1126611>. diakses pada 23 Juli 2022 pada pukul 11.12 WIB.
- Baumrind, D. (1991). The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use. *The Journal of Early Adolescence* 1991 11: 56. DOI: 10.1177/0272431691111004. <http://jea.sagepub.com/content/11/1/56>.
- Dagnew, A. & Asrat, A. (2017). The Role of Parenting Style and Gender on Assertiveness among Undergraduate Students in Bahir Dar University. *Saudi Journal of Humanities and Social Sciences*, ISSN 2415-6248 (Online), DOI: 10.21276/sjhss.2017.2.3.4, Website: <http://scholarsmepub.com/> diakses pada 19 Juli 2023 pukul 10.32 WIB.
- Goleman, D. (2002). Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ. (terjemahan oleh Hermaya). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Greenberg, J. S. (2002). *Comprehensive Stress Management*. (7 ED). United State: Mc Graw Hill Company Inc.
- Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007). *Emotion Regulation: Conceptual Foundation*. *Handbook of Emotion Regulation*, edited by James J. Gross. New York: Guilford Publications. Diakses pada tanggal 15 Maret 2023 melalui https://www.researchgate.net/profile/Ross-Thompson-4/publication/303248970_Emotion_Regulation_Conceptual_Foundations/links/57854a7908aef321de2a980b/Emotion-Regulation-Conceptual-Foundations.pdf
- Gross, J. J (2014). *Handbook of Emotion Regulation. Second Edition*. New York: Guilford Press. Diakses tanggal 31 Maret 2023 melalui <https://www.guilford.com/excerpts/gross.pdf?t=1>
- Hartley, P. (2001). *Interpersonal communications*. Second Edition. New York : Routledge.

- Kurniasih, W & Pratisi. (2013). Regulasi emosi remaja yang diasuh secara otoriter oleh orang tuanya. *Publikasi Ilmiah*, 293-311. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/3969/A27.pdf;sequence=1> di akses pada 02 Agustus 2022, pukul 23.00 WIB.
- Parray, W. M & Kumar, S. (2017). Impact Of Assertiveness Training On The Level Of Assertiveness, Self-esteem, Stress, Psychological Well-being and Academic Achievement Of Adolescents. *Indian Journal of Health and Well-Being*. Dr. Hari Singh Gour Central University, Sagar, Madhya Pradesh. <https://www.researchgate.net/publication/322420370> di akses pada 2 Juni 2022, pukul 08.35 WIB.
- Plantade-Gipch, A., Bruno, J., Strub, L., Bouvard, M., & Martin-Krumm, C. (2023) Emotional regulation, attachment style, and assertiveness as determinants of well-being in emerging adults. *Frontiers. Education*. 8:1058519. doi: 10.3389/feduc.2023.1058519 diakses pada 19 Juli 2023 pukul 10.32 WIB.
- Putri, P. N. A., & Rustika, I. M. (2017). Peran Pola Asuh Otoritatif, Efikasi Diri, dan Perilaku Pro Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Akhir di Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udaya*, Vol. 4, No. 1, hal 151-164. ISSN: 2354 5607. Diakses pada 23 April 2022 pada pukul 14.44 dari <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/30019>.
- Rahmat, P. S. (2021). Psikologi Pendidikan. Jakarta : Bumi Aksara.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence : Perkembangan Remaja*, edisi keenam. Jakarta : Erlangga. (2007). Remaja Edisi Kesebelas. Jakarta: Erlangga.
- Sari, R. I. & Priyambodo, A. B. (2021). The Correlation Between Emotion Regulation and Assertiveness in Students at Senior High School X Jember Regency. In *International Conference of Psychology 2021 (ICoPsy 2021)*, KnE Social Sciences, pages 244–254. DOI 10.18502/kss.v7i1.10215. diakses pada 19 Juli 2023 pukul 10.32 WIB.
- Setyaningrum, R. B., Yulianti, A., & Asra, Y. K. (2020). Pola Asuh Authoritative dengan Perilaku Asertif Remaja Keturunang Minang di SMA Negeri 11 Pekanbaru. *Jurnal Psikologi*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Psikobuletin/article/view/9121> di akses pada 19 Juni 2022, pukul 02.30 WIB.