



Implementasi *Assertive Training* untuk Meningkatkan Komunikasi Interkultural dan Mencegah Konflik Pemuda Lintas Etnis

Felix Trisuko Nugroho^{1*}, Bernardus Widodo²

¹⁻² Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, Indonesia

Penulis Korespondensi: felixnugroho4@gmail.com

Abstract. Indonesia's cultural diversity presents opportunities for social cohesion while also increasing the risk of intercultural conflict among youth. This study examined the effectiveness of *Assertive Training* within a multicultural counseling framework in improving intercultural communication and preventing conflict among cross-ethnic youth. A quantitative approach with a quasi-experimental pretest-posttest control group design was employed. The participants were university students from diverse ethnic backgrounds studying in a multicultural campus environment. Data were collected using the Assertiveness Assessment Scale, both of which met validity and reliability requirements. Data were analyzed using descriptive statistics, paired sample t-tests, and independent sample t-tests. The findings revealed that participants who received *Assertive Training* demonstrated substantially greater improvement in intercultural communication and conflict prevention than those in the control group. The intervention also strengthened participants' ability to express opinions assertively, respect cultural differences, and resolve interpersonal disagreements constructively. These findings indicate that *Assertive Training* is an effective behavioral intervention for enhancing intercultural competence and can be integrated into multicultural counseling programs to promote social harmony and prevent conflict in culturally diverse communities.

Keywords: *Assertive Training*; Conflict Prevention; Cross-Ethnic Youth; Intercultural Communication; Multicultural Counseling.

Abstrak. Keberagaman budaya di Indonesia menjadi modal sosial yang penting, namun juga berpotensi memunculkan konflik interkultural di kalangan pemuda. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas *Assertive Training* dalam kerangka konseling multikultural untuk meningkatkan komunikasi interkultural dan mencegah konflik pada pemuda lintas etnis. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimen *pretest-posttest control group*. Partisipan penelitian adalah mahasiswa dari berbagai latar belakang etnis yang belajar di lingkungan kampus multikultural. Pengumpulan data menggunakan Skala Asertivitas yang telah memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan melalui statistik deskriptif, *paired sample t-test*, dan *independent sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang mengikuti *Assertive Training* mengalami peningkatan kemampuan komunikasi interkultural dan pencegahan konflik yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Intervensi juga meningkatkan kemampuan peserta dalam menyampaikan pendapat secara asertif, menghargai perbedaan budaya, serta menyelesaikan perbedaan secara konstruktif. Temuan ini menunjukkan bahwa *Assertive Training* efektif diterapkan sebagai strategi preventif dalam layanan bimbingan dan konseling multikultural untuk memperkuat kohesi sosial dan membangun hubungan yang harmonis pada komunitas pemuda lintas etnis.

Kata kunci: *Assertive Training*; Komunikasi Interkultural; Konseling Multikultural; Pemuda Lintas Etnis; Pencegahan Konflik.

1. LATAR BELAKANG

Indonesia merupakan episentrum kemajemukan dunia yang disatukan oleh semboyan Bhinneka Tunggal Ika. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) hasil sensus penduduk terbaru, Indonesia memiliki lebih dari 1.300 suku bangsa yang tersebar di berbagai wilayah kedaulatan negara (BPS, 2021). Heterogenitas ini di satu sisi menjadi kekayaan kultural yang tak ternilai, namun di sisi lain menyimpan kerentanan laten berupa konflik horizontal berbasis etnisitas dan budaya. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) senantiasa menekankan pentingnya internalisasi Profil Pelajar Pancasila

melalui kerangka kerja pengembangan karakter berbasis dimensi kebinekaan global demi mengantisipasi disintegrasi sosial (Kemendikbudristek, 2022). Penguatan ini menjadi sangat krusial mengingat data pemantauan dari Komisi Nasional Hak Asasi Manusia (Komnas HAM) menunjukkan bahwa kasus intoleransi dan ketegangan sosial di tingkat komunitas masih sering dipicu oleh miskomunikasi dan prasangka antarkelompok etnis yang belum tuntas (Komnas HAM, 2024).

Komunitas pemuda, khususnya mahasiswa perantau yang bertransisi ke lingkungan akademik yang multi-etnis, berada pada garis depan interaksi kultural ini. Ketika pemuda dari berbagai penjuru daerah berkumpul dalam satu ruang sosial, mereka dituntut untuk memiliki kompetensi komunikasi interkultural yang matang. Namun, realitas di lapangan menunjukkan potret yang berbeda. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui observasi dan wawancara mendalam terhadap kelompok mahasiswa yang memiliki latar belakang budaya yang sangat bervariasi mengindikasikan adanya kendala serius dalam interaksi sehari-hari. Banyak mahasiswa pendatang yang cenderung menunjukkan perilaku submisif, menarik diri dari pergaulan lintas etnis, atau memendam ketidaknyamanan karena takut menyinggung perasaan rekan dari suku lain. Sebaliknya, beberapa individu dari latar belakang budaya dengan gaya komunikasi yang lebih lugas sering kali dipersepsikan secara keliru sebagai bentuk agresi atau tindakan intimidasi oleh mahasiswa yang terbiasa dengan norma budaya yang lebih persuasif dan tidak langsung. Kegagalan dalam menjembatani perbedaan gaya komunikasi ini memicu penumpukan frustrasi psikologis yang sewaktu-waktu dapat meletup menjadi konflik antarkelompok (Samovar, Porter, McDaniel, & Roy, 2017).

Secara teoretis, kompetensi komunikasi interkultural tidak hanya mencakup pemahaman kognitif atas budaya orang lain, tetapi juga kemampuan mengekspresikan diri secara adaptif tanpa kehilangan identitas diri (Liliweri, 2018). Di sinilah peran penting dari integrasi teknik konseling untuk membantu dinamika komunitas. Salah satu intervensi psikososial yang dinilai relevan untuk mengatasi kendala ini adalah *assertive training* (pelatihan asertif). Pelatihan asertif didesain untuk melatih individu mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka secara jujur, terbuka, dan proporsional, dengan tetap menghargai serta menghormati hak-hak orang lain (Corey, 2017). Dalam konteks umum, efektivitas pelatihan asertif telah banyak diteliti untuk mereduksi kecemasan sosial, menekan prokrastinasi, hingga meningkatkan kepercayaan diri individu di berbagai institusi pendidikan (Speed, Goldstein, & Goldfried, 2021).

Keterampilan mengekspresikan diri secara asertif memiliki keterkaitan erat dengan keberhasilan individu dalam melakukan interaksi lintas budaya. Ketika seorang pemuda memiliki kemampuan untuk menyampaikan pikiran dan perasaannya secara jujur namun tetap adaptif, maka hambatan psikologis seperti kecemasan sosial dan penarikan diri dalam lingkungan baru dapat diminimalkan (Saputri, Alam, & Salmiati, 2023). Melalui pelatihan asertif, pemuda lintas etnis tidak hanya dilatih untuk berani berpendapat, melainkan didorong untuk mengembangkan kompetensi komunikasi interkultural yang lebih terbuka, empatik, serta peka terhadap keberagaman norma sosial (Oktaviana & Wiryosutomo, 2022). Dengan demikian, rekonstruksi teknik asertif berbasis budaya menjadi modal penting bagi kelancaran dialog interkultural mahasiswa di lingkungan kampus yang heterogen.

Kompetensi komunikasi interkultural yang matang pada dasarnya berfungsi sebagai benteng utama dalam mereduksi ketegangan sosial pada komunitas yang majemuk. Kegagalan dalam menginterpretasikan pesan verbal dan nonverbal antarsuku sering kali memicu miskomunikasi, prasangka buruk, serta penguatan stereotip negatif yang berujung pada disintegrasi kelompok (Liliweri, 2018). Sebaliknya, adanya jalinan komunikasi antarbudaya yang efektif, inklusif, dan saling menghormati akan menumbuhkan kohesi sosial serta rasa saling percaya di kalangan pemuda perantau (Nisa, 2022). Oleh karena itu, penguatan kapasitas komunikasi lintas etnis memegang peranan krusial sebagai strategi preventif jangka panjang guna menangkal potensi gesekan dan letupan konflik horizontal di tingkat tapak.

Pada akhirnya, integrasi perilaku asertif dalam komunikasi sehari-hari merupakan kunci utama bagi terciptanya resolusi masalah yang konstruktif tanpa harus mencederai hubungan antaretnis. Pemuda yang terbiasa berkomunikasi secara asertif cenderung lebih cakap dalam mengelola perbedaan pendapat, menegosiasikan batasan kultural secara elegan, serta mampu meredam emosi negatif saat terjadi kesalahpahaman (Rani & Laksmiwati, 2024). Mengingat tingginya urgensi menjaga keharmonisan di tengah kebinekaan Indonesia, penerapan *assertive training* dalam kerangka layanan konseling multikultural menjadi sebuah kebutuhan mendesak untuk membentuk karakter pemuda yang toleran sekaligus tangguh dalam melakukan pencegahan konflik sosial (Waraqat, 2025).

Meskipun kajian mengenai pelatihan asertif sudah cukup banyak dipublikasikan, sebagian besar penelitian terdahulu cenderung menempatkan teknik ini sebagai intervensi klinis individual untuk mengatasi masalah personal seperti rendahnya harga diri (*self-esteem*) atau perilaku pasif-agresif dalam lingkup homogen (Oktaviana & Wiryosutomo, 2022). Terdapat keterbatasan literatur atau *research gap* yang secara khusus mengkaji bagaimana komponen-komponen dalam *assertive training* dimodifikasi dan diimplementasikan dalam

ruang lingkup konseling multikultural atau konseling komunitas yang sarat akan bias nilai kultural. Banyak praktisi dan peneliti terjebak pada asumsi konvensional bahwa sikap asertif bersifat universal, padahal batas antara keasertifan, ketundukan (submisif), dan keagresifan sangat ditentukan oleh lensa budaya lokal tempat individu tersebut dibesarkan (Sue & Sue, 2016).

Oleh karena itu, *novelty* atau kebaruan dari penelitian ini terletak pada rekonstruksi konsep dan implementasi *assertive training* yang diintegrasikan secara khusus ke dalam dinamika komunikasi interkultural pada komunitas pemuda lintas etnis (Nisa, 2022). Pelatihan ini tidak lagi sekadar melatih keberanian berpendapat secara umum, melainkan difokuskan secara spesifik pada pengembangan kemampuan pemuda untuk mengomunikasikan perbedaan nilai, menegosiasikan batasan kultural secara jujur dan elegan, serta mengekspresikan ketidaksetujuan tanpa harus memicu ketersinggahan etnis atau merusak jalinan hubungan sosial (Zahid & Butt, 2018). Melalui pendekatan kuasi-eksperimen, penelitian ini bermaksud mengisi kekosongan akademis tersebut (Creswell & Creswell, 2018). Berdasarkan urgensi sosial dan akademik di atas, penelitian ini secara definitif bertujuan untuk menguji dan menganalisis efektivitas implementasi *assertive training* dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interkultural sekaligus menjadi strategi preventif dalam mencegah terjadinya konflik sosial pada komunitas pemuda lintas etnis.

2. KAJIAN TEORITIS

Teknik *Assertive Training* dalam Konseling Multikultural

Assertive Training merupakan teknik dalam pendekatan *behavior therapy* yang bertujuan mengembangkan kemampuan individu untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, kebutuhan, dan hak secara jujur, tegas, serta tetap menghormati hak orang lain. Menurut Corey (2017), pelatihan ini membantu individu mengubah pola komunikasi pasif maupun agresif menjadi perilaku asertif melalui prosedur seperti *modeling*, *role playing*, latihan perilaku (*behavioral rehearsal*), pemberian umpan balik, dan penguatan. Dalam konteks konseling multikultural, penerapan *Assertive Training* perlu disesuaikan dengan nilai dan norma budaya yang dimiliki konseli. Sue dan Sue (2016) menjelaskan bahwa persepsi terhadap perilaku asertif dipengaruhi oleh latar belakang budaya, sehingga konselor perlu mempertimbangkan nilai kolektivisme, penghormatan terhadap hierarki, dan norma sosial yang berlaku. Oleh karena itu, pelatihan asertif tidak hanya menekankan ketegasan dalam menyampaikan pendapat, tetapi juga mengembangkan sensitivitas budaya agar komunikasi tetap menghargai perbedaan. Pendekatan ini membekali pemuda dengan keterampilan menyampaikan gagasan secara

terbuka, adaptif, dan empatik, sehingga mampu memperkuat komunikasi interkultural sekaligus mengurangi potensi konflik dalam komunitas yang beragam secara etnis dan budaya.

Kompetensi Komunikasi Interkultural

Komunikasi interkultural merupakan proses pertukaran pesan antara individu yang memiliki latar belakang budaya berbeda, sehingga setiap pihak membawa sistem nilai, norma, dan cara memahami pesan yang tidak selalu sama. Menurut Liliweri (2018), kompetensi komunikasi interkultural adalah kemampuan individu untuk berkomunikasi secara efektif, tepat, dan adaptif dalam lingkungan yang beragam secara budaya. Kompetensi ini mencakup keterampilan verbal dan nonverbal, empati, keterbukaan, serta kemampuan menyesuaikan diri terhadap perbedaan budaya. Selaras dengan itu, Samovar et al. (2017) menjelaskan bahwa efektivitas komunikasi antarbudaya dipengaruhi oleh kesadaran terhadap identitas budaya, penghargaan terhadap perspektif orang lain, dan kemampuan mengurangi bias etnosentrisme. Pada komunitas pemuda lintas etnis, kompetensi komunikasi interkultural berperan penting dalam membangun hubungan sosial yang harmonis, meningkatkan sikap inklusif, serta meminimalkan kesalahpahaman yang berpotensi memicu konflik. Oleh karena itu, penguatan kompetensi komunikasi interkultural menjadi salah satu strategi penting dalam mendukung kehidupan masyarakat multikultural yang harmonis.

Pencegahan Konflik Sosial pada Komunitas Pemuda Lintas Etnis

Komunitas pemuda dalam lingkungan multi etnis memiliki kerentanan terhadap munculnya konflik akibat miskomunikasi, stereotip, dan prasangka antarkelompok. Di Indonesia yang memiliki keberagaman suku dan budaya, penguatan komunikasi interkultural menjadi langkah preventif yang penting untuk menjaga kohesi sosial (BPS, 2021). Menurut Samovar et al. (2017) dan Liliweri (2018), komunikasi yang efektif dalam masyarakat multikultural memerlukan keterampilan memahami perbedaan budaya, empati, dan penghormatan terhadap perspektif orang lain. Salah satu penyebab konflik adalah pola komunikasi yang pasif atau agresif, sehingga individu perlu dibekali kemampuan berkomunikasi secara asertif. Batic dan Gogov (2023) serta Rani dan Laksmiwati (2024) menjelaskan bahwa komunikasi asertif membantu individu menyampaikan pendapat, mengelola perbedaan, dan menyelesaikan konflik secara konstruktif. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan asertif pada pemuda berpotensi meningkatkan komunikasi interkultural sekaligus menjadi strategi preventif untuk mencegah konflik sosial di lingkungan yang beragam.

Tinjauan Penelitian Terdahulu yang Relevan

Berbagai penelitian dalam satu dekade terakhir menunjukkan bahwa *Assertive Training* efektif meningkatkan keterampilan komunikasi dan penyelesaian konflik. Speed et al. (2021) menegaskan bahwa *Assertive Training* merupakan intervensi berbasis bukti yang mampu meningkatkan hubungan interpersonal dan mengurangi kecemasan sosial. Temuan tersebut didukung oleh Oktaviana dan Wiryosutomo (2022) serta Hayya dan Surini (2023) yang membuktikan bahwa latihan asertif meningkatkan komunikasi interpersonal dan keberanian berinteraksi dalam situasi sosial. Dalam konteks penyelesaian konflik, Rani dan Laksmiwati (2024) serta Batic dan Gogov (2023) menunjukkan bahwa komunikasi asertif berperan penting dalam mereduksi konflik melalui penyampaian pendapat secara terbuka dan saling menghargai. Penelitian Nisa (2022) juga membuktikan efektivitas komunikasi asertif dalam konseling lintas budaya untuk menyelesaikan konflik akibat perbedaan etnis, sedangkan Saputri et al. (2023) melaporkan peningkatan keterbukaan diri setelah penerapan *Assertive Training*. Selain itu, Osariemen et al. (2021) dan Simó (2020) menunjukkan bahwa individu yang memiliki keterampilan asertif lebih mudah beradaptasi, bekerja sama, dan menghadapi lingkungan sosial yang beragam. Sintesis berbagai temuan tersebut mengindikasikan bahwa *Assertive Training* berpotensi meningkatkan komunikasi interkultural sekaligus menjadi strategi preventif dalam mencegah konflik pada komunitas pemuda lintas etnis.

3. METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode kuasi-eksperimen (*quasi-experimental design*). Desain spesifik yang diterapkan adalah *Non-equivalent Control Group Design*, di mana terdapat kelompok eksperimen yang diberikan intervensi berupa *assertive training* dan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi khusus, namun kedua kelompok tidak dipilih secara acak (*random assignment*). Menurut Creswell (2018), desain kuasi-eksperimen sangat tepat digunakan dalam penelitian sosial dan komunitas ketika peneliti tidak memungkinkan untuk mengubah atau mengontrol struktur kelompok alami yang sudah terbentuk di lapangan. Melalui rancangan ini, efek dari variabel bebas terhadap variabel terikat diukur dengan membandingkan skor *pretest* sebelum intervensi dan *posttest* setelah intervensi diberikan pada kedua kelompok tersebut.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif pada Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (UKWMS) Kampus Madiun yang berasal dari berbagai latar belakang etnis dengan jumlah total batasan sebanyak 30 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yang diselaraskan dengan kriteria inklusi tertentu, seperti mahasiswa FKIP yang teridentifikasi memiliki skor kompetensi komunikasi interkultural rendah berdasarkan pengukuran awal serta menunjukkan kecenderungan perilaku submisif. Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh lebih representatif sesuai dengan tujuan spesifik penelitian. Dari total populasi tersebut, sampel dibagi secara seimbang ke dalam dua kelompok, yaitu 15 mahasiswa sebagai kelompok eksperimen (*treatment*) dan 15 mahasiswa sebagai kelompok kontrol.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen psikologis berbentuk skala Likert, yaitu Skala Asertivitas. Penyusunan instrumen mengacu pada prinsip pengembangan skala psikologi yang menekankan kejelasan indikator perilaku (Azwar, 2017). Validitas diuji melalui *expert judgment* dan *corrected item-total correlation*, sedangkan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha*. Hasil pengujian menunjukkan seluruh instrumen valid dan memiliki koefisien reliabilitas tinggi ($\text{Alpha} > 0,70$), sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.

Variabel		Jumlah Item Awal	Item Valid	Rentang <i>Corrected Item-Total Correlation</i>	<i>Cronbach's Alpha</i>	Kategori Reliabilitas
Implementasi Training	Assertive	15	14	0,412–0,781	0,894	Reliabel
Komunikasi Interkultural		20	19	0,428–0,803	0,912	Reliabel
Pencegahan Konflik Pemuda Lintas Etnis		18	17	0,436–0,789	0,901	Reliabel

Berdasarkan Tabel 1, hasil uji validitas menunjukkan bahwa sebagian besar butir instrumen memenuhi kriteria validitas dengan nilai *Corrected Item-Total Correlation* di atas batas minimum, sehingga layak digunakan dalam penelitian. Hanya satu butir pada masing-masing instrumen yang dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria validitas. Selanjutnya, uji reliabilitas menunjukkan seluruh instrumen memiliki konsistensi internal yang sangat baik dengan nilai *Cronbach's Alpha* melebihi 0,70. Temuan ini menunjukkan bahwa instrumen

implementasi *Assertive Training*, komunikasi interkultural, dan pencegahan konflik pemuda lintas etnis valid, reliabel, serta memadai untuk digunakan dalam pengumpulan data penelitian.

Model Penelitian dan Alat Analisis Data

Penelitian ini menempatkan implementasi *Assertive Training* sebagai variabel independen (X), sedangkan komunikasi interkultural (Y_1) dan pencegahan konflik sosial (Y_2) sebagai variabel dependen. Penelitian menggunakan desain *quasi-experimental pretest-posttest control group* untuk menguji efektivitas intervensi terhadap kedua variabel dependen (Creswell & Creswell, 2018). Analisis data diawali dengan statistik deskriptif yang meliputi nilai rerata, simpangan baku, skor minimum, dan maksimum. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel kurang dari 50 responden, serta uji homogenitas menggunakan *Levene's Test* sebagai prasyarat analisis parametrik (Santoso, 2018). Begitu asumsi dasar terpenuhi dengan indeks signifikansi $p > \alpha$ di mana $\alpha = 0,05$, pengujian hipotesis dapat dilanjutkan. Prosedur komparasi diarahkan untuk melihat dinamika data melalui *Paired Sample t-test* serta *Independent Sample t-test*. Walhasil, hipotesis alternatif (H_1) dinyatakan diterima secara empiris bilamana perolehan nilai signifikansi memenuhi kriteria $p < 0,05$ (Sugiyono, 2019). Selain itu, *effect size* dihitung menggunakan Cohen's d untuk mengetahui besarnya pengaruh intervensi secara praktis.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data dilakukan secara bertahap untuk menguji efektivitas *Assertive Training* dalam meningkatkan komunikasi interkultural dan mencegah konflik pada pemuda lintas etnis. Analisis diawali dengan statistik deskriptif terhadap skor *pretest* dan *posttest*, kemudian dilanjutkan dengan uji normalitas dan homogenitas sebagai prasyarat analisis parametrik. Selanjutnya, pengujian hipotesis menggunakan *Paired Sample t-test* untuk menguji perubahan dalam setiap kelompok dan *Independent Sample t-test* terhadap *gain score* untuk membandingkan efektivitas intervensi antarkelompok.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest*.

Kelompok	N	Pretest (Mean)	Posttest (Mean)	Mean Gain
Kontrol	15	68,80	70,13	1,33
Treatment	15	68,93	83,80	14,87

Berdasarkan Tabel 2, kedua kelompok memiliki kondisi awal yang relatif setara sebelum perlakuan, ditunjukkan oleh rata-rata skor *pretest* yang hampir sama. Setelah pelaksanaan *Assertive Training*, kedua kelompok mengalami peningkatan skor, tetapi peningkatan pada kelompok *treatment* jauh lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Kelompok kontrol

hanya menunjukkan perubahan yang relatif kecil, sedangkan kelompok *treatment* mengalami peningkatan yang konsisten pada hampir seluruh peserta. Secara deskriptif, hasil ini menunjukkan bahwa *Assertive Training* berkontribusi positif terhadap peningkatan komunikasi interkultural dan kemampuan mencegah konflik pada pemuda lintas etnis. Kesetaraan kondisi awal serta perbedaan peningkatan setelah perlakuan mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan menjadi faktor utama yang mendorong perubahan kemampuan peserta.

Hasil Analisis Data

Uji Asumsi Analisis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas sebagai prasyarat penggunaan statistik parametrik. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi data pada masing-masing kelompok mengikuti distribusi normal, sedangkan uji homogenitas dilakukan untuk memastikan bahwa varians kedua kelompok relatif sama. Hasil kedua pengujian tersebut menjadi dasar dalam menentukan kelayakan penggunaan *Paired Sample t-test* dan *Independent Sample t-test*.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*.

Variabel	Kelompok	Statistik (W)	Sig. (p)	Keterangan
Pretest	Kontrol	0,964	0,752	Normal
	Treatment	0,971	0,845	Normal
Posttest	Kontrol	0,956	0,618	Normal
	Treatment	0,948	0,431	Normal
Gain Score	Kontrol	0,961	0,701	Normal
	Treatment	0,953	0,527	Normal

Merujuk pada paparan Tabel 3, kalkulasi uji normalitas lewat pendekatan *Shapiro-Wilk* mengonfirmasi bahwa seluruh variabel eksperimen menghasilkan skor $p > 0,05$. Berhubung data secara menyeluruh menunjukkan taraf signifikansi $\geq 0,05$, maka disimpulkan bahwa distribusi sebaran data penelitian ini bersifat normal

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Varians (*Levene's Test*).

Variabel	F	Sig. (p)	Keterangan
Pretest	0,184	0,671	Homogen
Posttest	0,326	0,572	Homogen
Gain Score	0,441	0,512	Homogen

Mengacu pada data Tabel 4, angka signifikansi untuk *pretest* ($p = 0,671$), *posttest* ($p = 0,572$), serta nilai *gain score* ($p = 0,512$) secara konsisten berada pada posisi $> \alpha$ (0,05). Output statistik deskriptif ini mengindikasikan bahwa varians data pada kelompok kontrol maupun kelompok *treatment* terbukti setara atau homogen.

Pengujian Hipotesis

Tabel 5. Hasil *Paired Sample t-Test*.

Kelompok	Mean <i>Pretest</i>	Mean <i>Posttest</i>	Mean Difference	t	df	Sig. (p) (2-tailed)
Kontrol	68,80	70,13	1,33	-3,214	14	0,006*
Treatment	68,93	83,80	14,87	-27,846	14	<0,001*

Keterangan: signifikan pada $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan output *Paired Sample t-Test* yang disajikan pada Tabel 5, terlihat adanya perbedaan dinamika skor antara kedua kelompok riset. Kelompok kontrol mencatatkan kenaikan *mean* dari 68,80 menjadi 70,13 ($MD = 1,33$). Uji inferensial terhadap kelompok kontrol ini menunjukkan hasil yang signifikan secara statistik dengan nilai $t(14) = -3,214$ dan $p = 0,006$ ($p < 0,05$), meskipun deviasi peningkatannya tergolong marginal.

Sebaliknya, lompatan performa yang sangat kontras terlihat pada kelompok *treatment* yang mendapatkan intervensi *Assertive Training*. Kelompok eksperimen ini mengalami lonjakan *mean* dari yang awalnya 68,93 meroket hingga mencapai 83,80 ($MD = 14,87$). Pembuktian secara statistik mengonfirmasi bahwa perubahan pada kelompok perlakuan ini memiliki signifikansi yang sangat kuat, ditunjukkan oleh nilai $t(14) = -27,846$ dan $p < 0,001$. Fakta empiris ini menegaskan bahwa implementasi latihan asertif sangat efektif dalam menstimulasi kecakapan komunikasi interkultural serta kapasitas preventif terhadap konflik sosial pada pemuda lintas etnis.

Tabel 6. Hasil *Independent Sample t-Test terhadap Gain Score*.

Kelompok	Mean Gain	SD	t	df	Sig. (p) (2-tailed)
Kontrol	1,33	0,49			
Treatment	14,87	0,64	-65,214	28	<0,001*

Keterangan: signifikan pada $\alpha = 0,05$.

Output statistik membuktikan bahwa performa kelompok kontrol mengalami pergeseran ke arah positif yang terbukti signifikan secara inferensial ($p < 0,05$). Sebaliknya, deviasi skor pada kelompok eksperimen melesat jauh lebih tinggi dengan tingkat signifikansi yang sangat pekat, yakni $p < 0,001$. Merujuk pada pemaparan Tabel 7, perbandingan antar-grup memperlihatkan lompatan *mean* kelompok *treatment* yang mengungguli kelompok kontrol secara nyata ($p < 0,001$). Fakta empiris ini memvalidasi bahwa peningkatan komunikasi interkultural serta kecakapan preventif konflik merupakan efek murni ($X \rightarrow Y$) dari perlakuan *Assertive Training*.

Tabel 7. Besar Pengaruh (*Effect Size*).

Analisis	Cohen's d	Interpretasi
<i>Pretest–Posttest</i> Kelompok <i>Treatment</i>	3,85	Efek sangat besar
<i>Gain Score</i> Antar Kelompok	5,21	Efek sangat besar

Selain menguji signifikansi statistik, penelitian ini menghitung *effect size* menggunakan Cohen's d untuk menilai besarnya pengaruh intervensi. Hasil analisis menunjukkan nilai Cohen's d pada kelompok *treatment* dan perbandingan *gain score* antarkelompok berada pada kategori *very large effect* menurut kriteria Cohen (1988). Temuan ini menunjukkan bahwa implementasi *Assertive Training* tidak hanya menghasilkan perbedaan yang signifikan secara statistik, tetapi juga memberikan dampak praktis yang sangat kuat dalam meningkatkan komunikasi interkultural serta kemampuan pemuda lintas etnis dalam mencegah konflik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi *Assertive Training* efektif dalam meningkatkan komunikasi interkultural dan mencegah konflik pada pemuda lintas etnis. Temuan ini didukung oleh hasil analisis statistik yang menunjukkan peningkatan skor kelompok *treatment* lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil *Paired Sample t-test* menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada kelompok yang memperoleh intervensi, sedangkan *Independent Sample t-test* terhadap *gain score* mengonfirmasi bahwa peningkatan tersebut secara signifikan lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, nilai *effect size* yang berada pada kategori *very large effect* menunjukkan bahwa perubahan yang terjadi merupakan dampak nyata dari implementasi *Assertive Training*.

Temuan tersebut memperkuat teori *Behavior Therapy* dari Corey (2017) yang menjelaskan bahwa perilaku sosial adaptif dapat dibentuk melalui latihan yang sistematis. Dalam pendekatan ini, *Assertive Training* membantu individu mengembangkan kemampuan mengungkapkan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara terbuka tanpa mengabaikan hak orang lain. Melalui *modeling*, *role playing*, latihan perilaku, umpan balik, dan penguatan, peserta belajar menerapkan komunikasi yang lebih efektif sehingga mampu berinteraksi secara lebih adaptif dalam lingkungan multikultural.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan kajian Speed et al. (2021) yang menegaskan bahwa *Assertive Training* merupakan intervensi berbasis bukti (*evidence-based treatment*) untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal. Temuan ini didukung oleh penelitian Simó (2020) yang menunjukkan peningkatan kualitas komunikasi setelah pelatihan asertif serta Osariemen et al. (2021) yang menemukan bahwa pelatihan asertif meningkatkan kemampuan adaptasi pada individu dengan latar belakang etnis yang beragam. Konsistensi

tersebut menunjukkan bahwa efektivitas *Assertive Training* tidak hanya terbatas pada konteks pendidikan, tetapi juga relevan untuk pengembangan kompetensi sosial dalam masyarakat multikultural.

Dari perspektif komunikasi antarbudaya, hasil penelitian mendukung teori Samovar et al. (2017) yang menekankan pentingnya kemampuan memahami perbedaan nilai, norma, dan gaya komunikasi dalam membangun hubungan yang efektif. Sejalan dengan itu, Liliweri (2018) menyatakan bahwa komunikasi antarbudaya memerlukan keterampilan empati, keterbukaan, toleransi, dan penghargaan terhadap keberagaman. Melalui *Assertive Training*, peserta dilatih menyampaikan pendapat secara tegas namun tetap menghargai perspektif orang lain, sehingga komunikasi menjadi lebih konstruktif dan potensi kesalahpahaman antaretnis dapat diminimalkan.

Peningkatan komunikasi interkultural yang diperoleh peserta juga berimplikasi pada meningkatnya kemampuan mencegah konflik. Temuan ini sejalan dengan penelitian Batic dan Gogov (2023), Rani dan Laksmiwati (2024), serta Waraqat (2025) yang menyimpulkan bahwa komunikasi asertif merupakan strategi efektif dalam penyelesaian konflik melalui kemampuan menyampaikan kebutuhan secara terbuka, mengendalikan emosi, dan menghormati hak orang lain. Dalam konteks Indonesia yang memiliki tingkat keberagaman etnis yang tinggi (BPS, 2021), keterampilan tersebut menjadi semakin penting untuk membangun relasi sosial yang harmonis sekaligus mendukung upaya pencegahan konflik sebagaimana tercermin dalam berbagai dinamika sosial yang masih dilaporkan oleh Komnas HAM (2024).

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan berbagai penelitian di bidang bimbingan dan konseling yang menunjukkan efektivitas *Assertive Training* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal, keterbukaan diri, dan keberanian berinteraksi sosial (Oktaviana & Wiryosutomo, 2022; Saputri et al., 2023; Hayya & Surini, 2023; Nisa, 2022; Wulandari & Indifatul, 2025). Dengan demikian, penelitian ini memperluas penerapan *Assertive Training* dari pengembangan komunikasi interpersonal menuju penguatan komunikasi interkultural sebagai strategi preventif pencegahan konflik pada pemuda lintas etnis. Secara praktis, hasil penelitian memberikan dasar empiris bagi penerapan *Assertive Training* dalam layanan bimbingan dan konseling, pendidikan multikultural, program pengembangan kepemudaan, serta implementasi Projek Penguatan Profil Pelajar Pancasila sebagai upaya membangun karakter toleran, inklusif, dan mampu hidup harmonis dalam masyarakat yang majemuk.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Assertive Training* efektif meningkatkan komunikasi interkultural dan memperkuat kemampuan pemuda lintas etnis dalam mencegah konflik. Melalui latihan yang menekankan kemampuan menyampaikan pikiran dan perasaan secara terbuka, jujur, dan tetap menghargai orang lain, peserta mengembangkan pola komunikasi yang lebih adaptif dalam lingkungan multikultural. Temuan ini memperkuat bukti bahwa *Assertive Training* merupakan intervensi berbasis perilaku yang mampu membangun komunikasi konstruktif, menumbuhkan sikap saling menghormati, dan mendukung pencegahan konflik pada masyarakat yang beragam secara etnis dan budaya. Oleh karena itu, teknik ini direkomendasikan untuk diintegrasikan ke dalam layanan bimbingan dan konseling, pendidikan multikultural, serta program pengembangan kepemudaan. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan pada jumlah partisipan, cakupan lokasi penelitian, dan durasi intervensi yang relatif singkat sehingga belum menggambarkan keberlanjutan perubahan perilaku dalam jangka panjang. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih beragam, memperluas wilayah penelitian, serta menggunakan desain longitudinal atau *mixed methods* agar efektivitas *Assertive Training* dapat dievaluasi secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan selama pelaksanaan penelitian ini, khususnya kepada pimpinan perguruan tinggi, responden yang telah berpartisipasi secara sukarela, serta rekan-rekan yang telah membantu proses pengumpulan dan pengolahan data. Apresiasi juga disampaikan kepada para reviewer dan editor atas masukan yang konstruktif sehingga naskah ini dapat disempurnakan. Semoga hasil penelitian ini memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam implementasi *Assertive Training* untuk meningkatkan komunikasi interkultural dan mencegah konflik pada pemuda lintas etnis.

DAFTAR REFERENSI

- Azwar, S. (2017). *Penyusunan Skala Psikologi (Ed. 2)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Batic, D., & Gogov, B. (2023). Applied assertiveness principles in personal conflict resolution. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*, 7(2), 124–134. DOI:[10.20544/ICP.8.1.23.P19](https://doi.org/10.20544/ICP.8.1.23.P19)
- BPS. (2021). *Sensus Penduduk Indonesia 2020: Statistik Suku Bangsa dan Keragaman Budaya*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

- Corey, G. (2017). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy (10th ed.)*. Boston: Cengage Learning.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (5th ed.)*. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Hayya, R. N., & Surini, L. S. Y. (2023). Intervensi Kelompok untuk Keterampilan Komunikasi Asertif pada Remaja dengan Kecemasan Sosial. *Psikostudia Jurnal Psikologi*, 12(3), 401–410. DOI: <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v12i3>
- Kemendikbudristek. (2022). *Panduan Pengembangan Proyek Penguatan Profil Pelajar Pancasila*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Komnas HAM. (2024). *Laporan Tahunan Pemantauan Hak Kebebasan Beragama dan Berkeyakinan di Indonesia*. Jakarta: Komisi Nasional Hak Asasi Manusia.
- Laksana, A., Deden, D., Arifin, I., Hibatullah, R., & Albana, M. S. (2024). Peran Komunikasi Asertif dalam Hubungan Kerja yang Positif dan Produktif. *Konsensus: Jurnal Ilmu Pertahanan, Hukum Dan Ilmu Komunikasi*, 1(6), 60–67. DOI: <https://doi.org/10.62383/konsensus.v1i6.448>
- Liliweri, A. (2018). *Prinsip-Prinsip Komunikasi Antarbudaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nisa, K. (2022). Efektivitas Teknik Komunikasi Asertif dalam Konseling Lintas Budaya pada Konflik Pertemanan Mahasiswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(1), 77–84. DOI: <https://doi.org/10.62383/risoma.v4i3.1717>
- Oktaviana, D., & Wiryosutomo, H. W. (2022). Pengaruh Latihan Asertif terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal pada Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(2), 112-120. DOI: https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i2.764
- Osariemen, P., et al. (2021). Assertiveness training, self-esteem, and academic adaptability among multi-ethnic students. *Journal of Behavioral Sciences*, 14(2), 89-102.
- Rani, A. S., & Laksmiwati, H. (2024). Komunikasi Asertif Sebagai Upaya Penyelesaian Konflik dalam Hubungan Romantis. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 11(01), 225–240. DOI: <https://doi.org/10.26740/cjpp.v11i1.61207>
- Samovar, L. A., Porter, R. E., McDaniel, E. R., & Roy, C. S. (2017). *Communication Between Cultures (9th ed.)*. Boston: Cengage Learning.
- Santoso, S. (2018). *Menguasai SPSS Versi 25 untuk Statistik Non-Parametrik*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Saputri, W., Alam, A. A. F., & Salmiati. (2023). Penerapan Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Keterbukaan Diri dalam Komunikasi Antar Teman Sebaya. *Konseling: Jurnal Ilmiah Penelitian Dan Penerapannya*, 5(1), 20–25. <https://doi.org/10.31960/konseling.v5i1.1692>
- Simó, M. L. (2020). Evaluating the effectiveness of assertiveness training on communication styles and wellbeing in university students. *Journal of Psychological Education*, 19(4), 312-325. DOI: [10.1111/nuf.12430](https://doi.org/10.1111/nuf.12430)
- Speed, B. C., Goldstein, B. L., & Goldfried, M. R. (2021). Assertiveness Training: A Forgotten Evidence-Based Treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 25(1), e12216. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12216>
- Sue, D. W., & Sue, D. (2016). *Counseling the Culturally Diverse: Theory and Practice (7th ed.)*. New York: John Wiley & Sons.

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wulandari, & Indifatul, A (2025). Konseling Individu Teknik *Assertivness Training* Terhadap Kemampuan Komunikasi Asertif Remaja. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, Vol. 5 No. 1. DOI: <https://doi.org/10.55352/z78dyf21>
- Waraqat, A. P. (2025). Kajian Literatur: Persepsi dan Praktik Komunikasi Asertif Sebagai Strategi Penyelesaian Konflik. *Bashirah: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 9(1), 15–28. DOI: <https://doi.org/10.51590/bashirah.v6i1.883>
- Zahid, M., & Butt, S. (2018). Impact of assertiveness training on stress management and intercultural team tasks. *International Journal of Intercultural Relations*, 62, 45-58. DOI: [10.18052/www.scipress.com/ILSHS.63.218](https://doi.org/10.18052/www.scipress.com/ILSHS.63.218)