**PENGARUH PELATIHAN ASERTIVITAS TERHADAP**

**RESILIENSI PADA REMAJA**

**Maria Anis Putri Andini dan Anwar**

**Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta**

***ABSTRAK***

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pelatihan asertivitas terhadap resiliensi pada remaja. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat resiliensi pada remaja yang diberikan pelatihan asertivitas dengan remaja yang tidak diberikan pelatihan asertivitas. Remaja yang diberi pelatihan asertivitas (kelompok eksperimen) lebih resilien dibandingkan remaja yang tidak mendapatkan pelatihan asertivitas (kelompok kontrol). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 24 orang remaja di SMKN 1 Sedayu yang terbagi dalam dua kelompok yaitu 13 orang untuk kelompok eksperimen dan 11 orang untuk kelompok kontrol. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pretest-posttest group design. Pengambilan data menggunakan skala resiliensi. Analisis data menggunakan independent sample t-test. Hasil analisis data menunjukan koefisien perbedaan (nilai t) sebesar 5,399 dengan (p < 0,050) dan ditambahkan dengan analisis tambahan menggunakan analisis paired sample t-test didapatkan didapatkan nilai t = 6,351 (p<0,050) untuk kelompok eksperimen dan nilai t = 0,544 (p>0,050) untuk kelompok kontrol. Hasil tersebut menunjukan bahwa pelatihan asertivitas dapat menjadi alternatif dalam meningkatkan resiliensi pada remaja.*

***Kata kunci: resiliensi pada remaja, pelatihan asertivitas***