HUBUNGAN *SELF-ESTEEM* DENGAN PERILAKU ASERTIF PADA GENERASI Z DI KOTA PADANG

Annisa Qurratul Aini[1], Febri Wandha Putra[2], Dina Sukma[3], Rima Pratiwi Fadli[4]

[1,2,3,4]*Universitas Negeri Padang*
E-mail : [1]annisaqrtul@gmail.com, [2]febrianputra@fip.unp.ac.id

ABSTRACT

This study was motivated by the phenomenon of generation Z individuals who still struggle to openly express their opinions, feelings, and needs; lack confidence in social interactions; and tend to avoid conflict, thereby exhibiting suboptimal assertive behavior. Self-esteem is one factor hypothesized to be related to assertive behavior; thus, this study aimed to describe the self-esteem and assertive behavior of generation Z in Padang City and to examine the relationship between these two variables. A quantitative approach using a correlational method was employed. The study population consisted of 64,036 generation Z university students. A sample of 510 students was selected using cluster random sampling. The instruments used were a self-esteem scale and an assertive behavior scale, both of which had been validated for validity and reliability. Reliability testing yielded Cronbach's Alpha values of 0.912 for the self-esteem scale and 0.931 for the assertive behavior scale, indicating that both instruments were reliable. Data were analyzed using descriptive and correlational analysis techniques. The results showed that the level of self-esteem among generation Z in Padang City generally fell into the high category (55.29%), as did the level of assertive behavior (61.18%). However, no significant relationship was found between self-esteem and assertive behavior among Generation Z in Padang City; the correlation coefficient was 0.034 with a significance value of 0.444 ($p > 0.05$), indicating that self-esteem is not significantly related to assertive behavior in this demographic. The findings of this study have implications for the implementation of guidance and counseling services specifically through group guidance, content mastery services, and individual counseling aimed at fostering assertive behavior and enhancing individuals' understanding of their own potential, thereby enabling healthy and effective daily interactions; furthermore, the results can be utilized by school guidance counselors and university counselors in delivering guidance and counseling services to the community.

Keyword : *Self-Esteem, Assertive Behavior, Generation Z, University Students, Social Skills*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena generasi Z yang masih mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat, perasaan, dan kebutuhan secara terbuka, kurang percaya diri dalam berinteraksi, serta cenderung menghindari konflik sehingga menunjukkan perilaku asertif yang kurang optimal. Salah satu faktor yang diduga berkaitan dengan perilaku asertif adalah *self-esteem*, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran *self-esteem* pada generasi Z di Kota Padang, mendeskripsikan gambaran perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang, dan menguji hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa generasi Z yang berjumlah 64.036 mahasiswa. Penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik *cluster random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 510 mahasiswa. Instrumen yang digunakan adalah skala *self-esteem* dan skala perilaku asertif yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* skala *self-esteem* sebesar 0,912 dan skala perilaku asertif sebesar 0,931, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel. Data penelitian dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif dan analisis korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* generasi Z di Kota Padang secara umum berada pada kategori tinggi (55,29%) dan tingkat perilaku asertif generasi Z di Kota Padang secara umum berada pada kategori tinggi (61,18%) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,034 dan nilai signifikansi sebesar 0,444 ($p > 0,05$), sehingga menunjukkan bahwa *self-esteem* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang. Temuan penelitian ini berimplikasi pada pelaksanaan layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya melalui bimbingan kelompok, layanan penguasaan konten, dan konseling individual untuk membantu mengembangkan perilaku asertif serta meningkatkan pemahaman individu terhadap potensi dirinya sehingga mampu berinteraksi secara sehat dan efektif dalam kehidupan sehari-hari kemudian dari hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleg guru BK dan konselor di perguruan tinggi dalam memberikan pelayanan bimbingan dan konseling di masyarakat.

Kata Kunci: *Harga Diri, Perilaku Asertif, Generasi Z, Mahasiswa, Keterampilan Sosial*

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang dalam kehidupannya tidak dapat terlepas dari interaksi dengan orang lain, membangun relasi, serta menjadi bagian dari suatu kelompok sosial (Faqih, 2011). Oleh karena itu, setiap individu perlu memiliki kemampuan beradaptasi dan berinteraksi secara efektif agar dapat berkembang sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungan sosial (Geeraert et al., 2019). Kemampuan tersebut menjadi aspek penting dalam perkembangan psikososial, terutama bagi generasi Z yang tumbuh pada era digital dengan karakteristik komunikasi yang berbeda dibandingkan generasi sebelumnya. Menurut Dimock (2019), generasi Z merupakan individu yang lahir pada tahun 1997–2012 dan tumbuh dalam lingkungan yang sangat dekat dengan teknologi digital. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2025, generasi Z mencapai 74,93 juta jiwa atau sekitar 27,94% dari total penduduk Indonesia. Seemiller dan Grace (2016) menjelaskan bahwa generasi Z memiliki kemampuan adaptasi teknologi yang tinggi dan akses informasi yang luas, namun cenderung memiliki keterampilan komunikasi tatap muka yang lebih rendah. Kondisi tersebut menyebabkan kemampuan interpersonal menjadi salah satu aspek perkembangan yang perlu diperhatikan, salah satunya melalui perilaku asertif.

Perubahan pola komunikasi pada generasi Z menyebabkan munculnya berbagai tantangan dalam hubungan interpersonal. Hapsari et al. (2024) mengemukakan bahwa generasi Z menghadapi hambatan dalam keterampilan komunikasi interpersonal yang dapat memengaruhi kualitas hubungan sosial. Selain itu, Fuad et al. (2021) menjelaskan bahwa generasi Z memiliki intensitas komunikasi tatap muka yang lebih rendah dan lebih memilih berkomunikasi secara daring dibandingkan secara langsung. Alberti dan Emmons (2017) mendefinisikan perilaku asertif sebagai kemampuan individu untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, serta keinginannya secara jujur, nyaman, dan tetap menghargai hak diri sendiri maupun orang lain. Perilaku asertif merupakan keterampilan sosial yang penting dimiliki oleh mahasiswa karena membantu individu menyampaikan pendapat, mempertahankan hak pribadi, serta membangun hubungan interpersonal yang sehat (Corey, 2013). Sebaliknya, rendahnya perilaku asertif menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam berkomunikasi secara efektif, meningkatkan kecemasan sosial, serta menurunkan kualitas hubungan interpersonal (Speed et al., 2017).

Penelitian yang dilakukan Fuad et al. (2021) menunjukkan bahwa dibandingkan dengan generasi milenial, generasi Z memiliki kemampuan komunikasi asertif yang lebih rendah, ditandai dengan kurangnya keberanian dalam menyampaikan pendapat dan mengungkapkan perasaan secara langsung. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Nurrahmah et al. (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa generasi Z cenderung pasif, kurang percaya diri, serta mengalami kesulitan dalam mengekspresikan pendapat secara terbuka. Selain itu, penelitian yang dilakukan Purnomo et al. (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa lebih sering mengalami hambatan dalam menyampaikan pendapat karena terbiasa berkomunikasi melalui media digital. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa generasi Z yang memiliki perilaku asertif yang rendah. Rendahnya perilaku asertif menyebabkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, serta mempertahankan hak pribadinya secara tepat dalam interaksi sosial. Kondisi ini berdampak pada menurunnya kepercayaan diri, meningkatnya kecemasan sosial, serta terhambatnya kualitas hubungan interpersonal mahasiswa (Speed et al., 2017). Selain itu, rendahnya perilaku asertif juga menyebabkan individu lebih mudah mengikuti tekanan lingkungan, kesulitan menolak permintaan orang lain, serta kurang mampu mempertahankan batasan pribadi tanpa melanggar hak orang lain (Alberti & Emmons, 2017).

Menurut Alberti dan Emmons (2017), perilaku asertif dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal faktor internal meliputi *self-esteem*, kepercayaan diri, pola pikir, serta kemampuan individu dalam mengelola emosi, sedangkan faktor eksternal meliputi pola asuh keluarga, lingkungan sosial, budaya, dan pengalaman belajar. Salah satu faktor internal yang berperan penting dalam pembentukan perilaku asertif adalah *self-esteem*. Menurut Coopersmith (1967),*self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan keyakinan bahwa dirinya berharga, mampu, penting, dan berhasil. *Self-esteem* terbentuk melalui pengalaman interaksi dengan keluarga, teman sebaya, maupun lingkungan sosial. Individu yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat, mengungkapkan perasaan, mempertahankan hak pribadi, serta mampu menjalin hubungan interpersonal secara sehat. Sebaliknya, *Self-esteem* yang rendah ditandai dengan penilaian negatif terhadap diri sendiri sehingga individu merasa kurang berharga dan kurang mampu dalam menjalani kehidupannya (Arroisi & Badi, 2022). Oleh karena itu, *self-esteem* dipandang sebagai salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam pembentukan perilaku asertif pada generasi Z

Saat ini, *self-esteem* pada generasi Z masih menunjukkan kecenderungan berada pada kategori sedang hingga rendah. Penelitian yang dilakukan Sitanggang dan Rivani (2024) menunjukkan bahwa dari 103 mahasiswa generasi Z yang diteliti, sebanyak 67 mahasiswa (65%) memiliki *self-esteem* yang rendah. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan Mandas dan Silfiyah (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar responden generasi Z memiliki *self-esteem* pada kategori sedang, yaitu sebesar 53,5%. Selain itu, penelitian yang dilakukan Putra (2024) menunjukkan bahwa sebanyak 23,3% mahasiswa kedokteran memiliki *self-esteem* yang rendah. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa generasi Z yang memiliki *self-esteem* yang belum optimal. Tingkat *self-esteem* dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman dalam keluarga, penerimaan dari teman sebaya, keberhasilan dan kegagalan yang dialami individu, serta lingkungan sosial tempat individu berinteraksi (Coopersmith, 1967). Pengalaman positif berupa penghargaan, dukungan, dan penerimaan dari lingkungan akan membantu individu mengembangkan penilaian diri yang positif. Sebaliknya, pengalaman berupa penolakan, kritik yang berlebihan, maupun kurangnya penghargaan dari lingkungan dapat menyebabkan individu memiliki *self-esteem* yang rendah (Coopersmith, 1967).

Berdasarkan hasil prasurvei yang dilakukan peneliti melalui penyebaran kuesioner kepada 100 mahasiswa generasi Z dan wawancara terhadap 12 mahasiswa di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, ditemukan berbagai kondisi yang mengindikasikan rendahnya perilaku asertif mahasiswa. Mahasiswa mengungkapkan masih merasa takut menyampaikan pendapat kepada dosen, kurang percaya diri saat berdiskusi di kelas, sulit mengungkapkan pendapat sendiri, serta lebih mengutamakan perasaan orang lain dibandingkan kepentingan pribadinya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa masih mengalami hambatan dalam mengekspresikan pikiran, perasaan, serta mempertahankan hak dirinya secara tepat dalam interaksi sosial. Fenomena tersebut didukung oleh berbagai hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan perilaku asertif. Berdasarkan fenomena tersebut, diperlukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Yusuf (2016) menjelaskan bahwa penelitian korelasional merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada mahasiswa generasi Z di Kota Padang. Populasi penelitian adalah mahasiswa generasi Z kelahiran 2004-2007 angkatan 2022–2025 yang berasal dari tiga perguruan tinggi di Kota Padang. Ketiga perguruan tinggi tersebut dipilih untuk mewakili wilayah pusat kota, wilayah perbatasan (ujung kota), dan wilayah pinggiran kota. Jumlah populasi penelitian sebanyak 64.036 mahasiswa. Penentuan sampel dilakukan menggunakan *probability sampling* dengan metode *cluster random sampling* dengan sampel sebanyak 510 mahasiswa. Instrumen yang digunakan adalah skala *self-esteem* dan skala perilaku asertif. Sebelum digunakan dalam penelitian, kedua instrumen terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* terhadap 30 responden uji coba dengan nilai *r* tabel sebesar 0,361, hasil uji validitas menunjukkan bahwa butir pernyataan yang memiliki nilai *r* hitung lebih besar daripada *r* tabel dinyatakan valid dan dipertahankan sebagai instrumen penelitian, sedangkan butir yang memiliki nilai *r* hitung lebih kecil daripada *r* tabel dieliminasi. Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala *self-esteem* memiliki nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,912, sedangkan skala perilaku asertif sebesar 0,931, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel.

Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial dengan bantuan IBM SPSS *Statistics*, analisis statistik deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan tingkat *self-esteem* dan perilaku asertif berdasarkan nilai rata-rata, frekuensi, persentase dan kategori masing-masing variabel. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji prasyarat analisis berupa normalitas dan uji linearitas. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sedangkan hasil uji linearitas menunjukkan hubungan kedua variabel bersifat linear. Oleh karena itu, pengujiam hipotesis dilakukan menggunakan analisis korelasi *Spearman's rho* untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilaksanakan, maka diperoleh hasil temuan terkait dengan *self-esteem* dan perilaku asertif generasi Z di Kota Padang. Adapun hasil penelitian pada artikel ini yaitu sebagai berikut:

Deskripsi *Self-Esteem* secara Keseluruhan

Berdasarkan kategori pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan *self-esteem* yang diperoleh pada generasi Z di Kota Padang, sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Self-esteem* Secara Keseluruhan

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	>122	196	38,43%
Tinggi	99-121	282	55,29%
Sedang	76-98	31	6,08%

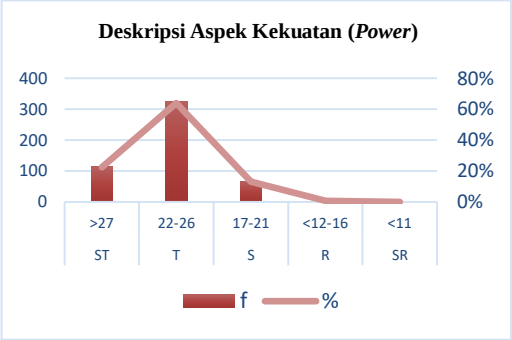
Rendah	53-75	1	0,20%
Sangat Rendah	<52	0	0,00%
Jumlah		**510**	**100%**

Berdasarkan **Tabel 1**, diketahui *self-esteem* yang diperoleh generasi Z di Kota Padang pada kategori sangat tinggi sebanyak 196 mahasiswa dengan persentase 38,43%, kemudian mahasiswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 282 mahasiswa dengan persentase 55,29%, selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 31 mahasiswa dengan persentase 6,08%, pada kategori rendah sebanyak 1 mahasiswa dengan persentase 0,20%, dan pada kategori sangat rendah tidak terdapat mahasiswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan *self-esteem* generasi Z pada umumnya berada pada kategori tinggi. Dalam konteks penelitian ini, kategori tinggi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya, merasa dirinya berharga, mampu, penting, dan memiliki keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki *self-esteem* yang baik, sehingga mampu menghargai dirinya sendiri, lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi, serta memiliki keyakinan untuk berinteraksi dan mengembangkan potensi dirinya secara optimal.

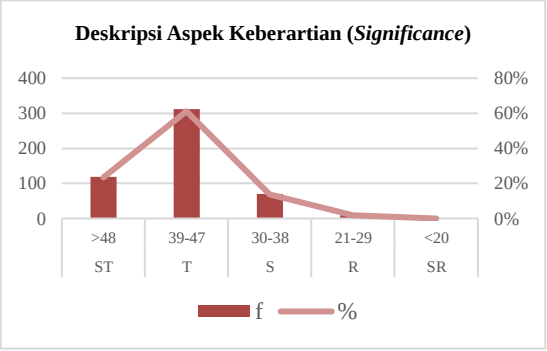
Deskripsi *Self-esteem* Berdasarkan Aspek

Berdasarkan kategori pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan *self-esteem* yang diperoleh generasi Z di Kota Padang berdasarkan aspek-aspek, sebagai berikut:

Gambar 1. Deskripsi Aspek Kekuatan (*Power*)



Gambat 2. Deskripsi Aspek Keberartian (*Significance*)

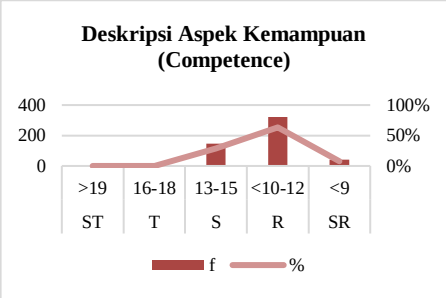


Berdasarkan **Gambar 1**, dapat dilihat *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek kekuatan (*power*) yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 114 mahasiswa dengan persentase 22%. Kemudian pada kategori kategori tinggi sebanyak 326 mahasiswa dengan persentase 64%, pada kategori sedang sebanyak 67 mahasiswa dengan persentase 13%, dan pada kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 1% dan dengan kategori sangat rendah tidak ada. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek kekuatan (*power*) pada umumnya berada pada kategori tinggi. Tingginya aspek kekuatan (*power*) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya untuk mengendalikan perilaku, mengemukakan pendapat, mempengaruhi lingkungan secara positif, serta mampu mempertahankan hak dan mengambil keputusan dengan percaya diri. Kondisi tersebut juga mengindikasikan bahwa mahasiswa memiliki rasa percaya terhadap kapasistas dirinya sehingga mampu berinteraksi dan berperan secara aktif dalam berbagai situasi sosial maupun akademik.

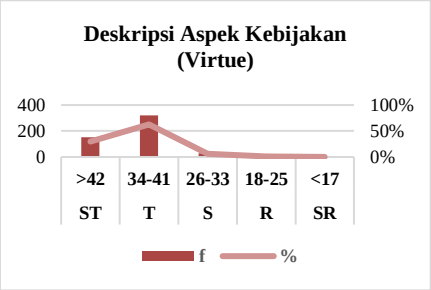
Berdasarkan **Gambar 2**, dapat dilihat *self-esteem* generasi Z pada aspek keberartian (*significance*) yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 119 mahasiswa dengan persentase

23%. Kemudian pada kategori kategori tinggi sebanyak 312 mahasiswa dengan persentase 61%, pada kategori sedang sebanyak 70 mahasiswa dengan persentase 14%, dan pada kategori rendah sebanyak 9 mahasiswa dengan persentase 2% dan dengan kategori sangat rendah tidak ada. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek keberartian (*significance*) pada umumnya berada pada kategori tinggi. Tingginya aspek keberartian (*significance*) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa merasa dirinya berharga, diterima, dihargai, dan memperoleh perhatian serta dukungan dari orang-orang di sekitarnya.

Gambar 3. Deskrpisi Aspek Kemampuan (*Competence*)



Gambar 4. Deskripsi Aspek Kebijakan (*Virtue*)



Berdasarkan **Gambar 3**, dapat dilihat *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek kemampuan (*competence*) yang berada pada kategori sedang sebanyak 147 mahasiswa dengan persentase 29%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 323 mahasiswa dengan persentase 63% dan dengan kategori sangat rendah 40 mahasiswa dengan persentase 8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek kemampuan (*competence*) pada umumnya berada pada kategori rendah. Rendahnya aspek kemampuan (*competence*) menunjukkan bahwa sebagaian besar mahasiswa belum memiliki keyakinan yang optimal terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan tugas, menghadapi tantangan, dan mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan **Gambar 4**, dapat dilihat *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek kebijakan (*virtue*) yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 153 mahasiswa dengan persentase 30%. Kemudian pada kategori kategori tinggi sebanyak 320 mahasiswa dengan persentase 63%, pada kategori sedang sebanyak 31 mahasiswa dengan persentase 6%, dan pada kategori rendah sebanyak 5 mahasiswa dengan persentase 1% dan dengan kategori sangat rendah 1 mahasiswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* yang diperoleh generasi Z pada aspek kebijakan (*virtue*) pada umumnya pada kategori tinggi. Tingginya aspek kebijakan (*virtue*) menunjukkan bahwa Sebagian besar mahasiswa memiliki kepatuhan terhadap nilai-nilai moral-moral dan etika, serta berusaha bertindak sesuai dengan norma yang berlaku sehingga memiliki penilaian diri yang positif.

Deskripsi Perilaku Asertif Secara Keseluruhan

Berdasarkan kategori pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan perilaku asertif yang dimiliki generasi Z, sebagai berikut:

Tabel 2. Deskripsi Perilaku Asertif Secara Keseluruhan

Kategori	Interval	F	%
Sangat Tinggi	>148	24	4,71%
Tinggi	120-147	312	61,18%
Sedang	92-119	171	33,53%

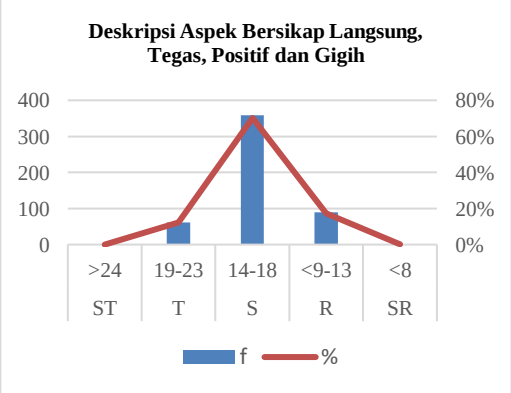
Rendah	64-91	3	0,59%
Sangat Rendah	<63	0	0,00%
Jumlah		**510**	**100%**

Berdasarkan **Tabel 2**. diketahui perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada kategori sangat tinggi sebanyak 24 mahasiswa dengan persentase 4,71%, kemudian mahasiswa yang berada pada kategori tinggi sebanyak 312 mahasiswa dengan persentase 61,18%, selanjutnya pada kategori sedang sebanyak 171 mahasiswa dengan persentase 33,53%, pada kategori rendah sebanyak 3 mahasiswa dengan persentase 0,59%, dan pada kategori sangat rendah tidak terdapat. Demikian, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan perilaku asertif generasi Z pada umumnya berada pada kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki perilaku asertif yang baik. Kondisi tersebut terlihat dari kemampuan mahasiswa untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, kebutuhan, dan pendapat secara jujur, terbuka, serta tegas dengan tetap menghargai hak diri sendiri maupun hak orang lain. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa Sebagian besar mahasiswa mampu berkomunikasi secara efektif, mempertahankan hak-haknya secara tepat, serta membangun hubungan interpersonal yang positif dalam kehidupan akademik maupun sosial.

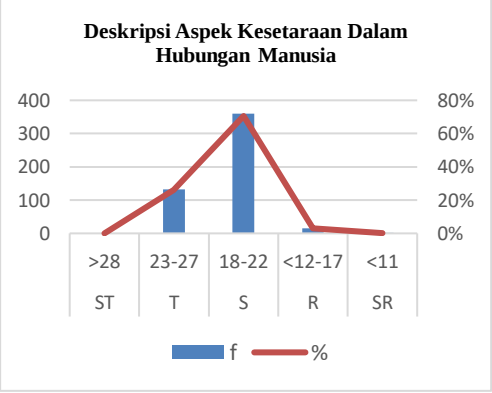
Deskripsi Perilaku Asertif berdasarkan Aspek

Berdasarkan kategori pengolahan data yang digunakan, dapat digambarkan perilaku asertif yang dimiliki generasi Z berdasarkan aspek-aspek, sebagai berikut:

Gambar 5. Deskripsi Aspek Bersikap Langsung, Tegas, Positif dan Gigih



Gambar 6. Kesetaraan Dalam Hubungan Manusia

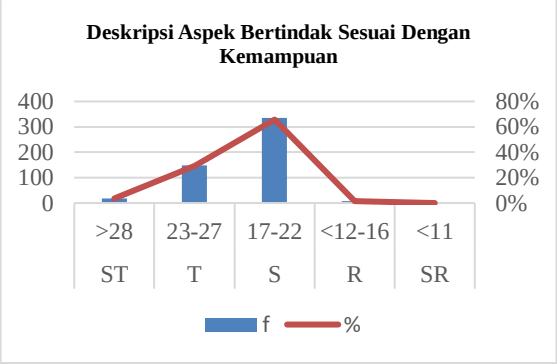


Berdasarkan **Gambar 5**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek bersikap langsung, tegas, positif dan gigih yang berada pada kategori tinggi sebanyak 62 mahasiswa dengan persentase 12%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 358 mahasiswa dengan persentase 70%, dan pada kategori rendah sebanyak 89 mahasiswa dengan persentase 17% dan dengan kategori sangat rendah sebanyak 1. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada aspek bersikap langsung, tegas, positif, dan gigih pada umumnya berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menujukkan sebagian besar mahasiswa telah mampu menyampaikan pikiran, perasaan, dan pendapat secara terbuka serta mempertahankan haknya dalam situasi tertentu, namun kemampuan tersebut belum konsisten ditunjukkan pada berbagai kondisi.

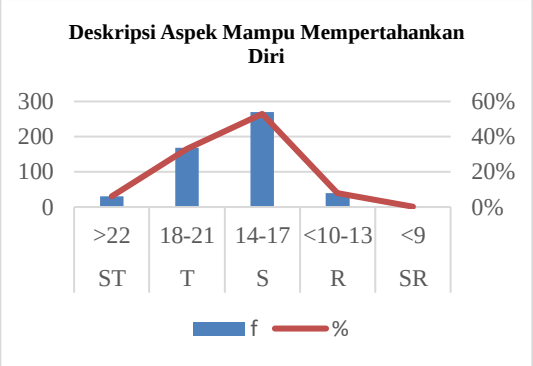
Berdasarkan **Gambar 6**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek kesetaraan dalam hubungan manusia yang berada pada kategori tinggi sebanyak 133 mahasiswa dengan

persentase 26%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 360 mahasiswa dengan persentase 71%, dan pada kategori rendah sebanyak 15 mahasiswa dengan persentase 3% dan dengan kategori sangat rendah sebanyak 1. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada aspek kesetaraan dalam hubungan manusia pada umumnya berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menujukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghargai hak, pendapat, dan perasaan diri sendiri maupun orang lain saat berinteraksi, meskipun kemampuan tersebut belum sepenuhnya konsisten dalam berbagai situasi.

Gambar 7. Deskripsi Aspek Bertindak Sesuai Dengan Kemampuan



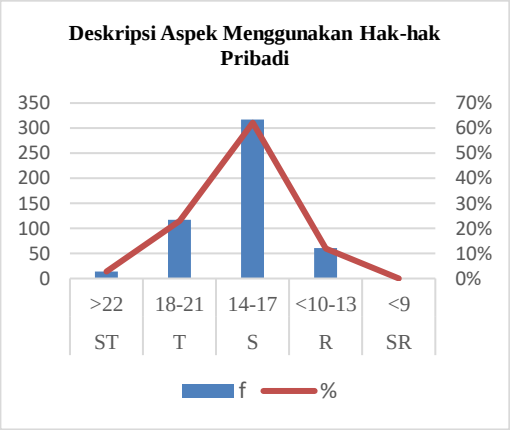
Gambar 8. Mampu Mempertahankan Diri



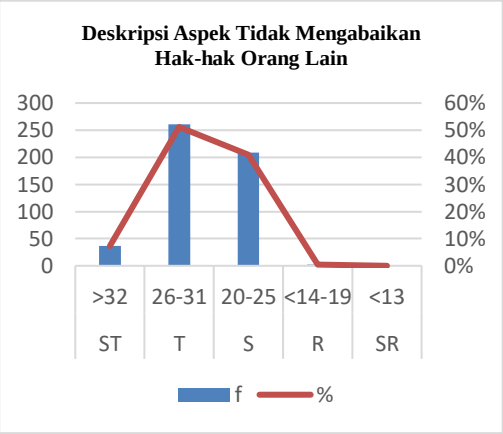
Berdasarkan **Gambar 7**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek bertindak sesuai dengan kemampuan yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 18 mahasiswa dengan persentase 4%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 149 mahasiswa dengan persentase 29%, dan pada kategori sedang sebanyak 335 mahasiswa dengan persentase 66% dan dengan kategori rendah sebanyak 8 mahasiswa dengan persentase 2%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada aspek bertindak sesuai kemampuan pada umumnya berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menujukkan bahwa manusia telah cukup mampu bertindak sesuai kemampuan yang dimilikinya meskipun masih perlu ditingkatkan agar lebih konsisten.

Berdasarkan **Gambar 8**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek mampu mempertahankan diri sendiri yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 31 mahasiswa dengan persentase 6%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 168 mahasiswa dengan persentase 33%, dan pada kategori sedang sebanyak 270 mahasiswa dengan persentase 53% dan pada kategori rendah sebanyak 40 mahasiswa dengan persentase 8% dan dengan pada kategori sangat rendah hanya 1 mahasiswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada aspek mampu mempertahankan diri pada umumnya berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mempertahankan hak, pendapat dan kepentingan dirinya sendiri namun tetap tidak mengabaikan hak orang lain.

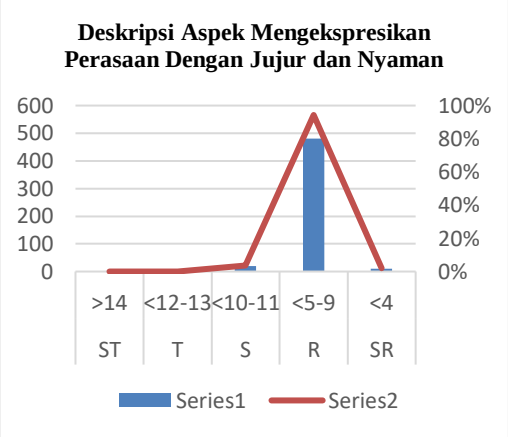
Gambar 9. Deskripsi Aspek Menggunakan Hak-hak Pribadi



Gambar 10. Deskripsi Aspek Tidak Mengabaikan Hak-hak Orang Lain



Gambar 11. Deskripsi Aspek Mengekspresikan Perasaan Dengan Jujur dan Nyaman



Berdasarkan **Gambar 9**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek Menggunakan Hak-hak Pribadi yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 14 mahasiswa dengan persentase 3%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 117 mahasiswa dengan persentase 23%, dan pada kategori sedang sebanyak 317 mahasiswa dengan persentase 62% dan pada kategori rendah sebanyak 61 mahasiswa dengan persentase 12%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada aspek menggunakan hak-hak pribadi pada umumnya berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menggunakan dan mempertahankan hak-hak pribadinya secara tepat dengan tetap menghargai hak orang lain.

Berdasarkan **Gambar 10**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek tidak mengabaikan hak-hak orang lain yang berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 32 mahasiswa dengan persentase 7%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 261 mahasiswa dengan persentase 51%, dan pada kategori sedang sebanyak 209 mahasiswa dengan persentase 41% dan pada kategori rendah sebanyak 2 mahasiswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang diperoleh generasi Z pada aspek mampu mempertahankan diri pada umumnya berada pada kategori

tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa telah memiliki kemampuan yang baik dalam menghargai dan menghormati hak-hak orang lain.

Berdasarkan **Gambar 11**, dapat dilihat perilaku asertif generasi Z pada aspek mengekspreasikan perasaan dengan jujur dan nyaman yang berada pada kategori sedang sebanyak 19 mahasiswa dengan persentase 4% dan pada kategori rendah sebanyak 481 mahasiswa dan pada kategori sangat rendah sebanyak 10 mahasiswa dengan kategori 2%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perilaku asertif yang generasi Z pada aspek mampu mempertahankan diri pada umumnya berada pada kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa masih kurang mampu mengekspresikan perasaan, pikiran dan pendapatnya secara jujur serta nyaman.

Hasil Uji Korelasi

Sebelum melakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji linearitas dengan bantuan program SPSS. Uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,022 yang berarti lebih kecil dari 0,05. Artinya sebaran data variabel *self-esteem* dan perilaku asertif tidak berdistribusi normal atau tidak memenuhi asumsi normalitas. Selanjutnya, uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,974 yang lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variable *self-esteem* dengan perilaku asertif bersifat linear. Berdasarkan hasil uji prasyarat analisis diketahui bahwa data penelitian berdistribusi tidak normal dan linear, sehingga pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Teknik analisis korelasional *Spearman*. Analisis korelasi *spearman* digunakan karena data penelitian tidak memenuhi syarat untuk menggunakan analisis parametrik, sehingga diperlukan analisis koefisien korelasi dari statistic non parametrik (Winarsunu,2017).

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi

Correlations

			SE	PA
Spearman's rho	X	Correlation Coefficient	1,000	0,034
		Sig. (2-tailed)		0,444
		N	510	510
	Y	Correlation Coefficient	0,034	1,000
		Sig. (2-tailed)	0,444	
		N	510	510

Berdasarkan **Tabel 3**, diatas dapat dideskripsikan hasil uji korelasi Spearman's rho terhadap 510 responden (N = 510) diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,034. Nilai tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara variabel *self-Esteem* (SE) dengan Perilaku Asertif (PA) memiliki arah positif, namun kekuatan hubungannya sangat rendah atau hampir tidak memiliki hubungan. Arah positif menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* maka perilaku asertif cenderung meningkat, demikian pula sebaliknya. Akan tetapi, karena nilai koefisien korelasinya sangat kecil, hubungan tersebut dapat dikatakan sangat lemah.

Hasil uji signifikansi menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,444. Nilai tersebut lebih besar daripada taraf signifikansi 0,05 (0,444 > 0,05) sehingga hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang tidak dapat diterima (ditolak). Temuan ini menunjukkan bahwa *self-esteem* bukan

merupakan faktor yang berhubungan secara signifikan dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang. Meskipun secara teoritis individu yang memiliki *self-esteem* tinggi cenderung lebih percaya diri dalam mengungkapkan pendapat, menyampaikan kebutuhan, serta mempertahankan hak-haknya secara tepat, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak terbukti secara statistik pada responden penelitian. Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan mengindikasikan bahwa perilaku asertif kemungkinan lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar *self-esteem*, seperti pola asuh orang tua, pengalaman belajar, keterampilan komunikasi, lingkungan pertemanan, budaya, maupun pengalaman sosial individu. Dengan demikian, peningkatan *self-esteem* belum tentu diikuti oleh peningkatan perilaku asertif pada generasi Z.

Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa, khususnya generasi z mengatasi berbagai permasalahan psikologis yang muncul dalam kehidupan sheari-hari maupun dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangannya. Upaya tersebut bertujuan membantu individu mencapai perkembangan yang optimal sehingga mampu mewujudkan kehidupan efektif sehari-hari (KES). Menurut Yusuf (2009), tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu mencapai perkembangan yang optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Sejalan dengan itu, Hariko (2016) menjelaskan bahwa pengemabngan dan penerapan ilmu bimbingan dan konseling diarahkan pada tercapainya kesejahteraan individu melalui pengembangan berbagai potensi yang dimiliki sehingga individu mampu menjalankan kehidupan sehari-hari secara efektif.

Salah satu aspek yang perlu dikembangkan dalam layanan bimbingan dan konseling adalah *self-esteem* dan perilaku asertif. *Self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan perasaan berharga, kemampuan, dan penerimaan terhadap diri sendiri. *Self-esteem* yang positif membantu mahasiswa memiliki rasa percaya diri, mengharagi kemampuan yang dimiliki serta mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya secara realistis. Di sisi lain, perilaku asertif merupakan kemampuan individu untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, kebutuhan, serta mempertahankan hak-haknya secara jujur, terbuka, dan tegas tanpa mengabaikan hak orang lain. Mahasiswa yang memiliki *self-esteem* yang baik dan perilaku asertif yang berkembang akan lebih mampu menjalin hubungan interpersonal yang sehat, menyampaikan pendapat secara tepat, mengambil keputusan secara mandiri, serta menghadapi berbagai tuntutan akademik maupun sosial secara efektif. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah dan perilaku asertif yang kurang berkembang dapat menghambat perkembangan pribadi dan sosial mahasiswa serta memengaruhi kehidupan efektif sehari-hari.

Peran bimbingan dan konseling dalam membantu mengembangkan *self-esteem* dan perilaku asertif mahasiswa generasi z dapat diwujudkan melalui beberapa layanan sebagai berikut:

1. Layanan Penguasaan Konten

   Menurut Prayitno (2013), layanan penguasaan konten merupakan layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan membantu individu menguasai kompetensi atau konten tertentu melalui kegiatan belajar sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Layanan ini membantu individu memperoleh pengetahuan, sikap, nilai, dan keterampilan yang diperlukan untuk menunjang perkembangan pribadi, sosial, belajar, maupun karier. Dalam penelitian ini, layanan penguasaan konten dapat diberikan dalam bentuk materi dan latihan yang berkaitan dengan pengembangan *self-esteem* dan perilaku asertif pada mahasiswa generasi Z. Materi yang diberikan dapat meliputi cara mengenali dan mengembangkan potensi diri, meningkatkan penghargaan terhadap diri sendiri, membangun rasa percaya diri, mengembangkan keterampilan

komunikasi asertif, mengungkapkan pikiran dan perasaan secara jujur dan santun, mempertahankan hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain, kemampuan mengatakan "tidak" terhadap ajakan yang bertentangan dengan nilai-nilai positif, serta keterampilan menyelesaikan konflik secara tepat. Pelaksanaan layanan dapat dilakukan melalui diskusi, simulasi, studi kasus, latihan komunikasi interpersonal, maupun *role playing*, sehingga mahasiswa tidak hanya memahami konsep *self-esteem* dan perilaku asertif, tetapi juga mampu mempraktikkannya dalam kehidupan akademik, sosial, maupun kehidupan sehari-hari.

2. Layanan Konseling Individual

   Layanan konseling individual merupakan layanan bimbingan dan konseling yang membantu individu mengentaskan berbagai permasalahan pribadi melalui hubungan tatap muka antara konselor dan konseli (Prayitno, 2013). Layanan ini dapat diberikan kepada mahasiswa yang mengalami *self-esteem* rendah, kurang percaya diri, kesulitan menerima dirinya, ataupun mengalami hambatan dalam menampilkan perilaku asertif, seperti takut mengemukakan pendapat, sulit mengatakan "tidak", atau merasa cemas ketika harus mempertahankan haknya. Melalui layanan konseling individual, konselor membantu mahasiswa memahami sumber permasalahan yang dialami, mengeksplorasi potensi diri, meningkatkan penghargaan terhadap diri sendiri, serta mengembangkan kemampuan berperilaku asertif dalam berbagai situasi. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah konseling *self*.

3. Layanan Bimbingan Kelompok

   Menurut Prayitno (2013), bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan bimbingan dan konseling yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu individu memperoleh berbagai informasi, pemahaman, serta pengalaman belajar melalui pembahasan suatu topik tertentu (Sukma, 2018). Dalam penelitian ini, layanan bimbingan kelompok dapat dilaksanakan dengan topik-topik tugas mengenai pengenalan potensi diri, membangun *self-esteem* yang positif, meningkatkan rasa percaya diri, mengembangkan kemampuan mengemukakan pendapat secara santun, keterampilan mengatakan "tidak" terhadap tekanan teman sebaya, kemampuan mempertahankan hak pribadi tanpa melanggar hak orang lain, keterampilan komunikasi interpersonal, penyelesaian konflik secara asertif, serta membangun hubungan sosial yang sehat di lingkungan kampus.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa *self-esteem* mahasiswa generasi Z di Kota Padang berada pada kategori tinggi, demikian pula perilaku asertif yang juga berada pada kategori tinggi. Hasil uji korelasi *Spearman's rho* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,034 dengan nilai signifikansi 0,444 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif bersifat positif, tetapi sangat lemah dan tidak signifikan. Dengan demikian, hipotesis penelitian ditolak, sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan perilaku asertif pada generasi Z di Kota Padang dari hasil penelitian dapat digunakan oleh guru BK dan konselor di perguruan tinggi dalam merancang dan memberikan layanan bimbingan dan konseling, baik di lingkungan kampus maupun di masyarakat, khususnya layanan yang berkaitan dengan pengembangan perilaku asertif, keterampilan komunikasi interpersonal, dan pengembangan potensi diri mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Abdullah, N. R., Asniar, K., & Rohmah, R. (2023). Kebahagiaan mahasiswa suku Bugis Makasar. *Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Humaniora, 2*(4).

Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2017). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships* (10th ed.). Oakland, CA: New Harbinger Publications.

Ampuno, S. (2020). Perilaku asertif generasi milenial dalam perspektif psikologi Islam. *JIVA: Journal of Behavior and Mental Health, 1*(1), 18–27.

Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2021). Emerging adulthood: A new stage of life. *The Lancet Child & Adolescent Health, 5*(8), 569–576.

Arroisi, J., & Badi', S. (2022). Konsep harga diri: Studi komparasi perspektif psikologi modern dan Islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 27*(1), 89–106.

Badan Pusat Statistik. (2025). *Statistik penduduk Indonesia 2025*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.

Bower, S. A., & Bower, G. H. (2004). *Asserting yourself: A practical guide for positive change*. Cambridge, MA: Da Capo Press.

Cawood, J. (1997). *The self-empowerment workbook: A life skills program for personal growth*. London: Routledge.

Chou Pratama, H. (2012). *Cyber Smart Parenting: Kiat Sukses Menghadapi dan Mengasuh Generasi Digital*. Jakarta: Visi Press.

Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco, CA: W. H. Freeman.

Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Belmont, CA: Brooks/Cole.

Desmita. (2012). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Dimock, M. (2019). *Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins*. Washington, DC: Pew Research Center.

Fensterheim, H., & Baer, J. (1980). *Don't say yes when you want to say no*. New York, NY: Dell Publishing.

Fuad, S. F. Z. (2021). *Perubahan perilaku komunikasi generasi milenial dan generasi Z di era digital (Studi fenomenologi di Kecamatan Kuranji Kota Padang)* (Disertasi doktor, Universitas Andalas).

Geeraert, N., Li, R., Ward, C., Gelfand, M., & Demes, K. A. (2019). A tight spot: How personality moderates the impact of social norms on sojourner adaptation. *Psychological Science, 30*(3), 333–342.

Hapsari, R., Agustina, S., Wijaya, R., & Romadona, M. R. (2024). Kurangnya keterampilan komunikasi generasi Z memasuki pasar kerja. *Jurnal Pekommas, 9*(1), 55–65.

Hariko, R. (2016). Ilmu bimbingan dan konseling, nilai dan kesejahteraan individu: Studi literatur. *Jurnal Konseling dan Pendidikan, 4*(2), 118–123.

Haura, A. T., & Ardi, Z. (2020). Student's self-esteem and cyber-bullying behavior in senior high school. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia, 4*(2), 89–94.

Hayati, E. N. (2024). Karakteristik belajar Generasi Z dan implikasinya terhadap desain pembelajaran. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, dan Pengelolaan Pendidikan, 4*(8).

Hikmah, M., Efendy, M., & Pratikto, H. (2023). Perilaku asertif pada generasi Z: Bagaimana peranan budaya kolektivisme? *SUKMA: Jurnal Penelitian Psikologi, 4*(2), 269–281.

Hikmawati, F. (2016). *Bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rajawali Pers.

Hurlock, E. B. (1999). *Developmental psychology: A life-span approach*. New York, NY: McGraw-Hill.

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-5). Jakarta: Erlangga.

Irianto, A. (2010). *Statistik: Konsep dasar dan aplikasinya*. Jakarta: Kencana.

Kristianto, C. D., & Sutanto, S. H. (2022). Peranan keterlibatan ayah terhadap self-esteem pada pria emerging adulthood. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 14*(1), 51–61.

Mandas, A. L., & Silfiyah, K. (2022). Social self-esteem dan fear of missing out pada generasi Z pengguna media sosial. *Jurnal Sinestesia, 12*(1), 19–27.

Nabilah, R., & Rosalina, E. (2019). Hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif pada masa remaja di SMA Negeri 5 Kota Jambi. *Jurnal Psikologi Jambi, 4*(2), 33–42.

Novalia, & Dayakisni, T. (2013). Perilaku asertif dan kecenderungan menjadi korban bullying. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 1*(1), 172–178.

Nurrahmah, N., Aisyah, F., Rahmawati, R., & Putri, D. (2021). Perilaku asertif mahasiswa dalam interaksi sosial. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, 6*(2), 123–130.

Prayitno, & Amti, E. (2013). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Pascal Books.

Putra, R. C., & Irawaty, E. (2024). Hubungan self-esteem dengan tingkatan stres pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2020–2022. *Tarumanagara Medical Journal, 6*(1), 126–134.

Putriani, L., Handayani, P. G., Kurnia, R., Putra, F. W., & Febriani, R. D. (2023). Sikap remaja Gen Z berlatar budaya Minangkabau terhadap perilaku seks bebas. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia, 9*(2), 1039–1047.

Rahmi, M. M., & Khairani, K. (2021). *Self-esteem of students raised by single mothers at MTsN 3 Agam*. *Jurnal Neo Konseling, 3*(2), 149–157.

Raslie, H. (2020). Gen Y and Gen Z communication style. *Studies of Applied Economics, 39*(1).

Rathus, S. A., & Nevid, J. S. (2016). *Adjustment and growth: The challenges of life* (13th ed.). Boston, MA: Pearson.

Reo, G., Soetjiningsih, C. H., & Wijono, S. (2024). Social support and self-esteem as predictors of psychological well-being of Generation Z students. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy, 6*(2).

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Salim, & Haidir. (2019). *Penelitian kuantitatif*. Jakarta: Kencana.

Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (17th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.

Sari, A. P., Wibowo, M. E., & Setyowati, R. (2018). Tingkat perilaku asertif pada mahasiswa bimbingan dan konseling Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, 7*(2), 120–128.

Seemiller, C., & Grace, M. (2016). *Generation Z goes to college*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Sharma, R., Gupta, S., & Singh, A. (2024). Understanding facilitators for assertiveness among college students in India: A qualitative study. *Current Psychology, 43*(21), 19423–19432.

Sitanggang, D. R., & Rivani, E. (2024). Self-esteem pada mahasiswa Generasi Z di Universitas Muhammadiyah Jakarta. *Jurnal Psikologi Pendidikan, 12*(1), 45–53.

Speed, B. C., Goldstein, B. L., & Goldfried, M. R. (2017). Assertiveness: A forgotten evidence-based treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice, 24*(1), 1–20.

Sriyanto, S., Abdulkarim, A., Zainul, A., & Maryani, E. (2014). Perilaku asertif dan kecenderungan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi, 41*(2), 123–134.

Sudrajat, A. (2012). *Pengembangan karakter dan perilaku remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2020). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2024). *Metode penelitian kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.

Syahputra, M. E., Syukur, Y., Wahid, A., Althafunnisa, S. N., Sihombing, S. C., & Mukhtahari, M. (2025). Assertive behavior of students based on the perspective of parenting, culture, and self-esteem: A systematic literature review. *Al-Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 8*(2), 247–259.

Triwidaryanty, T., Asrina, A., & Idris, I. (2025). Hubungan self-esteem dengan perilaku asertif pada siswa di SMA 10 Tana Toraja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, 11*(1), 1–10.

Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy—and completely unprepared for adulthood*. New York, NY: Simon & Schuster.

Wibowo, W., & Ayuningtyas, F. (2024). Generasi Z sebagai konsumen masa depan: Karakteristik, preferensi, dan tantangan baru. *Buana Komunikasi, 5*(2).

Winarsunu, T. (2020). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press.

Winarsunu, T. (2022). *Statistik untuk penelitian*. Malang: UMM Press.

Yusuf, A. M. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Kencana.

Yusuf, A. M. (2017). *Metodologi penelitian*. Jakarta: Kencana.