

Kebahagiaan Hubungan Suami Isteri Ditinjau dari Ketrampilan Komunikasi Asertif

Muslimah Zahro Romas

Fakultas Psikologi
Universitas Proklamasi 45
Yogyakarta

Abstract

Objective of this research is to explain the relationship between couple's marriage happiness and assertive communication skill. This assertive communication skill actually will direct people to communicate honestly without aggressively. This kind of social interaction will be occurred when those couples have matured emotional level. Matured emotional level will make people enjoy to each other, devoid of insulting, and becoming comfortable. Seventy four people participated in this research. Relationship of those two variables revealed that couple's assertive communication skill influenced their marriage happiness ($r_{xy} = .457$, $p = .0000$ or $p < .001$). This influence was about 20.9 percent.

Key words: marriage happiness, assertive communication skill.

Pendahuluan

Pernikahan merupakan panggilan hasrat naluri manusia untuk meneruskan keturunan, sehingga setiap individu memiliki keinginan untuk menikah. Menikah merupakan bagian dari tugas perkembangan manusia, yaitu pada masa dewasa dini (Hurlock, 1999). Tujuan pernikahan di samping untuk memperoleh keturunan juga untuk memperoleh kebahagiaan. Asumsi mengenai kebahagiaan dalam perkawinan bukanlah bersifat mutlak, tetapi cenderung bersifat relatif dan subjektif. Meskipun demikian kebahagiaan dalam pernikahan tetap memiliki tolok-ukur atau tetap dijadikan patokan dalam masyarakat sebagai tujuan dalam membina sebuah keluarga.

Pada kenyataannya kebahagiaan hubungan suami isteri adalah sangat subjektif. Pasangan lain memandang pasangan suami isteri itu mempunyai kebahagiaan hubungan, namun pasangan tersebut tidak merasa bahagia, begitupun sebaliknya. Pepatah Jawa mengatakan bahwa kebahagiaan yang dirasakan oleh pasangan atau orang lain adalah *wang si nawang*. Hal itu berarti

pasangan yang kurang bahagia mungkin saja dipersepsikan sebagai pasangan yang berbahagia oleh masyarakat.

Penelitian mengungkapkan bahwa orang yang berstatus menikah mengalami kebahagiaan daripada orang yang tidak menikah. Hasil penelitian yang dilakukan Anjariah (2005) menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara komunikasi dengan kebahagiaan perkawinan suami isteri. Hal itu berarti semakin lancar komunikasi dalam situasi perkawinan itu, maka semakin tinggi kebahagiaan dapat dirasakan oleh suami isteri.

Memiliki pasangan hidup dianggap banyak orang dapat memberikan kebahagiaan. Beberapa penelitian dapat mengungkapkan bahwa orang yang berstatus menikah secara rata-rata terlihat lebih bahagia dari orang yang tidak menikah. Terungkap juga orang akan merasa bahagia ketika mereka berada di dekat orang yang dikasihi. Orang-orang terkasih akan memberi rasa aman dan rasa percaya diri untuk melakukan berbagai kegiatan. Kedua hal ini merupakan modal penting untuk mendorong individu untuk melakukan prestasi yang terbaik. Menurut Stoop dan Stoop (2008) suasana aman yang diciptakan satu sama lain akan menaikkan tingkat kepercayaan setiap pihak.

Pada dasarnya kebahagiaan suami isteri akan tercapai jika ada kesediaan saling berkorban, saling menyesuaikan diri, saling merawat cinta kasih, perasaan menjadi satu, kedewasaan kepribadian dan kematangan emosional. Jadi hubungan suami isteri itu akan menjadi harmonis bila masing-masing pihak harus saling melengkapi (Pujiastuti, 2006). Menurut Walgito (2004) adanya sikap saling menghargai antara suami isteri akan membuat kebutuhan psikologis masing-masing pihak terpenuhi. Patt (dalam Anjariah, 2005) mengatakan bahwa pernikahan merupakan suatu proses integrasi (persatuan) dua insan yang berbeda. Proses itu menyangkut dua aspek yaitu psikis-emosional dan bio-fisikal kehidupan pernikahan, tanpa menghilangkan kepribadian masing-masing.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (1998), pengertian kebahagiaan adalah perasaan bahagia, kesenangan dan ketentraman hidup lahir batin, keberuntungan dan kemujuran. Selanjutnya pengertian hubungan adalah keadaan berhubungan, kontak, sangkut-paut, ikatan pertalian keluarga atau persahabatan. Selanjutnya pengertian suami adalah laki-laki yang menjadi pasangan hidup resmi seorang perempuan (isteri), dan isteri adalah perempuan yang menjadi pasangan hidup resmi seorang laki-laki (suami). Menurut Walgito (2004) kematangan

emosi dan pikiran dapat mempengaruhi kebahagiaan. Kematangan emosi dan pikiran saling berhubungan. Jika seseorang telah matang emosinya dan mampu mengendalikan emosinya, maka ia akan dapat berpikir secara matang, berpikir secara baik, dan berpikir secara objektif. Dalam kaitannya dengan perkawinan, pasangan itu akan mampu melihat permasalahan keluarga secara objektif.

Menurut Hurlock (1993), ada empat faktor yang mempengaruhi kebahagiaan perkawinan. Faktor pertama ialah penyesuaian diri dengan pasangan. Hubungan interpersonal memainkan peranan penting dalam perkawinan, karena hal itu akan mendorong pasangan itu untuk berhubungan dengan mesra, saling memberi dan menerima cinta, dan untuk menunjukkan kemampuan berkomunikasi. Faktor kedua yaitu penyesuaian seksual. Masalah ini merupakan masalah yang paling sulit dalam perkawinan dan salah satu penyebab ketidakbahagiaan perkawinan jika kesepakatan ini tidak dapat dicapai dengan memuaskan. Faktor ketiga yaitu penyesuaian keuangan. Kemampuan masing-masing pihak dalam mengelola keuangan keluarga erat hubungannya dengan keharmonisan keluarga. Faktor keempat yaitu penyesuaian dengan pihak keluarga pasangan. Dengan perkawinan, setiap orang secara otomatis akan berhubungan dengan keluarga pasangan. Hal ini penting terutama dalam budaya kolektif. Suami isteri harus mempelajari dan menyesuaikan diri dengan anggota keluarga pasangan agar hubungan tidak tegang dengan keluarga besar pasangan.

Empat faktor 'pelumas' yang memperlancar hubungan suami istri itu mempunyai pra-syarat yaitu faktor psikologi masing-masing pihak harus matang. Ada empat faktor psikologi yang erat hubungannya dengan keharmonisan hubungan perkawinan (Walgito, 2004). Faktor pertama, kematangan emosi dan pikiran. Kematangan emosi akan berpengaruh terhadap kelancaran seseorang dalam berpikir dan kemampuan melihat persoalan secara objektif. Kemampuan ini penting dalam berkeluarga, karena permasalahan dalam keluarga harus dilihat secara mendalam.

Faktor kedua dari faktor psikologi adalah sikap toleransi. Sikap toleransi berarti pasangan itu mempunyai sikap saling menerima kekurangan, kemudian saling menutupi kekurangan itu. Ketiga, kesediaan untuk saling menghormati, bertukar pendapat, memberi cinta kasih, memberi kepercayaan (*reciprocity*). Faktor psikologis ketiga ini akan membuat masing-masing pihak merasa diperhatikan. Selanjutnya, agar pasangan itu menjadi semakin harmonis, maka setiap pihak hendaknya mampu mengenali diri sendiri, selalu berpikiran positif, selalu mengasah

ketrampilan, berusaha membangun hubungan yang sehat, menjadikan etika dan nilai-nilai sebagai panduan hidup, serta berusaha membangkitkan kemampuan spriritualitas (Jamal, 2009).

Cara mengukur kebahagiaan perkawinan yaitu dengan melihat aspek-aspek kebahagiaan perkawinan tersebut (Stevens, 2007). Aspek-aspeknya ada enam yaitu a) adanya kebebasan pada masing-masing pihak untuk membuat keputusan dalam pengembangan minat dan pertumbuhan pribadi, b) adanya hubungan yang intim pada kedua belah pihak, c) kesediaan menyelesaikan konflik dengan asertif tanpa saling menyakiti, d) memunculkan sikap dan perilaku yang romantis pada pasangannya, e) adanya proses pengambilan keputusan yang seimbang pada masing-masing pihak, dan f) adanya kebebasan pengambilan peran terutama dalam hal hubungan seksual (misalnya suami ingin berperan pasif, sedang istri ingin berperan aktif).

Keluarga yang bahagia dan harmonis terwujud apabila pasangan suami isteri senantiasa berusaha membuka serta menjalin komunikasi yang efektif dengan pasangannya. Komunikasi suami isteri sangat penting dilakukan karena hal itu dapat mempertemukan satu dengan yang lainnya untuk menghindari salah paham. Salah satu gaya komunikasi efektif yang dapat digunakan untuk meningkatkan kebahagiaan hubungan suami isteri adalah dengan cara asertif. Hal ini karena pasangan suami isteri yang mempunyai keterampilan komunikasi asertif dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, keyakinan secara jujur, langsung dan terus-terang dengan landasan hak pribadinya sendiri tanpa menyakiti atau menyinggung hak pribadi pasangan.

Menurut Bishop (2007) komunikasi asertif adalah cara berkomunikasi tentang hak-hak dan perasaan yang dimiliki dan kebutuhan-kebutuhan yang diinginkan dengan cara baik. Ini adalah metode untuk setiap orang agar ia mengetahui kedudukannya, dan apa saja batas-batasnya. Penggunaan komunikasi asertif akan memperjelas komunikasi dan berpihak pada diri sendiri tanpa membuat hal-hal yang buruk atau mendapatkan hasil negatif dari orang lain. Kemampuan komunikasi asertif yang terlatih dapat meningkatkan jenis perilaku yang baik sehingga memungkinkan untuk mengubah pola perilaku berdasarkan pemahaman yang lebih positif dalam hidup.

Menurut Ubaydillah (2005) sikap asertif merupakan manifestasi dari kemampuan individu dalam memperhitungkan keberadaan pihak lain tanpa

harus merendahkan keberadaan dirinya. Memperhitungkan pihak lain berarti individu tidak menyetujui adanya pluralitas. Pemahaman tentang pluralitas inilah yang sebenarnya juga membuat diri sendiri menjadi lebih bermartabat, sehingga diri sendiri tidak perlu dimanfaatkan demi lancarnya arus komunikasi. Justru sikap asertif inilah yang akan mendorong terjadinya kompromi pada kedua belah pihak (Putra & Pratiwi, 2005). Hal ini juga terjadi pada pasangan suami istri, yang mana sikap yang asertif akan semakin memperlancar komunikasi interpersonal (Romas, 2007).

Apa saja manfaat sikap dan komunikasi yang asertif? Menurut Putra dan Pratiwi (2005) sikap dan cara berkomunikasi yang asertif bermanfaat untuk membuat individu sadar akan keberadaan dan perannya dalam lingkungan sosial. Manfaat kedua yaitu membuka peluang-peluang baru terutama untuk perkembangan pribadi individu. Manfaat ketiga yaitu menambah lingkup pergaulan, menambah teman baru, dan memudahkan kerjasama. Manfaat keempat yaitu membuat pihak-pihak yang diajak bersosialisasi menjadi merasa lebih dihargai, karena segala kepentingan dan kebutuhannya terakomodasi.

Bagaimana cara mengasah ketrampilan berkomunikasi secara asertif? Putra dan Pratiwi (2005) menyarankan bahwa individu yang ingin mendapatkan ketrampilan berkomunikasi secara asertif hendaknya mampu menganalisis keadaan, mengendalikan emosi, pandai memanfaatkan kesempatan, dan terus berlatih. Kemampuan menganalisis keadaan akan membantu individu mengambil keputusan yang tepat, sehingga kepentingan semua pihak yang terlibat (suami istri) tetap diperhatikan (Stevens, 2007). Dalam bersosialisasi tersebut, hendaknya individu mampu mengendalikan emosi, sehingga pola komunikasi yang ada tidak bersifat agresif. Selain itu kematangan emosi juga membuat individu mampu memberi respon secara empatik (Stevens, 2007). Ketrampilan berkomunikasi asertif ini sangat dibutuhkan terutama pada saat individu menghadapi konflik. Pada saat konflik ini adalah kesempatan emas bagi individu untuk menampilkan komunikasi asertif. Pada hakekatnya, bila individu terus berlatih ketrampilan komunikasi secara asertif ini maka dalam segala kesempatan ia akan mampu membina hubungan sosial yang lebih harmonis termasuk kehidupan perkawinan.

Bagaimana cara mengukur kemampuan berkomunikasi yang asertif? Pengukuran kemampuan berkomunikasi secara asertif dilakukan dengan cara menjelaskan kemampuan tersebut ke dalam aspek-aspeknya. Aspek komunikasi asertif ada tiga (Putra & Pratiwi, 2005) yaitu 1) kemampuan mengungkapkan

perasaan, 2) kemampuan mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka, dan 3) kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi tanpa ada rasa permusuhan. Kemampuan mewujudkan perasaannya yang sesungguhnya tanpa perlu takut terhadap akibatnya, merupakan ciri khas ketrampilan berkomunikasi secara asertif (Rathus, 1986). Dalam berkomunikasi secara asertif ini individu akan mampu menolak permintaan-permintaan pihak lain yang tidak masuk akal. Individu kemudian akan mengetahui kedudukannya serta batas-batas perilaku yang pantas untuk ditampilkan (Bishop, 2007). Individu juga akan mampu mengemukakan suatu topik pembicaraan secara langsung (tidak berputar-putar), serta bertujuan untuk keuntungan bersama.

Bagaimana hubungan antara kebahagiaan perkawinan dengan ketrampilan berkomunikasi yang asertif? Suami isteri yang memiliki keterampilan asertif akan mampu mengatasi kesenjangan dalam komunikasi. Hal ini karena kedua belah pihak dapat berterus terang untuk menyatakan emosi dan spontan dalam mengekspresikan diri. Mereka berdua menjadi tidak berbelit-belit dalam berkomunikasi, tidak saling menyakitkan, saling terbuka, saling mengerti dan saling mengisi. Hal ini akan menghindarkan mereka dari kesalahpahaman sehingga akan tercipta keluarga yang harmonis. Menurut Walgito (2004) kebahagiaan dalam keluarga terjadi jika tidak ada guncangan atau pertengkaran. Selanjutnya Walgito (2004) juga mengatakan bahwa tujuan dari perkawinan adalah membentuk keluarga yang bahagia dan kekal. Berdasarkan hal itu maka suami isteri perlu saling membantu dan melengkapi, agar masing-masing dapat mengembangkan kepribadiannya membantu dan mencapai kesejahteraan spiritual dan materil.

Kebahagiaan perkawinan tersebut sangat dipengaruhi oleh pemahaman masing-masing pihak akan pasangannya. Pemahaman itu dapat diperoleh dari lancarnya komunikasi atau komunikasi yang asertif. Berdasarkan ketrampilan berkomunikasi secara asertif ini maka suami isteri dapat menyatakan gagasan positif dan negatif secara terbuka, jujur, langsung tanpa menyakiti atau menyinggung hak pasangannya. Komunikasi asertif ini diartikan sebagai ketegasan dan keberanian individu dalam menyatakan pendapat sekaligus tetap menghormati dan peka terhadap kebutuhan orang lain (Putra & Pratiwi, 2005).

Kemampuan komunikasi asertif yang terlatih dengan sungguh-sungguh dapat meningkatkan jenis perilaku yang tepat sehingga memungkinkan suami isteri untuk menukar pola perilaku untuk suatu pendekatan yang lebih positif dalam hidup. Menurut Walgito (2004), hubungan suami isteri terjalin dengan

baik jika di dalam kehidupan rumah tangga terdapat sikap saling mengerti akan kebutuhan masing-masing pihak baik bersifat psikologi, fisiologi maupun sosial. Dengan demikian, masing-masing pihak akan dapat menentukan tindakan yang lebih tepat sehingga juga akan lebih arif dan bijaksana dalam menciptakan "rumahku, surgaku".

Adanya keterampilan komunikasi yang asertif, telah membuat suami atau isteri mempunyai kemampuan untuk berterus terang menyatakan pendapat dan perasaan. Komunikasi asertif ini akan membuat masing-masing pihak menyetujui atau menolak permintaan tanpa rasa tertekan atau merendahkan pihak lain. Situasi hubungan sosial semacam ini akan membuat hubungan sosial antara keduanya akan menjadi lebih seimbang dan lebih sejahtera (Basri, 2004; Walgito, 2004). Selain itu hubungan sosial yang seimbang itu akan menumbuhkan rasa tanggung jawab pada masing-masing pihak, sehingga hubungan suami isteri tersebut semakin kuat (Basri, 2004).

Selanjutnya, komunikasi asertif yang terjadi pada hubungan perkawinan tersebut akan menyebabkan konflik antar pasangan menjadi berkurang dan masing-masing pihak merasa tidak tertekan dalam mengemukakan pendapatnya. Situasi sosial semacam ini membuat pasangan menjadi bahagia. Menurut Hendranatta (tth), kebahagiaan itu mempunyai energi positif yang dapat menyebar kemana-mana. Oleh karena itu tidak mengherankan bila ada pasangan yang berbahagia, maka mereka juga akan berusaha membahagiakan lingkungan sosialnya (misalnya lingkungan keluarga inti dan keluarga besar, tetangga, sekolah, serta masyarakat).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut "Ada hubungan positif antara keterampilan asertif dengan kebahagiaan hubungan suami isteri. Semakin tinggi keterampilan asertif maka semakin tinggi kebahagiaan hubungan suami isteri, sebaliknya semakin rendah keterampilan asertif maka semakin rendah kebahagiaan hubungan suami isteri.

Metode

Variabel dalam penelitian ini ada dua yaitu keterampilan asertif sebagai variabel bebas, dan tingkat kebahagiaan hubungan pada suami isteri sebagai variabel tergantung. Kebahagiaan hubungan adalah perasaan bahagia yang menyangkut emosi dan pikiran untuk berhubungan dengan pasangannya.

Ketrampilan asertif dalam penelitian ini berarti kecakapan seseorang untuk mengungkapkan gagasan positif atau negatif secara jujur, terbuka, langsung, dan tidak menyakiti orang yang diajak berkomunikasi.

Cara pengukuran tingkat kebahagiaan perkawinan yaitu dengan menggunakan Skala Kebahagiaan Perkawinan dari Stevens (2007). Aspek-aspek skala adalah a) adanya kebebasan pada masing-masing pihak untuk membuat keputusan dalam pengembangan minat dan pertumbuhan pribadi, b) adanya hubungan yang intim pada kedua belah pihak, c) kesediaan menyelesaikan konflik dengan asertif tanpa saling menyakiti, d) memunculkan sikap dan perilaku yang romantis pada pasangannya, e) adanya proses pengambilan keputusan yang seimbang pada masing-masing pihak, dan f) adanya kebebasan pengambilan peran terutama dalam hal hubungan seksual (misalnya suami ingin berperan pasif, sedang istri ingin berperan aktif).

Skala Kebahagiaan Perkawinan ini semula terdiri dari 36 butir. Penyusunan butir adalah dengan cara memberikan pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*, agar jawaban responden tidak terdorong untuk memberi jawaban yang stereotip. Pada uji coba skala, butir yang dianggap sah berjumlah 31 butir, dengan rit antara 0,227 sampai 0,743. Koefisien Cronbach Alpha adalah 0,903.

Cara pengukuran ketrampilan berkomunikasi secara asertif adalah dengan menggunakan Skala Ketrampilan Asertif (Putra & Pratiwi, 2005). Aspek-aspek skala tersebut adalah 1) kemampuan mengungkapkan perasaan, 2) kemampuan mengungkapkan keyakinan dan pemikiran secara terbuka, dan 3) kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi tanpa ada rasa permusuhan. Skala Ketrampilan Asertif ini semula terdiri dari 36 butir pernyataan. Penyusunan butir adalah dengan cara memberikan pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable*. Pada uji coba skala, butir yang dianggap sah berjumlah 28 butir, dengan rit antara 0,2989 sampai 0,6997. Koefisien Cronbach Alpha adalah 0,9042.

Subjek penelitian adalah 74 orang. Mereka adalah suami dan isteri yang bertempat tinggal di Karangwaru, kelurahan Karangwaru, Kecamatan Tegalrejo, Yogyakarta. Mereka berstatus menikah, lama menikah paling tidak dua tahun. Teknik pengambilan sampel adalah *incidental sampling*. Teknik ini mengijinkan orang-orang yang kebetulan dijumpai peneliti untuk menjadi responden penelitian.

Hasil

Hasil analisis korelasi menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara keterampilan asertif dengan kebahagiaan hubungan suami isteri ($r_{xy} = 0,457$, $p = 0,000$ atau $p < 0,01$). Hal ini berarti bahwa semakin bagus ketrampilan berkomunikasi secara asertif, maka semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan perkawinannya.

Seberapa kuat pengaruh variabel bebas terhadap variabel tergantung? Kekuatan pengaruh tersebut adalah sekitar 20.9%. Hal ini menunjukkan bahwa 79.1% kebahagiaan perkawinan dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel ketrampilan berkomunikasi asertif. Kekuatan pengaruh sebesar 20.9% ini cukup tinggi, mengingat analisis penelitian ini adalah bivariat. Selain itu, hasil penelitian ini mengingatkan bahwa kebahagiaan perkawinan merupakan fenomena multidimensi, yang berarti variabel yang mempengaruhinya tentu sangat banyak. Pengaruh-pengaruh itu mungkin saja datang dari masyarakat, atau dari pasangan itu sendiri.

Diskusi

Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterampilan asertif maka semakin tinggi kebahagiaan hubungan suami isteri. Jadi hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Hal ini didukung oleh pendapat Ubaydillah (2005) bahwa penguasaan keterampilan komunikasi asertif telah membuat pasangan berusaha untuk mengubah diri menjadi lebih baik terutama dalam hal sikap, tindakan dan pengelolaan perasaan. Menurut Bishop (2007), penggunaan komunikasi asertif akan membuat hubungan sosial menjadi lebih baik. Komunikasi asertif juga membuat hubungan antar individu menjadi lebih seimbang, potensi terjadinya konflik berkurang, dan mengurangi depresi.

Berdasarkan ketrampilan berkomunikasi secara asertif, maka potensi-potensi konflik yang bersumber dari proses penyesuaian individu dengan pasangan, penyesuaian seksual, penyesuaian keuangan, dan penyesuaian dengan pihak keluarga pasangan akan berkurang (Hurlock, 1999). Adanya komunikasi asertif akan memperkuat faktor psikologis masing-masing pihak sehingga suami isteri menjadi mampu untuk saling bertoleransi, saling percaya, dan saling menerima keberadaan masing-masing pihak (Walgito, 2004). Adanya kemampuan berkomunikasi secara asertif akan membuat masing-masing pihak

saling menghormati karena prinsip kejujuran dikemukakan (Cascio, 1998), kepentingan masing-masing pihak terakomodasi (Putra & Pratiwi, 2005).

Daftar Pustaka

- Anjariah, S. (2004). Kebahagiaan perkawinan ditinjau dari faktor komunikasi pada pasangan suami isteri. *Jurnal Psikologi*. 1(1), 13-18. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45.
- Basri, H. (2004). *Merawat cinta kasih*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bishop, S. (2007). *Develop your assertiveness*. London: Kogan Page
- Cascio, W.F. (1998). *Applied psychology in human resources management*. New Jersey: Prentice Hall
- Hendranatta, L. (tth). *Kebahagiaan Itu dibuat bukan dicari*. Retrieved on November 30, 2006 from: [www_enlightenment_multiply_com](http://www.enlightenment_multiply_com)
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. (Penerjemah: A. Michael). Jakarta: Erlangga.
- Jamal, A. (2009). *Jangan tunda untuk bahagia*. (Penterjemah D. S. Puspita & D. S. Riyadi). Jakarta: Zaman.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (1998). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Pujihastuti, A. (2006). *Karena isteri ingin dimengerti*. Sukoharjo: Samudera
- Putra, I. S. & Pratiwi, A. (2005). *Sukses dengan soft skills*. Bandung: Direktorat Pendidikan Institut Teknologi Bandung.
- Rathus. S. A. (1986). *Essentials of psychology*. New York: Holt, Rinehart and Winston Publishing Co.
- Romas, M. Z. (2007). Kaitan antara asertif dengan komunikasi interpersonal pasutri. *Jurnal Ilmiah Proklamasi*. 11 (2), 45-57. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Proklamasi 45.
- Stevens, T.G. (2007). *Harmonious assertive communication: Methods to create understanding and intimacy*. Retrieved on February 23, 2007 from: <http://www.csulb.edu/~tstevens/c14-lisn.htm>
- Stoop, D. & Stoop, J. (2008). *A to z pranikah*. (Terjemahan: Tessa, Leony Melina & Natalia). Yogyakarta: Andi.
- Ubaydillah. A. N. (2005). *Mengatasi gap komunikasi*. Retrieved on January 20, 2007 from: <http://www.e-psikologi.com/artikel/organisasi-industri/mengatasi-gap-komunikasi>
- Walgito. B. (2004). *Bimbingan dan konseling perkawinan*. Yogyakarta: Andi