

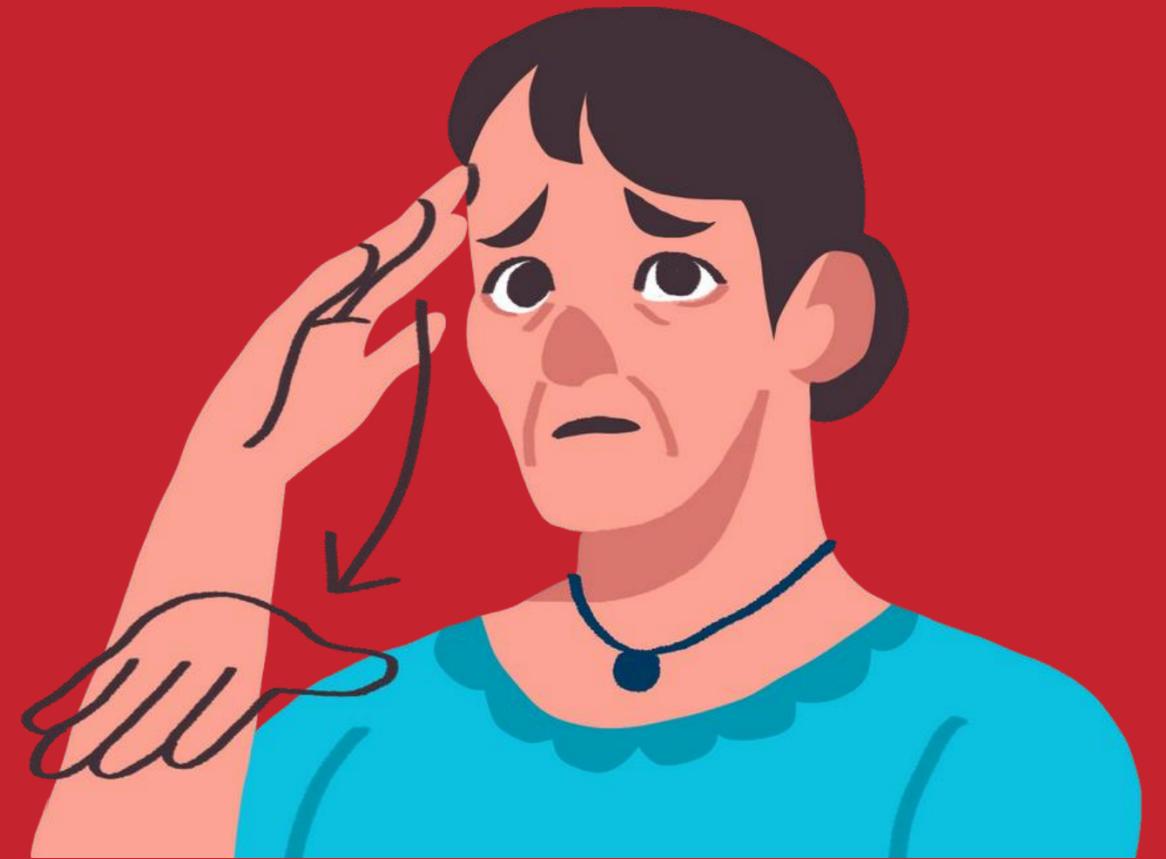


**Konsep dan Prinsip Kebutuhan Berkomunikasi dengan Orang Lain untuk Mengungkapkan Perasaan Emosi, Kebutuhan, Ketakutan, atau Pendapat**

Barkah Wulandari, S.Kep.,Ns.,M.Kep

# KOMUNIKASI ASERTIF

kemampuan dalam menyampaikan pikiran dan perasaan secara terbuka, tegas, dan lugas tanpa merugikan hak orang lain



Hellriegel dan Slocum (2009) menyatakan bahwa komunikasi asertif adalah kemampuan seseorang dalam mengungkapkan dengan penuh kepercayaan apa yang dirasakan, dipikirkan dan diyakini, dan pada saat yang sama orang tersebut menghormati hak orang lain yang memiliki sudut pandang berbeda.

# CONTOH KOMUNIKASI

## ASERTIF

- "Saya merasa tidak nyaman dengan cara Anda berbicara kepada saya.": (Menegaskan perasaan tanpa menyerang)
- "Saya membutuhkan bantuan dengan tugas ini.": (Menegaskan kebutuhan tanpa merasa malu)
- "Saya tidak setuju dengan pendapat Anda, tetapi saya menghargai pendapat Anda.": (Menegaskan perbedaan pendapat dengan tetap menghargai)

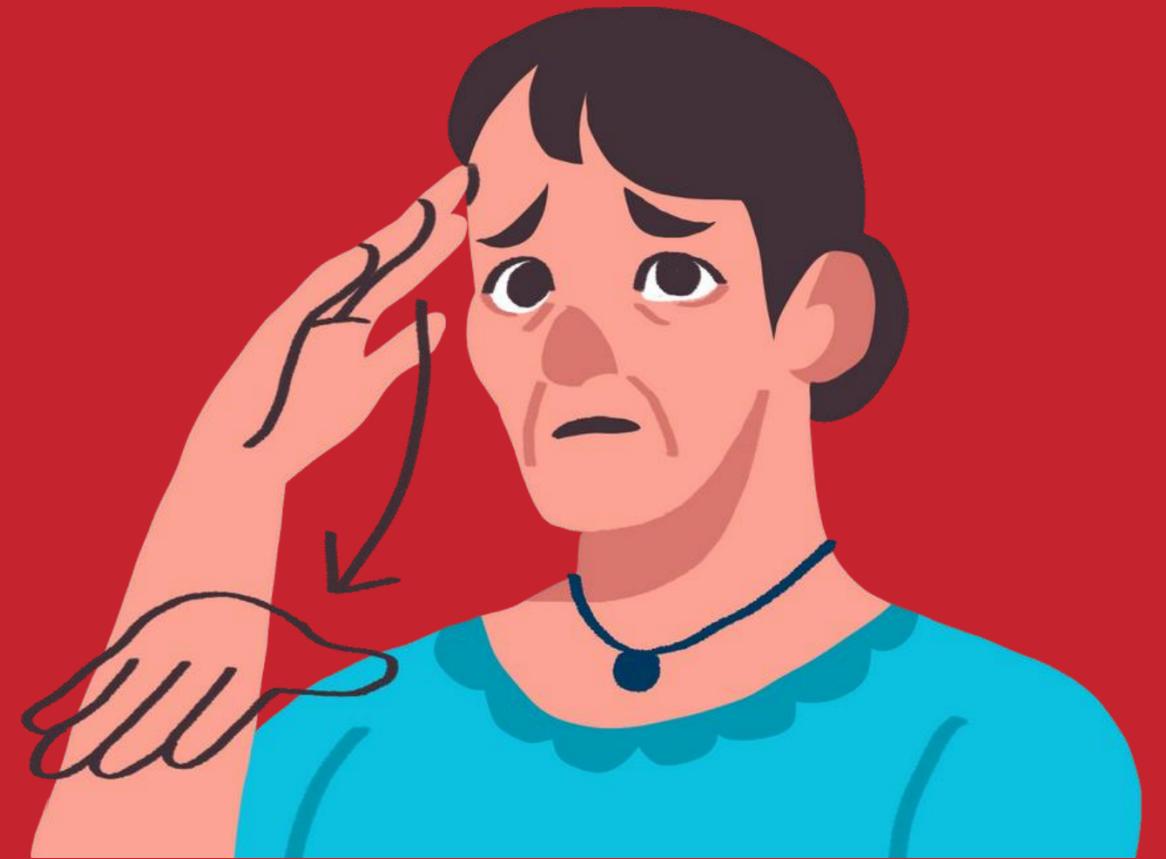


# KOMUNIKASI NON

---

## ASERTIF

Memperbolehkan orang lain untuk melanggar hak diri sendiri. Kurang menghargai pilihan sendiri. Orang lain dengan mudah mengabaikan pemikiran, perasaan dan keyakinan diri sendiri



# KOMUNIKASI AGRESIF

---



Memiliki ciri-ciri mengekspresikan diri dengan cara mengintimidasi, menghina, atau merendahkan orang lain serta menggunakan cara yang tidak baik untuk meraih keinginan.

# DISKUSI KASUS

