

## **Pelatihan Komunikasi Asertivitas Seksual Pada Remaja di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara**

Suci Rahma Nio<sup>1</sup>, Devi Rusli<sup>2</sup>, Anugrah Dwi Wibawa<sup>3</sup>, Najwa Maharani Zahra<sup>4</sup>,  
Sabrina Azzahra<sup>5</sup>, Hesti Destri Utami<sup>6</sup>, Ahmad Abrar<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup> Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

Email : <sup>1</sup>[sucirahmanio@fip.unp.ac.id](mailto:sucirahmanio@fip.unp.ac.id), <sup>3</sup>[anugrahdwiwibawa@gmail.com](mailto:anugrahdwiwibawa@gmail.com)

### **Abstract**

*Many cases of pregnancy out of wedlock and resulting in widespread early marriages indicate that the ability of children or adolescents to communicate assertively is still weak. Adolescence is a transition period not only psychologically, but also physically. This transition from child to adult includes all aspects of development experienced in preparation for entering adulthood. Assertive communication produces direct behavior that is polite and goal-oriented, a person's feelings or desires. The training in this research aims to increase the insight of students at SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara, to be better prepared to face invitations that lead to promiscuous sexual behavior by communicating assertively. The participants in this research were 50 students. The implementation is to conduct counseling first, then continue with training on how to communicate assertively. The results obtained from this training were some students were able to practice correctly, but others were not able to practice the instructions given.*

*Keywords: Training, Assertive Communication, Free Sex behavior*

### **Abstrak**

Banyaknya kasus hamil di luar nikah yang mengakibatkan pernikahan di bawah umur yang terjadi menunjukkan bahwa betapa lemahnya kemampuan anak atau remaja untuk berkomunikasi secara asertif. Masa remaja merupakan periode peralihan yang bukan hanya dalam arti psikologis saja, tetapi juga dari fisiknya. Peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa ini, melewati setiap aspek perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki usia dewasa. Komunikasi asertif menghasilkan perilaku langsung yang bersifat sopan, dan berorientasi pada tujuan, perasaan atau keinginan seseorang. Pelatihan dalam penelitian ini dilakukan untuk menambah wawasan siswa di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agama agar lebih siap menghadapi ajakan-ajakan yang mengarah kepada perilaku seks bebas, dengan cara berkomunikasi secara asertif. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 50 orang siswa. Pelaksanaannya yaitu melakukan penyuluhan (ceramah) terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan pelatihan cara berkomunikasi yang asertif. Hasil yang didapatkan dari pelatihan ini adalah sebagian siswa dapat melakukan prakteknya dengan benar, tetapi sebagian lainnya belum mampu melakukan praktek dari instruksi yang diberikan.

Kata Kunci: Pelatihan, Komunikasi Asertif, Tindakan Seks Bebas

## **1. Pendahuluan**

Berdasarkan data Komisi Nasional (Komnas) perempuan (dalam *DKTV UINIB Padang*, 2023), pada tahun 2021 jumlah anak atau dispensasi menikah dini mencapai 59.709. Dari jumlah tersebut, sebanyak 84% kasus di antaranya disebabkan hamil sebelum menikah atau kehamilan yang tidak diinginkan. Selain itu, Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, dan Pengendalian Penduduk (DP3AP2) juga menjelaskan bahwa kasus pernikahan dini hanya untuk wilayah Yogyakarta saja mencapai 632 kasus pada tahun 2022. Begitu pula data dari WHO (dalam Diana et al 2020) yang menunjukkan angka terjadinya tindakan seks bebas di seluruh dunia yaitu sebesar 43%, bahkan hanya di Amerika Serikat saja sekitar 500.000 remaja hamil dan 70% diantaranya belum menikah.

Perkara yang ramai terjadi menunjukkan bahwa betapa lemahnya kemampuan remaja (siswa) dalam berkomunikasi secara asertif, terutama pada kasus-kasus hamil di luar nikah dan pelecehan seksual yang menyalahi norma di masyarakat. Menurut Hurlock (2007) remaja sering mengalami ketidakstabilan emosi saat menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupannya, sehingga mudah dipengaruhi oleh lingkungan seperti keluarga, teman, atau bahkan paparan media pornografi (dalam Widayani et al., 2022). Meningkatkan kemampuan berkomunikasi secara asertif dibutuhkan untuk mencegah terjadinya kasus-kasus tidak senonoh, seperti pelecehan seksual dan perilaku seks bebas (Nurendah et al., 2023). Dinamika asertif ini diperkenalkan oleh para ahli dalam pelaksanaan terapi perilaku, komunikasi asertif dipercaya dapat menghambat rasa cemas dan mengurangi depresi. Perilaku asertif menghasilkan perilaku tegas yang positif, sopan, dan berorientasi pada tujuan, serta memaksimalkan efisiensi interaksi sosial. Fontana (dalam Nurendah et al., 2023) juga menjelaskan bahwa komunikasi asertif dapat memfasilitasi interaksi interpersonal, menyadari, serta merespon ekspresi dari perasaan individu itu

sendiri maupun orang lain. Misanya dengan komunikasi asertif yang baik, seorang anak dapat mendiskusikan cita-cita atau tujuan hidupnya kepada orang tuanya. Kesulitan yang sering terjadi yaitu dalam mengkomunikasikan perasaan negatif yang timbul dari perilaku orang lain. Hal ini diperkirakan karena rendahnya pengetahuan mereka tentang bahayanya jika tidak melakukan komunikasi secara asertif. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk melatih kemampuan berkomunikasi asertif dalam menghadapi perilaku seks bebas dan pelecehan seksual.

Sebelumnya pada tahun 2022, telah dilakukan program PKM yang berjudul Pengembangan Skill Mengajar dengan Pelatihan Peningkatan Literasi dan Keterampilan Presentasi Bagi Guru SMA 5 Kota Pariaman. Kegiatan tersebut fokus mengajarkan keterampilan literasi kepada guru terhadap bahan ajar atau bidang studi dan pengembangan kompetensi presentasi materi di era digital (Rusli D et al., 2022). Kegiatan PKM tahun ini bertujuan untuk mengajarkan atau melatih siswa (remaja) berkomunikasi yang asertif untuk menghindari ajakan seks yang menyimpang.

## **2. Metode**

Pendekatan yang digunakan dalam tercapainya penelitian ini adalah dengan melakukan penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan komunikasi asertif mengenai pencegahan terjadinya seks bebas ini dilakukan dengan metode presentasi (30%), *ice breaking* (15%), tanya-jawab (15%), dan pelatihan (40%). Kegiatan penyuluhan ini bertujuan memberikan pengetahuan tentang konsekuensi dari perilaku seks di usia dini. Setelah itu peserta mendapatkan pelatihan tentang cara berkomunikasi asertif yang berguna dalam mencegah terjadinya perilaku seks bebas dan ajakan-ajakan yang menyimpang lainnya. Berikut ini adalah rangkaian kegiatan yang dilakukan pada saat pelaksanaan Pengabdian Masyarakat.

Bentuk partisipasi sekolah atau mitra dalam kegiatan ini adalah sekolah memfasilitasi tim peneliti dalam proses asesmen (observasi) untuk melakukan

kegiatan. Sekolah membantu tim mensosialisasikan kegiatan kepada siswa agar berpartisipasi mengikuti kegiatan. Sekolah juga memfasilitasi proses pelatihan dengan menyiapkan ruangan untuk acara pertemuan seperti meja, kursi, papan tulis, spidol, *infocus* dan *soundsystem*. Peserta pelatihan berjumlah sekitar 50 orang yang berasal dari kelas XI dan XII.

Adapun bentuk evaluasi pelaksanaan program adalah tim peneliti menyebarkan alat tulis untuk meminta siswa menulis pendapatnya terkait program yang telah dilakukan. Angket ini dapat digunakan untuk melihat efektivitas kegiatan dan masukan-masukan yang menjadi perbaikan bagi tim peneliti kedepannya. Bentuk keberlanjutan program di lapangan setelah kegiatan pengabdian adalah tim peneliti akan memberdayakan mahasiswa untuk melakukan pelatihan serupa supaya remaja dapat berkomunikasi dengan asertif dan terhindar dari perilaku seks bebas.

### **3. Hasil dan Pembahasan**

Secara keseluruhan sebagai solusi dari permasalahan yang ada, maka tim peneliti mengajukan usulan serangkaian kegiatan penyuluhan, pendampingan kelompok dan pelatihan. Kemudian didapatkanlah hasil yakni siswa telah mengetahui apa bahaya dari perbuatan seks bebas dan bagaimana cara mencegahnya. Saat ditanyakan pendapat mereka tentang program ini, rata-rata menjawab sangat berguna dan senang dapat belajar komunikasi asertif ini terutama dalam menghadapi perilaku seks bebas. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nurendah et al (2023) yang dilakukan kepada guru-guru SD se-wilayah Kabupaten Kuningan, dan ditemukan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan secara signifikan dan dapat mempraktekkannya dengan baik setelah dilakukannya penyuluhan.

Namun dalam prakteknya, sebagian besar siswa belum mampu melakukan komunikasi asertif yang baik dan benar. Ada beberapa siswa yang hanya ikut-ikutan jawaban dari temannya, dan ada juga siswa yang tidak mampu mengutarakan pendapatnya tentang suatu topik. Saat ditanyakan

pendapat mereka tentang program ini, rata-rata menjawab sangat berguna untuk menghindari masalah yang serius terutama dalam menghadapi perilaku seks bebas. Berikut adalah dokumentasi dari kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan.



*Gambar 1. Penyuluhan dan Penyampaian Materi*



*Gambar 2. Pelatihan dan pendampingan kelompok*

#### **4. Kesimpulan**

Berdasarkan dari kegiatan pelatihan komunikasi asertivitas seksual guna mencegah terjadinya tindakan seks bebas pada siswa SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, maka kesimpulan yang didapatkan adalah siswa semakin memahami pentingnya kemampuan komunikasi yang asertif dalam kehidupan sehari-hari terutama untuk mencegah terjadinya seks bebas. Sebagian siswa telah dapat mempraktekkan cara berkomunikasi asertif yang benar, serta diharapkan sebagian siswa lainnya juga dapat melatih dirinya sendiri supaya terhindar dari permasalahan yang tidak diinginkan.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan penghargaan setinggi-tingginya dan ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Negeri Padang, yang telah membiayai penelitian ini. Peneliti juga mengapresiasi sebesar-besarnya kepada siswa yang telah ikut serta dalam pelatihan ini.

### Daftar Pustaka

- Diana, A., Iqmy, L. O., & Evayanti, Y. (2020). Penyuluhan Tentang Bahaya Seks Bebas Mempengaruhi Pengetahuan Remaja. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(1), 99–103. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i1.1732>
- DKTV UINIB Padang. (2023). <https://dktv.uinib.ac.id/>.
- Nurendah, G., Fauziyya, E., Maslihah, S., Chotidjah, S., Musthofa, M. A., & Lestari, S. (2023). Pelatihan Komunikasi Asertif (TOT Bagi Guru SD di Kabupaten Kuningan) Sebagai Upaya Pencegahan Kekerasan Seksual pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5, 13–17. <https://doi.org/10.30999/jpkm.v13i3.2922>
- Rusli D, Rindang Ayu, Elsa Rahmayanti, & Nikmah Hayati. (2022). Pengembangan Skill Mengajar Dengan Pelatihan Peningkatan Literasi dan Keterampilan Presentasi Bagi Guru SMA 5 Pariaman. *PUSAKO : Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1(2), 38–45. <https://doi.org/10.24036/pusako.v1i2.20>
- Widyani, D. A., Hanoum, M., & Iva Prestiana, N. D. (2022). Pelatihan Komunikasi Asertif Untuk Mencegah Perilaku Dan Kekerasan Seksual Pada Remaja. *An-Nizam*, 1(2), 134–144. <https://doi.org/10.33558/an-nizam.v1i2.3714>