

Promosi Kesehatan untuk Meningkatkan Perilaku Asertif sebagai Upaya Mengurangi Kecenderungan Kenakalan Remaja

Risma Aliviani Putri¹, Wahyu Kristiningrum², Ika Nilawati³
^{1,2,3} Universitas Ngudi Waluyo
¹putriendera@gmail.com

ABSTRAK

Masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak menuju kemasa dewasa disebut masa remaja. Pada masa ini terjadi berbagai perubahan baik fisik maupun psikologis yang memerlukan penyesuaian mental, sikap dan minat yang baru yang dapat berdampak positif dan negatif terutama pada kenakalan remaja. Pencegahan perilaku kenakalan remaja seharusnya dapat ditekan dan diminimalisir dengan berbagai upaya yang dilakukan baik oleh keluarga, sekolah maupun lingkungan disekitarnya. Perilaku asertif merupakan salah satu perilaku remaja yang berisikan kemampuan mengekspresikan diri tanpa menyakiti orang lain. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan di MAN 2 Jepara dengan metode pelaksanaan pemberian promosi kesehatan tentang kenakalan remaja dan perilaku asertif. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner Karakteristik remaja berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan 71,8% dan laki-laki 28,13 %. Pengetahuan tentang kenakalan remaja dan perilaku asertif sebelum diberi promosi kesehatan yaitu sebagian besar berpengetahuan cukup (50,0%) dan setelah diberikan promosi kesehatan sebagian besar menanggapi peningkatan menjadi berpengetahuan baik (59,38%). Perilaku Asertif merupakan salah satu upaya preventif/pencegahan kenakalan remaja

Kata Kunci : Promosi Kesehatan, Perilaku Asertif, Remaja

ABSTRACT

The period of transition or transition from childhood to adulthood is called adolescence. During this time there are various changes both physical and psychological that require new mental adjustments, attitudes and interests that can have a positive and negative impact, especially on juvenile delinquency. Prevention of juvenile delinquency behavior should be suppressed and minimized by various efforts made both by the family, school and the surrounding environment. Assertive behavior is one of the behaviors of adolescents that contains the ability to express themselves without hurting others. The implementation of activities is carried out at MAN 2 Jepara with the method of implementing health promotion on juvenile delinquency and assertive behavior. Data collection instruments in the form of questionnaires Adolescent characteristics by gender are mostly women 71.8% and males 28.13%. Knowledge of adolescent delinquency and assertive behavior before being given health promotion was mostly knowledgeable enough (50.0%) and after being given health promotion largely prevented the improvement of being knowledgeable (59.38%). Assertive behavior is one of the preventive efforts / prevention of juvenile delinquency

Keyword : Health Promotion, Assertive Behavior, Adolescent

1. PENDAHULUAN

Masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak menuju kemasa dewasa disebut masa remaja. (Hurlock,2011). Pada masa ini terjadi berbagai perubahan baik fisik maupun psikologis yang memerlukan penyesuaian mental, sikap dan minat yang baru. Perkembangan hubungan sosial remaja berawal dari lingkungan rumah kemudian berkembang ke lingkungan sekolah dan teman sebaya. Masa ini terjadi perubahan perilaku sebagai efek dari perkembangan hubungan sosial (Ali, M.2010).

Penyesuaian yang tidak berhasil dapat menimbulkan kenakalan remaja yang berdampak pada masa depan remaja. Semua perilaku yang menyimpang dari norma-norma hukum pidana yang dilakukan oleh remaja seperti berkelahi, mencuri, penyalahgunaan narkoba hingga seks bebas termasuk kenakalan remaja. Terjadinya kenakalan remaja seperti penyimpangan perilaku seksual terjadi karena minimnya pengetahuan dan bimbingan tentang kesehatan reproduksi remaja. Pendidikan kesehatan reproduksi menjadi sebuah sarana yang tepat sebagai upaya promotif dan preventif dalam peningkatan pengetahuan dan sikap terhadap pembentukan moral remaja Maolinda, (N, Aat Sriati., Ida Maryati. 2012).

Terjadinya Kenakalan remaja sebagai dampak pergeseran budaya dan sikap sudah mulai terasa dikehidupan sehari-hari. Hal ini dapat tercermin pada masyarakat yang mulai meninggalkan adat dan budaya yang mencerminkan kesetiakawanan dan gotong royong. Faktor-faktor yang mempengaruhi

kenakalan remaja ini salah satunya disebabkan karena perkembangan teknologi dan Informasi (Vive, V. 2014).

Pencegahan perilaku kenakalan remaja seharusnya dapat ditekan dan diminimalisir dengan berbagai upaya yang dilakukan baik oleh keluarga, sekolah maupun lingkungan disekitarnya. Perilaku asertif merupakan salah satu perilaku remaja yang berisikan kemampuan mengekspresikan diri tanpa menyakiti atau menginjak orang lain. Adanya Perilaku asertif ini ditujukan sebagai salah satu upaya untuk mencegah kenakalan remaja dengan memulai kegiatan dari kejujuran, menghargai diri sendiri dan orang lain, memperhatikan situasi dan kondisi sekitar yang sebenarnya mempunyai dampak positif yang luar biasa. Teknik atau latihan asertif, kecenderungan kenakalan remaja dapat dikurangi secara efektif pada tingkat rendah. Perilaku asertif bagi remaja dapat menekan berbagai potensi kenakan remaja di mana siswa dapat mengatakan "tidak" untuk setiap undangan untuk melakukan kenakalan remaja (Zadrian, A; Mei, S, 2014). Pemberian informasi kepada remaja tentang perilaku asertif bertujuan untuk mencegah kenakalan remaja, dan remaja dapat diarahkan untuk mengikuti kegiatan yang positif.

2. PERMASALAHAN MITRA

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak ke masa remaja yang menimbulkan banyak perubahan. Perubahan secara fisik dan mental yang dialami remaja diikuti dengan perubahan perilaku yang bisa saja tidak didukung lingkungan disekitarnya sehingga menyebabkan kenakalan remaja seperti berkelahi, mencuri, penyalahgunaan NAPZA hingga pergaulan Bebas. Adanya promosi kesehatan ini dapat memberikan informasi kepada remaja tentang perilaku asertif yang dapat mengurangi bahkan mencegah kenakalan remaja, dan diarahkan untuk mengikuti kegiatan yang positif.

3. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di MAN 2 Jepara dengan jumlah peserta 32 siswa. Pelaksanaan dalam pengabdian ini dibagi menjadi dua tahap pelaksanaan yaitu dilaksanakan pada tanggal 7 Januari 2022 dan 13 Januari 2022 kemudian dilanjutkan evaluasi yang dilaksanakan pada tanggal 20 Januari 2022. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dengan memberikan pendidikan kesehatan menggunakan bantuan media promosi kesehatan berupa video serta materi. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data berupa kuesioner.



4. PEMBAHASAN

Promosi kesehatan yang dilakukan pada remaja ini dimulai tahap persiapan dengan melaksanakan perijinan dengan mitra. Kegiatan perijinan dilaksanakan sebagai langkah pendekatan kepala sekolah dan guru BK untuk mendapatkan dukungan serta persamaan persepsi tentang kegiatan yang akan dilakukan sehingga nantinya dalam pelaksanaan sampai evaluasi akan diharapkan mendapat kelancaran dan kemudahan.

Pelaksanaan Kegiatan Promosi kesehatan perilaku asertif pada remaja ini dilaksanakan pada tanggal 7 Desember. Kegiatan pelaksanaan secara luring di sekolah dan didampingi oleh guru. Pelaksanaan kegiatan dimulai dari pelaksanaan pre test kemudian dilanjutkan dengan pemberian promosi kesehatan tentang perilaku asertif remaja dan pencegahan kenakalan remaja yang dilanjutkan dengan post test dengan pemberian kuesioner melalui kepada siswa dan siswi (remaja). Berikut merupakan karakteristik peserta pengabdian yang terdiri dari siswa-siswi.

Tabel. 4.1 Karakteristik Siswa-siswi (Remaja)

Kategori	Frekuensi	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	9	28,13%
Perempuan	23	71,87%

Berdasarkan tabel 4.1 peserta yang mengikuti kegiatan promosi kesehatan perilaku asertif sebagai upaya pecegahan kenakalan remaja sebagian besar merupakan remaja dengan jenis kelamin perempuan sejumlah 23 orang (71,87%) dan sisanya remaja dengan jenis kelamin laki-laki sejumlah 9 orang (28,13%).

Sebelum kegiatan promosi kesehatan dengan tema peningkatan perilaku asertif remaja untuk mencegah kenakalan remaja, dilakukan pre test terlebih dahulu untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan yang sudah dimiliki remaja tentang kenakalan remaja berupa penyebab, dampak dan upaya pencegahannya. Berikut hasil pre test:

Tabel. 4.2 Pengetahuan siswa-siswi sebelum diberikan promosi kesehatan tentang materi kenakalan remaja dan perilaku asertif (Pre Test)

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	7	21,9%
Cukup	16	50,00%
Kurang	9	28,1%
Jumlah	32	100%

Berdasarkan tabel 4.2 pengetahuan remaja sebelum diberikan informasi tentang kenakalan remaja sebagian besar mempunyai pengetahuan cukup sejumlah 16 orang (50,00%) pengetahuan kurang sejumlah 9 orang (28,1%) dan pengetahuan baik 7 orang (21,9%). Setelah dilakukan Pre test maka kegiatan dilanjutkan dengan pemberian informasi tentang kenakalan remaja yang terdiri dari pengertian, penyebab, dampak dan upaya pencegahan kemudian materi perilaku asertif remaja. Setelah pemberian informasi tersebut dilakukan diskusi bersama yang dilanjutkan dengan pemberian kuesioner post test untuk dapat mengetahui sejauh mana remaja dapat menerima informasi yang telah diberikan. Berikut merupakan hasil post test pengetahuan remaja :

Tabel 4.3 Pengetahuan siswa-siswi sebelum diberikan promosi kesehatan

tentang materi kenakalan remaja dan perilaku asertif (Post Test)		
Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	19	59,38%
Cukup	10	31,25%
Kurang	2	9,37%
Jumlah	32	100%

Berdasarkan tabel 4.3 pengetahuan remaja sesudah diberikan informasi tentang kenakalan remaja dan perilaku asertif sebagian besar memiliki pengetahuan baik sejumlah 19 orang (59,38%), pengetahuan cukup 10 orang (31,25%) dan pengetahuan kurang 2 orang (9,37%). Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dari remaja setelah diberikan promosi kesehatan tentang perilaku asertif untuk mencegah kenakalan remaja.

Kenakalan remaja (jurvenil delinquency) merupakan perbuatan yang dapat melanggar norma, aturan hukum dalam masyarakat yang dilakukan pada usia remaja atau transisi masa anak-anak dan dewasa yang bisa saja nantinya tidak terhitung jumlahnya. Sesungguhnya kenakalan remaja mempunyai sifat psikis, interpersonal, dan antarpersonal sampai kultural dikarenakan perilaku kenakalan pada remaja selalu berlangsung dalam konteks antarpersonal dan sosio-kultural (Kartono, 2010). Remaja sebagai individu menjadi faktor utama dalam memilih dan menentukan eksistensi dirinya dalam membentuk karakter

agresif, asertif, atau pasif. Remaja yang memilih karakter agresif dan pasif bisa jadi akan lebih mudah terjerumus dalam kenakalan remaja dibanding dengan remaja yang berperilaku asertif

Akibat kenakalan remaja tersebut banyak sekali kerugian yang terjadi, baik bagi remaja itu sendiri maupun orang-orang di sekitar mereka seperti penipuan, pengeroyokan hingga bullying (Oktawati, 2017). Menurut puspitawati (2009) para remaja terjerumus kedalam hal negatif seperti tawuran, narkoba, seks bebas, salah satunya disebabkan oleh kepribadian yang lemah yaitu ketidakmampuan para remaja untuk bersikap asertif. Pada masa remaja banyak sekali pengaruh dari lingkungan terutama teman sebaya sehingga remaja menjadi kurang mandiri dikarenakan peran teman sebaya yang lebih dominan. Remaja menjadi tergantung dengan teman sebaya yang terkadang menjadi penyebab kenakalan remaja, karena remaja lebih sering berinteraksi dengan teman sebaya dibanding dengan keluarga (Rohyanti dan Purwandari, 2015).

Salah satu upaya mencegah kenakalan remaja salah satunya adalah dengan meningkatkan perilaku asertif, Perilaku asertif pada remaja mampu menjadikan remaja mampu mengenali dirinya sendiri yang mempunyai kekurangan dan kelebihan (Garner, 2012). Hal ini sesuai dengan penelitian (Saptandari dan Adiyanti, 2013) dimana perilaku asertif yang diterapkan kepada remaja menjadi titik tengah untuk korban kenakalan remaja dalam kasus bullying untuk menjadi lebih tenang dan tidak untuk remaja lain bisa terhindar dari bullying. Ciri seseorang yang memiliki perilaku asertif adalah hubungan yang dilakukan merasa lebih percaya diri, mendapatkan rasa hormat dari orang lain melalui jalinan komunikasi secara langsung, terbuka, dan jujur. Asertivitas bermanfaat bagi individu untuk menjaga kejujuran dalam komunikasi, mampu untuk mengendalikan diri, dan meningkatkan kemampuan dalam pengambilan keputusan

Remaja yang berperilaku asertif diharapkan sebelum melakukan rutinitas kegiatan kesehariannya dapat lebih terbuka, tegas dan bebas, mempunyai perasaan positif dan tetap memperhatikan perasaan orang lain. Dengan memiliki perilaku asertif maka remaja ini akan mampu mengungkapkan perasaannya tanpa harus menyakiti orang lain sehingga tidak menimbulkan perilaku menyimpang. Dengan kata lain, remaja yang memiliki sikap asertif yang tinggi akan lebih mampu menjaga dirinya, tidak melakukan perilaku menyimpang atau kenakalan remaja, karena dia mampu menghargai dirinya dan mampu mengendalikan dirinya dari pengaruh orang lain dengan mengatakan tidak untuk hal-hal yang tidak sesuai dengan nilai-nilai yang diyakininya (Butar, 2017).

5. KESIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan ini menjadi sarana komunikasi, edukasi dan diskusi yang mampu memberikan edukasi dan maafaat bagi siswa-siswi yang masih remaja agar bisa menerapkan perilaku asertif untuk mencegah terjerumus arus kenakalan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang memberikan kesempatan mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat serta MAN 2 Jepara yang bersedia bekerjasama sebagai mitra dalam terselenggaranya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M;Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta : Bumi Aksara
- Butar, M. (2017). *Hubungan Perilaku Asertif dengan Kenakalan Remaja*. Skripsi. <http://lib.unnes.ac.id/2715/1/7139.pdf>
- Garner,E. (2012). *Assertiviness: Re-Claim Your Assertive Birthright*. Ebook. http://bookbon.com/en/assetiveness_ebook
- Howel, J. (2013). *Preventing and Reducing Juvenile Delinquency: A Comprehensive Framework*. Doi:<http://dx.doi.org/10.4135/9781452274980>
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Kartono.(2010). *Patologi Sosial 2:Kenakalan Remaja, Cetakan Ke-9*. Jakarta. Rajawali Pers
- Maolinda, N, Aat Sriati., Ida Maryati. (2012). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Siswa Terhadap

Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Student e-journals* Vol 1 No. 1.
<http://jurnal.unpad.ac.id/ejournal/article/view/609/663>

Oktawati, W. (2014). *Kenakalan Remaja Di Desa Sungai Paku. Media Neliti.*
<https://media.neliti.com/media/publications/127127>

Vive, V. (2014). Deviant Behavior Among Adolescents, in the Pondang Village, District East Amurang, South Minahasa. *Journal Neliti* Volume III. No.1. Tahun 2014.
<https://media.neliti.com/media/publications/90282>

Zadrian, A;Mei, S. The Contribution of Assertive Technique Behavioral Counseling to Minimize the Juvenile Delinquency Behavior. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Volume 6 Nomor 2, 2018, Hlm 67 – 77. <https://www.researchgate.net/publication/327167582>