



**PELATIHAN ASERTIFITAS DI ERA DIGITAL DALAM
MENINGKATKAN PEMAHAMAN MAHASISWA MENGENAI CARA
BERKOMUNIKASI ASERTIF DI UNIVERSITAS PANCASILA**

*ASSERTIVENESS TRAINING IN THE DIGITAL ERA IN IMPROVING STUDENTS'
UNDERSTANDING ABOUT ASSERTIVE COMMUNICATION AT PANCASILA UNIVERSITY*

**Bagas Rahmatullah¹, Arviandi Darsudin², Raitani Ambar Kusuma³,
Erviana Agung Savitriningrum⁴, Natalia Margaretha Dareda⁵, Olivia Rachma Indrastuti⁶,
Siti Hawa Annisa Mantika⁷, Agintaras⁸, Familia Mutiara Fitri⁹, Ingrid Nathania¹⁰**

Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila

Email: Bagasrahmatullah456@gmail.com

ABSTRAK

Komunikasi berupa sarana terpenting dalam berinteraksi sesama manusia baik secara individu ke individu, individu ke kelompok, maupun kelompok ke kelompok. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Jepang menemukan bahwa program latihan komunikasi asertif berhasil meningkatkan asertifitas mahasiswa sehingga mereka lebih percaya diri lagi untuk menyampaikan informasi yang ingin mereka sampaikan (Omura et al., 2018). Peneliti melakukan sebuah pelatihan di Universitas Pancasila mengenai "Assertiveness in Digital Era" untuk mengembangkan keahlian berkomunikasi dengan asertif kepada para mahasiswa di Universitas Pancasila. Terdapat 34 peserta yang mengikuti pelatihan ini dan seluruh peserta tampak antusias dalam mengikuti pelatihan ini. Namun, pelatihan ini masih terbatas pada 34 mahasiswa saja, perlu adanya pelatihan lanjutan guna memberikan pemahaman kepada mahasiswa Universitas Pancasila secara lebih luas.

Kata Kunci: Komunikasi, asertifitas, mahasiswa

ABSTRACT

Communication is the most important means of interacting with fellow human beings both individually to individuals, individuals to groups, and groups to groups. Research conducted on students in Japan found that assertive communication training programs succeeded in increasing student assertiveness so that they were more confident in conveying the information they wanted to convey (Omura et al., 2018). researchers conducted a training at University X regarding "Assertiveness in the Digital Era" to develop assertive communication skills for students at University X. There were 34 participants who took part in this training and all participants seemed enthusiastic about taking part in this training. However, this training is still limited to 34 students, further training is needed to provide an understanding to University X students more broadly.

Keywords: Communication, assertiveness, college student

PENDAHULUAN

Komunikasi berupa sarana terpenting dalam berinteraksi sesama manusia baik secara individu ke individu, individu ke kelompok, maupun kelompok ke kelompok. Peranan komunikasi menjadi titik sentral dari penyampaian informasi yang kita miliki agar orang dapat memahami apa informasi yang ingin disampaikan, perasaan apa yang sedang kita rasakan, atau emosi apa yang sedang kita keluarkan. Pentingnya komunikasi ternyata besar pada aspek sosial kita, sebuah penelitian menemukan bahwa dengan adanya komunikasi yang tepat dapat meningkatkan efektivitas individu dalam bekerja disebuah organisasi (Bucăța & Rizescu, 2017). Selain itu, penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Jepang menemukan bahwa program latihan komunikasi asertif berhasil meningkatkan asertifitas mahasiswa sehingga mereka lebih percaya diri lagi untuk menyampaikan informasi yang ingin mereka sampaikan (Omura et al., 2018).



Asertifitas merupakan sebuah kunci utama dari komunikasi, menurut Pourjali and Zarnaghash (2010) komunikasi asertif adalah kemampuan individu untuk berkata sesuai dengan kehendak nya, cukup dengan berkata tidak pada keadaan yang kurang disukai dan ya pada keadaan yang ia suka terlibat di dalam nya, terbukti mampu meningkatkan kemampuan asertif dalam diri individu. Pentingnya komunikasi asertif ternyata dapat membantu individu dalam mengatasi permasalahan ketidakenakan dalam mengungkapkan sesuatu. Fakta ditemukan bahwa dari 147 remaja, hanya 13.6% remaja yang mampu berkomunikasi secara asertif dan 26.5% cenderung tidak asertif atau pasif dalam berkomunikasi (Yuliani et al., 2020). Terlebih saat ini di era digital, semua bisa dilakukan hanya lewat genggam tangan saja bahkan untuk berkomunikasi saja kita bisa lewat aplikasi pesan singkat karena dinilai lebih efisien dan fleksibel ketimbang tatap muka (Masril, 2018).

Dengan adanya fenomena komunikasi di era digital secara tidak langsung mengubah bagaimana pola interaksi individu, asertifitas menjadi tantangan tersendiri karena era digital berhasil membangun beragam cara berkomunikasi. Melihat pentingnya cara berkomunikasi di era digital, peneliti melakukan sebuah pelatihan di Universitas Pancasila mengenai “*Assertiveness in Digital Era*” untuk mengembangkan keahlian berkomunikasi dengan asertif kepada para mahasiswa di universitas tersebut. Adapun peserta yang mengikuti pelatihan ini terfokus pada mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 yang akan di tugaskan nantinya menjadi pendamping mahasiswa baru angkatan 2022. Peserta mahasiswa angkatan 2020 dan 2021 dipilih karena angkatan ini merupakan mahasiswa yang sejak awal masuk kuliah merasakan kuliah daring sehingga dinilai tepat memberikan pelatihan ini.

Selanjutnya, fenomena komunikasi yang cenderung tidak asertif kerap ditemukan pada mahasiswa di Universitas Pancasila, hal ini terlihat dari hasil observasi peneliti sebelum melakukan pelatihan yang mana kebanyakan para mahasiswa cenderung pasif saat di kelas, pasif saat berkomunikasi dalam diskusi, dan pasif dalam menyampaikan pendapat. Hal ini akan menjadi halangan bagi para mahasiswa khususnya angkatan 2020 dan 2021 nantinya ketika mereka akan mendampingi mahasiswa baru angkatan 2022. Oleh sebab itu, mahasiswa pendamping harus memiliki cara berkomunikasi yang efektif dan asertif agar dapat mendampingi mahasiswa baru dalam bersosialisasi serta mengikuti program-program yang diadakan oleh bidang kemahasiswaan Universitas Pancasila.

METODOLOGI PELAKSANAAN

Kegiatan pelatihan ini dilakukan secara tatap muka di aula Universitas Pancasila. Pada saat pelatihan dilakukan, pemateri menggunakan metode ceramah, tanya jawab, diskusi, dan praktik bersama. Pada metode ceramah, pemateri memberikan materi mengenai dasar-dasar ilmu komunikasi, jenis-jenis komunikasi, cara berkomunikasi asertif, dan penjelasan lainnya yang lebih komprehensif mengenai komunikasi. Setelah pemateri menyampaikan materi, peserta diberikan kesempatan untuk melakukan tanya jawab dengan narasumber. Di sesi diskusi, peserta disebar ke dalam 6 kelompok untuk berdiskusi mengenai kasus-kasus terkait komunikasi di kalangan mahasiswa baru. Di akhir sesi, para peserta akan melakukan praktik bermain peran dengan anggota Senat Mahasiswa untuk mengevaluasi bersama cara panyampaian komunikasi yang telah peserta lakukan.



Selain itu, peneliti juga menggunakan kuesioner pre post dengan jawaban Ya, Tidak, dan Mungkin. Dalam kuesioner tersebut terdapat pertanyaan mengenai pemahaman mereka terkait komunikasi asertif sebelum dilakukan pelatihan dan setelah dilakukan pelatihan. Sebagai data penunjang, peneliti juga menyebarkan kuesioner evaluasi kegiatan untuk mengetahui umpan balik dari peserta mengenai pelatihan yang sudah mereka lakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan ini melibatkan 34 mahasiswa yang terdiri dari 30 mahasiswa pendamping dan 4 mahasiswa komisi disiplin. Adapun kedatangan peserta ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1

Kegiatan pelatihan kemudian dimulai dengan pemaparan materi oleh narasumber mengenai komunikasi asertif, adapun materi yang diberikan antara lain:

1. Apa itu komunikasi?
2. Unsur komunikasi
3. Hukum komunikasi efektif
4. Cara berkomunikasi
5. Bagaimana berkomunikasi?
6. Apakah asertif itu?
7. Kenapa perlu asertif?
8. Fungsi asertifitas

Setelah pemaparan materi selesai, peserta diberikan kesempatan untuk melakukan tanya jawab. Terlihat peserta aktif untuk bertanya kepada pemateri, hal ini ditunjukkan oleh Gambar 2.



Gambar 2



Kegiatan tanya jawab ini berlangsung dengan baik dengan respon dari penanya dan pemateri. Pemateri dapat menjawab pertanyaan peserta dengan mudah dan memberikan kasus yang kerap ditemui dalam kehidupan. Setelah agenda tanya jawab, peserta melakukan kegiatan diskusi kasus terkait dengan fenomena komunikasi yang kerap ditemui pada mahasiswa. Terlihat peserta sangat antusias dalam melakukan diskusi, hal ini terlihat pada Gambar 3 dan 4.



Gambar 3



Gambar 4

Kegiatan ini ditutup dengan adanya praktik bermain peran bersama anggota Senat Mahasiswa, yang mana peserta bertindak sebagai pendamping mahasiswa baru dan anggota Senat Mahasiswa berperan sebagai mahasiswa baru. Dalam kegiatan praktik bermain peran ini, nampak para peserta antusias mencoba mengimplementasikan ilmu yang sudah didapatkan pada kegiatan sebelumnya yaitu pemaparan materi. Hal ini terlihat pada Gambar 5 dan 6.

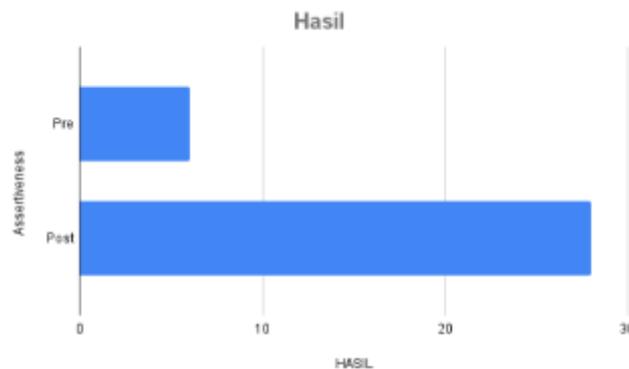


Gambar 5



Gambar 6

Berdasarkan Gambar 5 dan 6, terlihat para peserta berusaha diskusi dan mempraktikkan cara berkomunikasi asertif kepada para anggota Senat Mahasiswa. Hal ini menjadi kesempatan bagi peserta untuk merasakan langsung bagaimana nanti ketika terjun ke lapangan menghadapi mahasiswa baru. Setelah melaksanakan kegiatan, peneliti membagikan kuesioner untuk mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah mendapatkan pelatihan. Dalam kuesioner terdapat pertanyaan “Apakah Anda mengetahui apa itu Assertiveness Skill?”, peserta dapat menjawab pertanyaan tersebut dengan Ya atau Tidak.



Gambar 7

Berdasarkan analisis terhadap jawaban yang peserta berikan, yang mana jawaban “Ya” diberi skor 1 dan “Tidak” beri skor 0. Terdapat hasil yang signifikan dari keseluruhan peserta yang mengikuti kegiatan tersebut. Pada hasil analisis data Pre, tingkat pemahaman peserta di skor 6 sedangkan setelah mengikuti kegiatan tersebut tingkat pemahaman peserta di angka 28. Berdasarkan data tersebut, terdapat peningkatan skor pemahaman peserta, hal ini dapat disimpulkan bahwa kegiatan tersebut efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terkait tema yang diusung.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil observasi pada saat pelatihan dilakukan dan juga data kuantitatif melalui kuesioner, peneliti mendapatkan bahwa pelatihan ini efektif dalam membantu meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai cara berkomunikasi secara asertif. Selain itu, hasil dari pelatihan ini juga memberikan dampak positif bagi para peserta karena peserta dapat langsung merasakan posisi sebagai pendamping mahasiswa baru yang mana merupakan implementasi dari ilmu yang didapatkan pada sesi materi dan dipraktikkan di sesi bermain peran. Namun, pelatihan ini masih terbatas pada 34 mahasiswa saja, perlu adanya pelatihan lanjutan guna memberikan pemahaman kepada mahasiswa di Universitas Pancasila secara lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung kegiatan pelatihan ini. Kepada jajaran dekan, wakil dekan, kepala bagian kemahasiswaan, kepala bagian umum, senat mahasiswa, badan perwakilan mahasiswa, serta seluruh *stakeholder* yang telah membantu kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bucăța, G., & Rizescu, A. M. (2017). The Role of Communication in Enhancing Work Effectiveness of an Organization. *Land Forces Academy Review*, 22(1), 49–57. <https://doi.org/10.1515/raft-2017-0008>
- Masril, M. (2018). Adolescent Communication Pattern in Digital Era. *JURNAL SIMBOLIKA: Research and Learning in Communication Study*, 4(2), 188. <https://doi.org/10.31289/simbollika.v4i2.1886>



- Omura, M., Levett-Jones, T., & Stone, T. E. (2018). Evaluating the impact of an assertiveness communication training programme for Japanese nursing students: A quasi-experimental study. *Nursing Open*, 6(2), 463–472. <https://doi.org/10.1002/nop2.228>
- Pourjali, F., & Zarnaghash, M. (2010). Relationships between assertiveness and the power of saying no with mental health among undergraduate student. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 9, 137–141. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.126>
- Yuliani, E. M., Etika, A. N., Suharto, I. P. S., & Nurseskasatmata, S. E. (2020). Analysis of Assertive Communication Skills in Adolescents Health With Aggressive Behavior. *Proceedings of the 3rd International Conference on Social Sciences (ICSS 2020)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201014.050>