

**RANCANGAN DAN UJI COBA PELATIHAN KOMUNIKASI ASERTIF *D.E.S.C*
SCRIPT DALAM KONTEKS BERPACARAN UNTUK MENGUBAH PENGETAHUAN
HUBUNGAN PACARAN PADA REMAJA PEREMPUAN**

**Studi dilakukan pada remaja perempuan usia 15-16 tahun di SMP Terbuka “X” di Kota
Bandung**

Listya Paramita, Poeti Joeffiani, Zahrotur Rusyda Hinduan

Fakultas Psikologi, Universitas Padjajaran

listya_paramita@yahoo.com

ABSTRAK

Salah satu tugas perkembangan di masa remaja, mampu membina hubungan dengan teman lawan jenis. Mulai timbul rasa tertarik dengan teman lawan jenis hingga memiliki keinginan untuk menjalin hubungan pacaran. Hubungan pacaran tidak selalu memberikan manfaat terhadap pemenuhan tugas perkembangan remaja. Ketika remaja perempuan menjalin hubungan pacaran, kedekatan fisik meningkat. Hal ini dapat menimbulkan dorongan biologis (*sexual drive*) dalam diri remaja yang diungkapkan dengan ajakan pasangan untuk terlibat dalam perilaku seksual. Apabila di dalam pribadi remaja perempuan memiliki karakteristik pribadi yang asertif yaitu dapat menahan diri dalam bentuk mampu mengatakan “tidak” untuk menolak ajakan pasangan, maka ia dapat terhindar dari resiko yang dapat mendatangkan efek negatif bagi diri remaja di kemudian hari seperti kehamilan remaja.

Berdasarkan wawancara, didapatkan fenomena bahwa remaja perempuan di SMP Terbuka “X” mengalami kesulitan untuk mengungkapkan pemikiran dan perasaan dalam menolak ajakan pasangan. Karena adanya informasi yang salah dan kurangnya informasi mengenai hubungan pacaran yang dimiliki oleh remaja perempuan. Maka, agar permasalahan pada remaja perempuan dapat teratasi maka perlu dirancang suatu intervensi berupa pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran untuk mengubah pengetahuan hubungan pacaran pada remaja perempuan.

Rancangan penelitian yang digunakan ialah *quasi experiment* dengan desain penelitian *one group pretest – posttest design*. Pelatihan dilakukan selama dua hari dengan jumlah subjek sebanyak 4 orang. Berdasarkan hasil analisis deskriptif didapatkan hasil bahwa pengetahuan hubungan pacaran memiliki nilai rata-rata *posttest* (3,21) yang tidak sama dengan nilai rata-rata *pretest* (1,76). Artinya, H_0 ditolak yaitu peserta mendapatkan pengetahuan untuk berkomunikasi asertif dalam berpacaran setelah mengikuti pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script*.

Kata kunci: remaja, remaja perempuan, hubungan pacaran, komunikasi asertif, teknik *D.E.S.C Script*.

I. Pendahuluan

Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang besar dari penduduk dunia. Berdasarkan hasil survey dari WHO tahun 1995 sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 10-19 tahun dan sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang (Soetjiningsih, 2010). Sedangkan menurut pemaparan BPS (2011), di Kota Bandung terdapat 665.252 penduduk usia remaja 10-24 tahun. Jumlah ini setara dengan 28,55% dari total populasi di Kota Bandung. Besarnya jumlah penduduk yang berusia remaja dapat diartikan bahwa individu yang dapat produktif juga memiliki jumlah yang besar, maka remaja perlu mendapatkan perhatian lebih.

Selain jumlah populasi di usia remaja yang memiliki porsi yang lebih banyak, masa remaja merupakan masa yang individunya mengalami perubahan yang cukup besar dibandingkan tahap usia lainnya. Perubahan yang terjadi meliputi berbagai macam hal dalam hidup seseorang. Sebagaimana menurut Santrock (2003), bahwa masa remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosi. Remaja perlu beradaptasi dengan segala perubahan yang terjadi di dalam diri maupun yang akan berdampak pada kehidupan di luar remaja. Sebagaimana menurut Hurlock (1999), bahwa remaja berada pada periode peralihan, dimana ia harus mampu meninggalkan sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan mempelajari sikap baru untuk menggantikan perilaku yang sudah ditinggalkan. Maka dari itu, hal ini sesuai dengan pemaparan Papalia dan Olds (2004), masa remaja dianggap sebagai masa topan badai dan stres (*storm and stress*).

Salah satu gejala badai topan di masa remaja adalah adanya perubahan yang terjadi pada biologis yang mempengaruhi psikologis. Dalam perubahan biologis mereka mengalami perubahan fisik yang membedakan remaja laki-laki dan perempuan. Perubahan-perubahan fisik itu menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya (Yuliastuti, 2014).

Perubahan-perubahan fisik yang terjadi di masa remaja, dipengaruhi oleh pubertas. Menurut Papalia dan Olds (2004), pubertas adalah proses dimana seseorang mencapai kedewasaan seksual dan kemampuan untuk bereproduksi. Kematangan organ seksual yang telah dicapai remaja, juga memunculkan tugas perkembangan yang baru ketika masuk masa remaja. Tugas perkembangan jika diibaratkan maka seperti remaja yang memikul sebuah tugas yang harus ia selesaikan pada masa usianya.

Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan yang perlu ia penuhi agar mencapai kebahagiaan di tahap perkembangan berikutnya. Havighurst (1961), mengemukakan ada sepuluh tugas perkembangan remaja yang harus dipenuhi oleh remaja pada usia 13-18 tahun. Salah satu tugas perkembangannya ialah membina hubungan baik dan lebih mendalam dengan teman sebaya sesama jenis maupun lawan jenis (Havighurst, 1961). Ada dua karakteristik yang penting di dalam perkembangan sosial remaja yaitu adanya peran teman sebaya dan mulai munculnya hubungan pacaran dengan teman lawan jenis (Connolly, 2004).

Munculnya hubungan pacaran merupakan hal yang wajar di masa remaja karena ini sejalan dengan adanya perkembangan seksual. Seperti yang diungkapkan Hurlock (1999), keingintahuan remaja tentang seks menjadi lebih besar dan dorongan seksual pun meningkat. Perubahan psikologis yang terjadi salah satunya ialah meningkatnya rasa ingin tahu mengenai seks. Hal ini berwujud dalam bentuk seperti mulai merasa tertarik dengan lawan jenis sehingga adanya keinginan untuk mengadakan interaksi yang lebih dekat dan intim.

Interaksi yang dekat dan intim ini mengarahkan remaja pada suatu hubungan pacaran. Hubungan pacaran adalah suatu hubungan serius yang akan dialami oleh setiap individu, dimana mereka memiliki perasaan romantis yang kuat terhadap seseorang (Albino & Cooper dalam Florsheim, 2003). Hubungan pacaran menjadi pusat perhatian di kehidupan sosial di masa remaja tengah yaitu usia 15-19 tahun (Sorensen, 2007). Berdasarkan hasil temuan Taufik dan Nisa (2005), pada siswa SMU yang berjumlah 1250, didapatkan usia pertama kali pacaran adalah 15-17 tahun. Hal ini mengartikan, bahwa sebagian besar subjek mulai berpacaran ketika mereka berada dibangku SMU.

Ketika remaja perempuan menjalin suatu hubungan pacaran, kedekatan fisik dapat menimbulkan dorongan biologis (*sexual drive*) dalam diri remaja dapat dalam bentuk ungkapan-ungkapan dari pasangan hingga ajakan pasangan untuk terlibat dalam perilaku seksual ringan maupun berat. Apabila di dalam pribadi remaja perempuan memiliki karakteristik pribadi yang asertif yaitu dapat menahan diri serta mengatakan “tidak” untuk menolak ajakan pasangan tersebut maka ia dapat terhindar dari segala resiko yang dapat mendatangkan efek negatif bagi diri remaja di kemudian hari.

Selama remaja perempuan dapat menyatakan “tidak” dengan tegas terhadap hal yang dapat membahayakan dirinya terkait perilaku seksual maka remaja perempuan dapat melewati masa remaja dengan aman dan dapat mencapai tahap perkembangan berikutnya dengan bahagia.

Namun, akan berbeda jika remaja perempuan belum dapat mengatakan “tidak” terhadap hal yang buruk bagi dirinya.

Fenomena ini juga muncul dalam hasil wawancara pada bulan april 2014 dengan 6 orang siswi. Berdasarkan wawancara didapatkan hasil bahwa 5 siswi (83%) merasa kebingungan di dalam menyampaikan keinginannya agar pasangan tidak merasa tersinggung apabila ia ingin menolak ajakan perilaku seksual beratnya. Kelima siswi ini merasa, kata-kata yang mereka ungkapkan tidak cukup kuat sehingga perlu strategi lain di dalam menghadapi perdebatan dengan pasangan perihal perilaku seksual berat. Upaya penolakan yang telah dilakukan berbeda-beda seperti hanya diam saja dengan menunduk, ada yang mencoba mengalihkan pembicaraan, ada yang memarahi pacar dengan mengancam untuk memutuskan hubungan dan ada yang sudah secara terang-terangan menolak namun ketika berargumentasi dengan pacar menjadi tidak percaya diri untuk menjawabnya. Hal ini mengartikan, pengetahuan tentang hubungan pacaran khususnya di dalam berkomunikasi dengan pasangan yang mereka miliki masih kurang sehingga menjadi kendala bagi remaja perempuan untuk menjalankan perilaku berpacaran sehat.

Berdasarkan buku *Women Abused in Intimate Relationship* yang diterbitkan oleh Alberta Children and Youth Service (2008) menyebutkan bahwa salah satu ciri pacaran kategori sehat ialah merasa aman untuk menyampaikan pikiran dan perasaan kepada pasangan. Hal ini mengartikan bahwa lima siswi yang telah diwawancarai peneliti, berada dalam kondisi pacaran yang tidak sehat dikarenakan masing-masing siswi merasa belum memiliki pengetahuan untuk mengungkapkan pemikiran dan perasaan terkait penolakan untuk ikut terlibat dalam perilaku seksual berat tersebut.

Ini merupakan permasalahan bagi remaja perempuan, namun apabila remaja perempuan dapat mengungkapkan pikiran dan perasaannya kepada pasangan secara jujur tanpa menyinggung pasangan, maka remaja perempuan tersebut dapat menerapkan keterampilan komunikasi asertif. Komunikasi asertif didefinisikan sebagai pengekspresian suatu kebutuhan dan perasaan yang dinyatakan dengan jelas tanpa melanggar hak orang lain (Pfeiffer, 2010).

Mengembangkan keterampilan komunikasi asertif pada remaja perempuan dapat menjadi solusi bagi permasalahan di atas. Dengan mengembangkan keterampilan komunikasi asertif pada diri remaja perempuan maka reaksi terhadap perilaku pasangan di dalam berpacaran akan ikut berubah. Untuk dapat mengubah perilaku, remaja perempuan perlu dibekali oleh pengetahuan. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan mampu bertahan lebih lama daripada yang tidak

didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo,1993). Selain itu, keterampilan tanpa pengetahuan tidak akan mencapai hasil yang optimal begitu pula sebaliknya.

Apabila informasi yang dimiliki remaja perempuan mengenai hubungan pacaran belum tepat dan lengkap dapat mengakibatkan kesalahan di dalam mengambil suatu keputusan. Maka dari itu, pengetahuan hubungan pacaran menjadi fokus utama yang ingin peneliti ubah lewat pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran. Maka, dengan memberikan pengetahuan hubungan pacaran yang meliputi tugas perkembangan, elemen pacaran, kehamilan remaja, pengambilan keputusan, tipe komunikasi dan bahasa tubuh dapat menunjang remaja perempuan menerapkan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran.

Komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran terdiri dari empat dimensi. Pertama dimensi deskripsi (D) yang berisi pernyataan mengenai situasi berpacaran yang mengganggu sehingga muncul perasaan negatif. Kedua, dimensi ekspresi (E) yang berisi pernyataan emosi perasaan terhadap situasi berpacaran yang mengganggu. Ketiga, dimensi spesifik (S) yang berisi pernyataan keinginan diri sendiri kepada pasangan. Terakhir, dimensi konsekuensi (C) yang berisi pernyataan konsekuensi positif dan negatif terkait situasi berpacaran yang mengganggu.

Apabila remaja perempuan dilatih, berkomunikasi dengan pasangan menggunakan *D.E.S.C Script* maka ia akan mampu mengungkapkan pemikiran, perasaan yang dirasakan, keinginan serta menjelaskan konsekuensi dari keputusan yang diambil tanpa menyinggung pasangan dan terhindar dari segala resiko di masa remaja dalam konteks berpacaran dan dapat memenuhi tugas perkembangan sosialnya.

II. Kajian Literatur

Menurut Santrock (2003), remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Berikut penjelasan perubahan – perubahan berdasarkan Santrock (2003) seperti proses biologis, mencakup perubahan-perubahan dalam hakikat fisik individu. Misalnya: gen yang diwariskan dari orangtua, perkembangan otak, penambahan tinggi dan berat badan, keterampilan motorik dan perubahan hormonal pada pubertas. Proses kognitif, meliputi perubahan dalam pikiran, intelegensi dan bahasa individu. Proses sosial-emosional, meliputi perubahan dalam hubungan

individu dengan manusia lain dalam emosi, dalam kepribadian dan dalam peran dari konteks sosial dalam perkembangan.

Menurut Havighurst (1961), tugas perkembangan adalah tugas yang muncul pada saat atau sekitar satu periode tertentu dari kehidupan individu dan jika berhasil akan menimbulkan fase bahagia dan membawa keberhasilan dalam melaksanakan tugas-tugas berikutnya. Akan tetapi, kalau gagal akan menimbulkan rasa tidak bahagia dan kesulitan dalam menghadapi tugas-tugas berikutnya. Havighurst (1961), menetapkan ada sepuluh tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja usia 13-18 tahun, salah satunya ialah Membina hubungan dengan teman sebaya sesama jenis dan lawan jenis.

Hubungan pacaran adalah suatu hubungan serius yang akan dialami oleh setiap individu, dimana mereka memiliki perasaan romantis yang kuat terhadap seseorang (Albino & Cooper dalam Florsheim, 2003). Hubungan yang dijalin dengan seseorang dalam *romantic relationship* lebih di dasari oleh komitmen, kepercayaan, kasih sayang dan keintiman yang lebih mendalam (Papalia & Olds, 2004).

Komunikasi asertif didefinisikan sebagai pengekspresian suatu kebutuhan, perasaan dan dinyatakan dengan jelas tanpa melanggar hak orang lain (Pfeiffer, 2010). Komunikasi asertif dapat digunakan dengan menggunakan teknik-teknik asertif. Salah satu teknik asertif yang perlu dilatihkan ialah teknik *D.E.S.C Script*. Sharon mengembangkan empat tahap program yang disebut Teknik *D.E.S.C Script* (Bower, 1991). *D.E.S.C Script* ini merupakan singkatan dari *Description* (Deskripsi), *Express* (Mengekspresikan), *Specific* (Spesifik) dan *Consequences* (Konsekuensi) yang dibuat dalam bentuk *script* (catatan atau naskah) terlebih dahulu.

Teknik ini telah teruji dapat diandalkan untuk memfasilitasi proses perubahan perilaku seseorang melalui umpan balik yang konstruktif. Untuk melatih teknik ini, anda dapat berlatih dengan menuliskan terlebih dahulu apa yang ingin disampaikan. Pada tahap deskripsi ini yang dideskripsikan ialah sebuah situasi/kejadian/perilaku pasangan yang membuat Anda merasa terganggu. Situasi/Kejadian/Perilaku pasangan yang membuat terganggu ini sudah melalui tahap tanya jawab untuk klarifikasi. Pada tahap ekspresi yang diekspresikan ialah sebuah tanggapan kita terhadap situasi-situasi/kejadian/perilaku pasangan dalam bentuk perasaan, pikiran atau pendapat. Pada tahap spesifik yang diungkapkan ialah sebuah ungkapkan apa yang menjadi keinginanmu dan ungkapkan perubahan perilaku yang Anda harapkan dari pasangan. Pada tahap konsekuensi yang diungkapkan ialah sebuah ungkapkan mengenai dampak positif dan dampak

negatif yang akan diperoleh apabila mengikuti keinginan Anda atau mengikuti perubahan perilaku yang Anda berikan.

III. Metode

Metode yang digunakan adalah kuasi eksperimen. Kuasi eksperimen adalah suatu rancangan penelitian yang digunakan untuk melihat pengaruh dari pemberian suatu perlakuan (*treatment*) terhadap permasalahan, dimana pada beberapa situasi tidak mungkin dilakukan eksperimen. Dalam penelitian ini, peneliti akan melihat pengaruh pemberian pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran untuk mengubah pengetahuan hubungan pacaran pada remaja perempuan.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pre-Test – Post Test Design* (Campbell, 1963). Melalui penggunaan desain penelitian ini dapat dilihat adanya perubahan sebagai hasil dari pelatihan (*treatment*) dengan cara membandingkan skor yang diperoleh sebelum *treatment* dengan skor sesudah *treatment* (Graziano & Raulin, 2000).

Karakteristik subjek dalam penelitian ini, antara lain berjenis kelamin perempuan, berusia 15-16 tahun, sedang menjalin hubungan pacaran, usia pacar yang lebih tua, telah terlibat dalam perilaku seksual kategori berat, memiliki keinginan untuk mengurangi keterlibatan seksual di dalam hubungan pacaran, dan merasa kesulitan untuk mengungkapkan keinginan untuk mengurangi keterlibatan seksual di dalam hubungan pacaran.

Pada penelitian ini menggunakan alat ukur berupa tes pengetahuan yang dirancang sendiri oleh peneliti berdasarkan berbagai macam teori yang mendukung materi pengetahuan hubungan pacaran. Materi pengetahuan hubungan pacaran memiliki enam bagian yaitu materi tugas perkembangan remaja, elemen pacaran, kehamilan remaja, pengambilan keputusan, tipe komunikasi dalam berpacaran dan bahasa tubuh. Alat ukur tes pengetahuan ini akan digunakan sebagai *pretest* (pengukuran tes yang diberikan sebelum pelatihan yang menggambarkan perubahan pengetahuan) dan *posttest* (pengukuran yang diberikan sesudah pelatihan yang menggambarkan penurunan ataupun peningkatan pengetahuan hubungan pacaran). Hasil uji reliabilitas alat ukur tes pengetahuan dengan menggunakan *alpha cronbach* adalah 0,739. Hal ini menunjukkan tingkat reliabilitas yang cukup baik sehingga dapat diartikan alat ukur dapat secara konsisten dan akurat dalam mengukur perubahan pengetahuan hubungan pacaran. Uji validitas dari alat ukur tes pengetahuan hubungan pacaran dilakukan dengan *product moment*.

IV. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan analisis deskriptif didapatkan sebagai berikut:

Pengetahuan	Nilai Rata-rata <i>Pre-test</i>	Nilai Rata-rata <i>Post-test</i>	Kesimpulan
Hubungan Pacaran	1,76	3,21	$M_e \text{ pre-test} \quad M_e \text{ post-test} \rightarrow H_0 \text{ ditolak}$

Tabel 4.1 Hasil Pengujian Hipotesis Pengetahuan Hubungan Pacaran

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, pengetahuan hubungan pacaran memiliki nilai rata-rata *posttest* (3,21) yang tidak sama dengan nilai rata-rata *pretest* (1,76). Artinya, H_0 ditolak yaitu terdapat perubahan pengetahuan hubungan pacaran sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script*.

a) Hasil evaluasi reaksi peserta

Proses pembelajaran dianggap berhasil apabila peserta merasa puas terhadap strategi penyampaian materi, media pembelajaran dan fasilitas yang digunakan. Disimpulkan bahwa keberhasilan proses kegiatan pembelajaran tidak terlepas dari minat, perhatian dan motivasi peserta dalam mengikuti jalannya pelatihan. Peserta belajar lebih baik apabila mereka memberi reaksi positif terhadap lingkungan belajar. Berikut akan dipaparkan penilaian reaksi peserta terhadap pelatihan yang terdiri dari isi materi, metode pembelajaran, penyajian fasilitator, waktu pelatihan dan fasilitas pelatihan.

No.	Kriteria	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3	Subjek 4
1	Isi Materi	(M)	(M)	(M)	(M)
2	Metode Ceramah Interaktif	(M)	(M)	(M)	(M)
3	Metode Diskusi Kelompok	(M)	(M)	(CM)	(M)
4	Metode Bermain Peran	(M)	(CM)	(CM)	(M)
5.	Penyajian Fasilitator	(M)	(M)	(M)	(M)
6.	Waktu Pelatihan	(CM)	(M)	(M)	(CM)
7.	Fasilitas	(M)	(M)	(M)	(M)

Tabel 4.3 Hasil Evaluasi Reaksi Peserta

Keterangan:

KM : Kurang Memuaskan

CM : Cukup Memuaskan

M : Memuaskan

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, dapat diketahui bahwa seluruh subjek menilai bahwa isi materi yang diberikan di dalam pelatihan ini dirasakan memuaskan. Metode pembelajaran yang dirasa memuaskan oleh seluruh subjek jika diurutkan berdasarkan yang paling memuaskan ialah metode ceramah interaktif, kemudian diskusi kelompok dan bermain peran. Penyajian fasilitator dan fasilitas pelatihan juga dirasakan memuaskan oleh seluruh peserta. Namun untuk waktu pelatihan, dua subjek merasa cukup memuaskan dan dua merasa memuaskan.

b) Hasil Evaluasi Pembelajaran Peserta Pada Pengetahuan Hubungan Pacaran

Dibawah ini untuk melihat adanya perubahan yang terjadi akan dipaparkan diagram yang berisi hasil skor total pengetahuan hubungan pacaran seluruh peserta pada pengukuran sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran. Disajikan dalam bentuk diagram batang untuk melihat perbedaan skor yang signifikan pada pengetahuan hubungan pacaran sebelum dan sesudah diberikan pelatihan sebagai berikut:

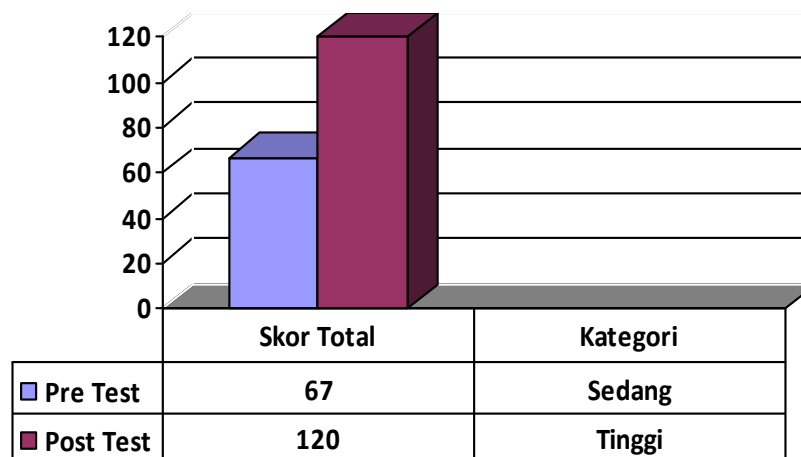


Diagram 4.1

Skor Total Pengetahuan Hubungan Pacaran Seluruh Peserta Pada Pengukuran Sebelum (*pre-test*) Dan Sesudah (*post-test*) Pelatihan

Berdasarkan diagram 4.1 di atas, dapat dilihat bahwa nilai skor total pada pengukuran *pre test* ialah 67 dengan kategori sedang kemudian setelah diberikan pelatihan nilai skor total pada pengukuran *post test* berubah menjadi 120 dengan kategori tinggi. Hal ini mengartikan, bahwa seluruh subjek penelitian mengalami peningkatan pengetahuan hubungan pacaran setelah diberikan pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran.

Untuk dapat melihat aspek materi yang memberikan pengaruh terhadap perubahan pengetahuan hubungan pacaran, maka peneliti menyajikan diagram batang setiap materi sebagai berikut:

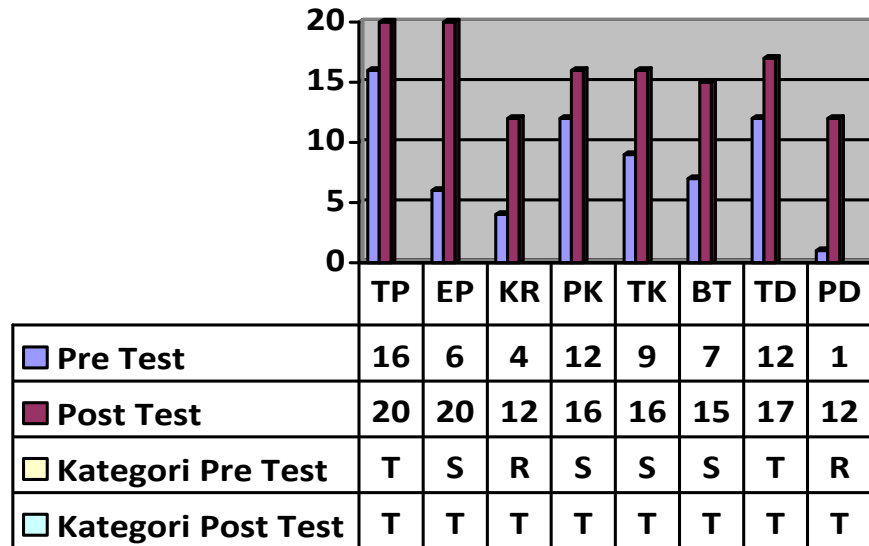


Diagram 4.2

Skor Total Setiap Materi Pengetahuan Hubungan Pacaran Seluruh Peserta Pada Pengukuran Sebelum (*pre-test*) Dan Sesudah (*post-test*) Pelatihan

Keterangan:

Pengetahuan Hubungan Pacaran: TP: Tugas Perkembangan; EP: Elemen Pacaran; KR: Kehamilan Remaja; PK: Pengambilan Keputusan; TK: Tipe Komunikasi; BT: Bahasa Tubuh; TD: Tahapan *D.E.S.C Script*; PD: Penerapan *D.E.S.C Script*

Berdasarkan diagram 4.2 di atas, dapat dilihat dari perubahan skor total setiap materi pada *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan bahwa, seluruh peserta penelitian secara umum menunjukkan peningkatan nilai skor pada setiap materinya namun secara kategori ada yang tidak mengalami perubahan kategori dikarenakan telah mencapai kategori maksimal yaitu kategori tinggi.

Pada aspek materi-materi yang diberikan, apabila diurutkan berdasarkan yang paling besar peningkatan nilai skor pengetahuan hingga yang terkecil ialah materi penerapan *D.E.S.C Script* (PD) meningkat sebesar 11 poin (dari 1 menjadi 12). Pada materi elemen pacaran (EP) meningkat sebesar 14 poin (dari 6 menjadi 20) kemudian pada materi kehamilan remaja (KR) meningkat sebesar 8 poin (dari 4 menjadi 12). Pada materi bahasa tubuh (BT) juga meningkat sebesar 8 poin (dari 4 menjadi 12). Pada materi tipe komunikasi (TK) meningkat sebesar 7 poin (dari 9 menjadi 16). Pada materi tahapan *D.E.S.C Script* (TD) meningkat sebesar 5 poin. Sedangkan, materi yang mengalami peningkatan terkecil ialah materi tugas perkembangan sebesar 4 poin (dari 16 menjadi 20) dan materi pengambilan keputusan sebesar 4 poin (dari 12 menjadi 16). Apabila dilihat berdasarkan kategori yang mengalami perubahan kategori ialah materi penerapan *D.E.S.C Script* dari kategori rendah (R) menjadi naik kategori tinggi (T). Pada materi elemen pacaran, pengambilan keputusan, tipe komunikasi, bahasa tubuh dari kategori sedang (S) menjadi naik kategori tinggi (T).

Perubahan skor total yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat dilihat lebih mendalam dengan melihat adanya perubahan pada setiap subjek secara kategorial sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pada setiap materi pengetahuan hubungan pacaran sebagai berikut:

No	Materi Pengetahuan Hubungan Pacaran	Subjek 1		Subjek 2		Subjek 3		Subjek 4		Kesimpulan Kategori
		Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post	
1.	Tugas Perkembangan (5 item)	5 (T)	5 (T)	4 (T)	5 (T)	4 (T)	5 (T)	3 (S)	5 (T)	Meningkat : 1 Tetap : 3
2.	Elemen Pacaran (4 item)	2 (S)	4 (T)	1 (R)	4 (T)	2 (S)	3 (T)	1 (R)	2 (S)	Meningkat : 4
3.	Kehamilan Remaja (4 item)	2 (S)	3 (T)	1 (R)	4 (T)	0 (R)	2 (S)	1 (R)	3 (T)	Meningkat : 4

4.	Pengambilan Keputusan (5 item)	2 (S)	3 (S)	4 (T)	5 (T)	4 (T)	5 (T)	2 (S)	3 (S)	Tetap : 4
5.	Tipe Komunikasi (5 item)	2 (S)	2 (S)	1 (R)	4 (T)	5 (T)	5 (T)	1 (R)	4 (T)	Meningkat : 2 Tetap : 2
6.	Bahasa Tubuh (5 item)	2 (S)	4 (T)	3 (S)	5 (T)	0 (R)	2 (S)	2 (S)	4 (T)	Meningkat : 4
7.	Tahapan <i>D.E.S.C Script</i> (6 item)	3 (S)	5 (T)	4 (T)	5 (T)	2 (R)	3 (S)	3 (S)	4 (T)	Meningkat : 3 Tetap : 1
8.	Penerapan <i>D.E.S.C Script</i> (4 item)	1 (R)	4 (T)	0 (R)	3 (T)	0 (R)	4 (T)	0 (R)	1 (R)	Meningkat : 3 Tetap : 1
Skor Total Pengetahuan Hubungan Pacaran (38 item)		19 (S)	30 (T)	18 (S)	35 (T)	17 (S)	29 (T)	13 (S)	26 (T)	Meningkat: 4

Keterangan: (R): Rendah; (S): Sedang; (T): Tinggi.

Tabel 4.4

Perubahan Kategori Pada Setiap Materi Pengetahuan Hubungan Pacaran Sebelum dan Sesudah Diberikan Pelatihan

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, menggambarkan perubahan kategori setelah pemberian pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C script*. Setelah diberikan pelatihan apabila diurutkan berdasarkan subjek yang paling banyak mengalami peningkatan kategori dimulai pada materi elemen pacaran, materi kehamilan remaja dan materi bahasa tubuh yaitu sebesar 100% (4 subjek). Kemudian, pada materi tahapan teknik *D.E.S.C Script* dan bentuk penerapan teknik *D.E.S.C Script* masing-masing subjek yang mengalami peningkatan kategori sebanyak 75% (3 subjek). Lalu, pada materi tipe komunikasi, subjek yang mengalami peningkatan kategori sebanyak 50% (2 subjek). Sedangkan, pada materi tugas perkembangan, subjek yang mengalami peningkatan kategori sebanyak 25% (1 subjek), hal ini dikarenakan tiga subjek (75%) sudah mencapai kategori yang diharapkan yaitu kategori tinggi.

Materi yang paling tidak mengalami perubahan pada seluruh subjek 100% (4 subjek) ialah materi pengambilan keputusan namun 2 subjek (50%) telah mencapai kategori yang diharapkan yaitu kategori tinggi. Hal ini artinya, ada tiga materi yang telah menunjukkan adanya perubahan pengetahuan hubungan pacaran yang terjadi pada seluruh subjek yaitu materi elemen pacaran, kehamilan remaja dan bahasa tubuh. Sedangkan, pada materi tugas perkembangan dan pengambilan keputusan yang menunjukkan telah adanya peserta yang mencapai kategori tinggi mengartikan bahwa materi yang diberikan tidak lagi cocok diberikan dengan karakteristik peserta seperti karakteristik subjek penelitian ini.

c) Hasil Evaluasi Proses Belajar Peserta Penerapan Teknik *D.E.S.C Script* dalam Konteks Berpacaran dengan Bermain Peran

Evaluasi terhadap observasi peserta saat melakukan bermain peran dapat diketahui adanya perubahan pengetahuan yang terjadi. Dalam bermain peran situasi pertama yaitu situasi peserta diajak untuk berpacaran ditempat yang gelap dan sepi. Peserta cenderung lepas dari kata-kata yang telah peserta tuliskan dalam buku catatan seperti peserta menulis bahwa ingin pulang dan tidak mau berduaan di tempat yang gelap dan sepi karena merasa tempat seperti itu dapat membahayakan diri dan pasangan namun pada saat bermain peran yang diungkapkan ialah pemaksaan terhadap pasangan untuk segera membawanya pulang. Hal ini terlihat dari segala respon dari lawan bicara, dihadapi dengan kebingungan sehingga peserta cenderung mengulang kembali kata-kata yang telah ia sampaikan seperti “pokoknya tidak mau” daripada memberikan penjelasan mengapa tidak mau. Alasan yang diungkapkan lebih pada pribadi pasangan yang bersifat abstrak daripada perilaku nyata pasangan.

Pola teknik *D.E.S.C Script* yang telah peserta tuliskan, menjadi tidak keluar ketika respon-respon pasangan tidak dapat dihadapi. Hal ini dikarenakan, peserta lebih fokus untuk

menjawab secara langsung tanggapan pasangan daripada mendengarkan pasangan dan fokus pada pengungkapan yang telah dituliskan sehingga pesan yang ingin disampaikan peserta tidak sampai pada lawan bicara bermain peran. Kemudian, bahasa tubuh yang ditampilkan juga belum sesuai seperti volume suara yang semakin mengecil apabila peserta tidak tahu apa yang harus ia respon dari lawan bicaranya. Sikap tubuh yang awalnya tegap menjadi menunduk dan menggerak-gerakkan badan yang mengesankan tidak mantap dengan pemikiran dan perasaan yang diungkapkan terkait ajakan perilaku seksual dari pasangan serta ekspresi wajah dan kontak mata yang kurang dapat dipertahankan.

Dalam bermain peran situasi kasus kedua yaitu ajakan pasangan untuk melakukan hubungan seksual. Peserta dapat lebih fokus pada apa yang telah ia tuliskan. Apapun respon yang diberikan oleh pasangan, peserta kembalikan dengan apa yang telah ia tuliskan. Hal ini dikarenakan, apa yang telah dituliskan oleh peserta telah lengkap dan sesuai dengan apa yang ingin peserta sampaikan dari segi pemikiran alasan menolak, perasaan yang dirasakan, keinginan untuk adanya perilaku baru dari pasangan yang jelas serta bentuk-bentuk konsekuensi yang tepat. Peserta lebih fokus pada tahap penyampaian keinginan untuk adanya perilaku baru dan penjelasan tahapan konsekuensi terhadap lawan bicara namun untuk mendeskripsikan situasi yang mengganggu peserta masih menggunakan kata-kata yang cenderung meluas. Begitu pula, peserta lebih mengungkapkan emosi perasaan sekali dan berusaha untuk tidak mengulangi dikarenakan emosi perasaan negative yang dirasakan dapat dengan ditepis oleh lawan bicara daripada ketika peserta mengungkapkan keinginannya dan konsekuensi.

Pembahasan

Fokus pembahasan pada penelitian ini adalah untuk menjawab pertanyaan penelitian yaitu apakah rancangan pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran dapat digunakan untuk mengubah pengetahuan hubungan pacaran pada remaja perempuan usia 15-16 tahun.

Hasil pengujian hipotesis pada penelitian ini dengan analisis deskriptif menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan hubungan pacaran pada peserta setelah mengikuti pelatihan dalam bentuk adanya peningkatan kategori. Selain itu apabila dilihat dari hasil observasi peserta ketika melakukan bermain peran komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran terlihat adanya perubahan di dalam isi konten dalam berkomunikasi asertif. Artinya, rancangan pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran dapat digunakan untuk mengubah pengetahuan hubungan pacaran pada remaja perempuan usia 15-16 tahun.

Faktor yang mendukung rancangan pelatihan dari segi materi yang dapat digunakan bagi remaja perempuan usia 15-16 ialah materi elemen pacaran, kehamilan remaja, bahasa tubuh, tahapan dan penerapan *D.E.S.C Script*. Materi elemen pacaran dan kehamilan remaja disusun berdasarkan minat dan kebutuhan yang sedang berkembang di kehidupan sosial remaja. Hal ini sesuai dengan Santrock (2007), yang mengemukakan bahwa minat remaja terhadap informasi mengenai lawan jenis meningkat di masa remaja. Sebelum subjek mengikuti pelatihan, ada informasi yang masih salah yang diketahui oleh subjek khususnya materi elemen pacaran dan kehamilan remaja. Subjek belum mengetahui adanya elemen-elemen yang membentuk suatu hubungan pacaran sehingga suatu hubungan yang dekat dengan lawan jenis belum tentu dapat dikatakan sebagai hubungan pacaran. Setelah diberikan pelatihan, remaja perempuan menjadi paham bahwa dalam memenuhi tugas perkembangan yaitu dapat menjalin hubungan baik dengan

teman lawan jenis memerlukan rasa percaya kepada pasangan, perhatian kasih sayang yang tidak merugikan pasangan serta kedekatan emosi dan sebuah komitmen.

Dengan adanya, pemahaman yang diberikan setelah pelatihan khususnya tahapan dan penerapan *D.E.S.C Script* memudahkan subjek menggunakan pengetahuan mengenai elemen pacaran dan kehamilan remaja di dalam menggunakan komunikasi asertif *D.E.S.C Script*, ketika menyatakan keinginan untuk adanya perilaku baru yang ditampilkan pasangan dan pemberian konsekuensi.

Metode pembelajaran yang digunakan di dalam pelatihan terdiri dari metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan bermain peran. Metode ceramah interaktif yang digunakan pada materi tugas perkembangan, elemen pacaran serta pengambilan keputusan memiliki hasil perubahan pengetahuan yang berbeda-beda. Pada materi tugas perkembangan, ceramah interaktif yang digunakan kurang melibatkan keseluruhan peserta. Tanya jawab yang terjadi juga cenderung kurang, hal ini dikarenakan didapatkan bahwa peserta telah mengetahui informasi terkait materi tugas perkembangan. Dampak pada partisipan yang diberikan materi pelatihan yang telah diketahui, dapat menyebabkan rasa bosan pada partisipan sehingga rasa bosan pada partisipan di materi pertama ini akan berpengaruh pada kegiatan berikutnya (Pribadi, 2014). Sehingga, metode ceramah interaktif tidak dapat memberikan perubahan pengetahuan pada materi yang telah diketahui oleh peserta dikarenakan pencapaian yang dicapai peserta sebelum mengikuti pelatihan telah mencapai kategori tinggi. Ceramah interaktif pada materi pengambilan keputusan pun sama dengan pada materi tugas perkembangan. Dimana, informasi yang diberikan telah dapat dipahami peserta sehingga tanya jawab antar peserta kurang terlaksana.

Namun penggunaan ceramah interaktif dalam memberikan informasi pada materi elemen pacaran menghasilkan hal yang berbeda. Peserta lebih banyak mengeluarkan pertanyaan dan mau

melibatkan diri dengan berbagi pengalamannya. Sehingga, interaktif antara fasilitator dengan peserta lebih banyak terjadi sehingga dapat mencapai persepsi yang sama mengenai apa yang fasilitator ingin sampaikan. Artinya, dengan metode ceramah interaktif pada materi yang merupakan minat peserta dapat mengubah pengetahuan peserta. Hal ini sesuai dengan waktu durasi yang diberikan dalam materi elemen pacaran yang berkisar antara 40 menit. Waktu konsentrasi remaja dapat mencapai lebih dari 45 menit terhadap materi yang disukai atau menarik perhatiannya bagi peserta.

Metode pembelajaran yang kedua yang digunakan ialah metode diskusi kelompok. Diskusi kelompok digunakan pada materi kehamilan remaja, tipe komunikasi dan bahasa tubuh. Dalam penjelasan materi di atas, dalam diskusi kelompok telah diberikan materi pengantar untuk menjelaskan materi yang akan didiskusikan. Dalam penggunaan diskusi kelompok, peserta diberikan sebuah kasus lewat *film* dan lembar karton yang berisikan tabel kolom. Memberikan kesempatan peserta waktu untuk saling menentukan hasil dari yang didiskusikan dapat memancing peserta yang kurang aktif menjadi lebih mau melibatkan diri. Peserta saling berbagi informasi yang ia ketahui dan saling memperbaiki pengetahuan yang dimiliki dengan adanya perbedaan pendapat antar peserta. Selain itu, peserta juga diskusi kelompok yang terjadi pada materi kehamilan remaja , tipe komunikasi dan bahasa tubuh memberikan perubahan skor pengetahuan yang cukup besar karena terjadi perubahan kategori.

Metode ketiga yang digunakan ialah metode bermain peran. Metode ini digunakan paling akhir setelah peserta diberikan pengetahuan untuk mampu menerapkan komunikasi asertif *D.E.S.C Script*. Dengan menggunakan metode bermain peran, peserta dihadapkan dengan latihan secara praktik yang respon dari lawan bicara belum diketahui. Hal ini membuat peserta mengeluhkan rasa bingung didalam menerapkan bermain peran walaupun telah membawa

catatan yang berisi ungkapan-ungkapan yang hendak diungkapkan. Walaupun peserta merasa kebingungan namun peserta mampu memahami dan membedakan dengan tepat mana kalimat-kalimat yang sesuai dengan tahapan *D.E.S.C Script* yang digunakan dalam tes pengetahuan sehingga menghasilkan skor yang perubahan kategori yang besar setelah diberikan pelatihan. Hal ini sesuai dengan pemahaman Piaget (2000), yang menyatakan bahwa ketika peserta berada dalam kondisi bingung dalam menyerap informasi maka terjadi proses tidak seimbang di dalam diri peserta atau biasa disebut *disequilibrium*. *Disequilibrium* yakni semacam ketidaknyamanan mental yang mendorongnya untuk mencoba membuat pemahaman tentang apa yang mereka saksikan. Maka dengan melakukan penggantian, mengorganisasi kembali atau mengintegrasikan secara baik skema-skema mereka (dalam kata-kata lain melalui akomodasi), peserta akhirnya mampu memecahkan konflik, mampu memahami kejadian-kejadian yang sebelumnya membingungkan, serta kembali mendapatkan keseimbangan pemikiran.

Berdasarkan hasil evaluasi penilaian terhadap pelatihan khususnya fasilitator didapatkan bahwa peserta merasa puas dengan penyajian dari fasilitator. Hal ini didukung oleh suara fasilitator yang cukup terdengar dengan jelas, mau memberikan peserta kesempatan untuk bertanya dan dapat memberikan penjelasan kepada peserta yang belum mengerti. Selain itu, secara fasilitas pelatihan yang diberikan peserta menyatakan kepuasannya namun untuk waktu pelatihan yang dilakukan selama dua hari masih dirasakan kurang puas dan menginginkan adanya waktu pelatihan diperpanjang agar peserta dapat lebih memahami materi yang baru seperti *D.E.S.C Script*.

Alat ukur yang digunakan di dalam pelatihan ialah tes pengetahuan hubungan pacaran dan lembar observasi pada sesi bermain peran komunikasi asertif *D.E.S.C Script*. Tes pengetahuan yang dirancang peneliti yang berisi 38 pertanyaan belum mencakup semua apa yang

diajarkan dalam setiap sesi materi. Sehingga hasil belajar yang terjadi kurang dapat didokumentasikan oleh peneliti. Namun dapat didukung oleh hasil observasi selama pelatihan.

Evaluasi terhadap observasi peserta saat melakukan bermain peran dapat diketahui adanya perubahan pengetahuan yang terjadi. Dalam bermain peran situasi pertama yaitu situasi peserta diajak untuk berpacaran ditempat yang gelap dan sepi. Peserta cenderung lepas dari kata-kata yang telah peserta tuliskan dalam buku catatan. Hal ini terlihat dari segala respon dari lawan bicara, dihadapi dengan kebingungan sehingga peserta cenderung mengulang kembali kata-kata yang telah ia sampaikan seperti “pokoknya tidak mau” daripada memberikan penjelasan mengapa tidak mau. Alasan yang diungkapkan lebih pada pribadi pasangan yang berisifat abstrak daripada perilaku nyata pasangan.

Pola teknik *D.E.S.C Script* yang telah peserta tuliskan, menjadi tidak keluar ketika respon-respon pasangan tidak dapat dihadapi. Hal ini dikarenakan, peserta lebih fokus untuk menjawab secara langsung tanggapan pasangan daripada mendengarkan pasangan dan fokus pada pengungkapan yang telah dituliskan sehingga pesan yang ingin disampaikan peserta tidak sampai pada lawan bicara bermain peran. Kemudian, bahasa tubuh yang ditampilkan juga belum sesuai seperti volume suara yang semakin mengecil apabila peserta tidak tahu apa yang harus ia respon dari lawan bicaranya. Sikap tubuh yang awalnya tegap menjadi menunduk dan menggerak-gerakkan badan yang mengesankan tidak mantap dengan pemikiran dan perasaan yang diungkapkan terkait ajakan perilaku seksual dari pasangan serta ekspresi wajah dan kontak mata yang kurang dapat dipertahankan.

Dalam bermain peran situasi kasus kedua, peserta dapat lebih fokus pada apa yang telah ia tuliskan. Apapun respon yang diberikan oleh pasangan, peserta kembalikan dengan apa yang telah ia tuliskan. Hal ini dikarenakan, apa yang telah dituliskan oleh peserta telah lengkap dan

sesuai dengan apa yang ingin peserta sampaikan dari segi pemikiran alasan menolak, perasaan yang dirasakan, keinginan untuk adanya perilaku baru dari pasangan yang jelas serta bentuk-bentuk konsekuensi yang tepat. Peserta lebih fokus pada tahap penyampaian keinginan untuk adanya perilaku baru dan penjelasan tahapan konsekuensi terhadap lawan bicara namun untuk mendeskripsikan situasi yang mengganggu peserta masih menggunakan kata-kata yang cenderung meluas. Begitu pula, peserta lebih mengungkapkan emosi perasaan sekali dan berusaha untuk tidak mengulangi dikarenakan emosi perasaan negative yang dirasakan dapat dengan ditepis oleh lawan bicara daripada ketika peserta mengungkapkan keinginannya dan konsekuensi.

V. Kesimpulan

Rancangan pelatihan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dalam konteks berpacaran yang telah disusun dapat digunakan untuk mengubah pengetahuan hubungan pacaran pada remaja perempuan usia 15-16 tahun. Hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan skor pengetahuan hubungan pacaran sesudah diberikan pelatihan serta perubahan secara kualitatif dalam mengetahui cara menerapkan komunikasi asertif *D.E.S.C Script* dengan bermain peran.

VI. Referensi

- Ahmadi, A. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Rhineka Cipta.
- Ardiantini, N. (2009). *Hubungan Asertivitas dengan Kecenderungan Mengalami Kekerasan Emosional pada Perempuan yang Berpacaran*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi)*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arrindell, A.W, et al.(1997).*Gender Roles inrelation to Assertiveness and Eysenckian personality Dimension : Replication with A spanish popilation sample*.*Sex Roles: a journal of research*.
- Azhar, Arsyad. (2003). *Media Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- BKKBN. (2004). *Remaja Berani Bicara "Stop" Hubungan Seks Pranikah (online)*. Diakses pada 7 April 2014, dari <http://BKKBN.go.id/article.detail.php?aid:99>
- Bower, S. A. (1991). *Asserting Yourself: A Practical Guide for Positive Change*. Cambridge, MA: Perseus Books.
- Bloom, Benjamin S., etc. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives : The Classification of Educational Goals, Handbook I Cognitive Domain*. New York : Longmans, Green and Co.
- Connolly, J., Craig, W., Goldberg, A., & Pepler, D. (2004). *Mixed-gender groups, dating, and romantic relationships in early adolescence*. *Journal of Research on Adolescence*, 14(2), 185–207.
- Campbell, DT & Stanley, JC. (1966). *Experimental and Quasi-Experimental Designs for Research*. Chicago: Rand McNally College Publishing Company.
- Dickson, Anne. (2001). *A Woman in Your Own Right: Assertiveness and You Kindle Edition*. London: Quartet Books Limited
- Duarsa, N. W. (2007). Remaja dan Infeksi Menular seksual, dalam: Soetjningsih. Tumbuh Kembang remaja dan permasalahannya. Jakarta: CV. Sagung Seto, 135.
- Duvall, E.M & Miller, B.C. (1985). *Marriage and family development. Sixth edition*. NY, USA: Harper & Row, Publisher.
- Florseheim, Paul. (2003). *Adolescent Romantic and Sexual Behaviour: Theory, Research, And Practical Implication*. London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Graziano, A. M & Raulin, Michael J., (2000). *Research Methods A Process of Inquiry*. USA: A Pearson Education Company.
- Haryanto, A. (2010). Diakses pada 15 Maret 2014, dari <http://eprints.uny.ac.id/9575/1/bab%201%20-%20NIM.%2008104244020.pdf>
- Haryanto. (2011, September 06). Remaja dan Kesehatan Reproduksi. p. 2.
- Havighurst, Robert J., (1961), *Human Development and Education*. New York: Longmans, Green and Co.
- Hurrahman, F. (2008) *Metode demonstrasi dan eksperimen*. Diakses 10 agustus 2015. Dari <http://udhiexz.wordpress.com>.
- Hurlock, Elizabeth., (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Kehidupan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Indrayani, Saepudin, A., (2008). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kehamilan Pranikah di Kalangan Pelajar di Desa Setianagara Kecamatan Cilimus Kabupaten Kuningan Tahun 2008, STIKES Kuningan Garawangi.
- Indrawati, S. S. (2012). PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI SEBELUM DAN SESUDAH PENYULUHAN DI SMA NEGERI 2 UNGARAN KABUPATEN SEMARANG TAHUN 2011. *Jurnal Kebidanan, Vol. IV , 27*.
- Janis, I.L. & Mann, L. (1977). *Decision Making: A psychological Analysis of Conflict, Choice, and Commitment*. London: Free Press.
- Kirkpatrick, D. L. (1998). *Evaluating Training Program, 2nd edition*. San Fransisco: Berrett-Koehler Publishers, Inc.
- KPAI. (2010). Badai menerpa remaja Indonesia: seks dan HIV/AIDS. Diakses tanggal 15 Maret 2014, dari <http://www.kpai.go.id>
- Kubiszyn, T. & Borich, G(2000), *Educational Testing and Measurement : Classroom Application and Practice. Sixth Edition*. New York : John Wiley &

- Sons, Inc.
- Kohls, L. R, and H. L. Brussow. (1995) *Training Know-How for Cross Cultural and Diversity Trainers*. Duncanville, TX: Adult Learning Systems.
- Lewin, K. (1974). Feedback problems of social diagnosis and action. In: *Modern systems research ...*, ed. by W. Buckley, 441--444.
- Louisell, Robert D & Jorge Descamps. (1992). *Developing a Teaching Style: Methods for Elementary School Teacher*. New York: Harper Collins Publisher.
- Machfoed, Hasan (2011). Diakses pada 8 Agustus 2014, dari health.kompas.com
- Martin, R.A & Poland, E.Y.(1980). *Learning change : a self management approach to adjustment*.New York: Mc GrawHill
- McNeilly, R.A.& Yorke, C.(1990). *Social skills training and the role of a cognitive component in developing school assertion in adolescents*. Canadian Journal of Counseling,24, 217-228.
- Notoatmodjo. 2003.*pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ogden, J. (2007). *Health Psychology: A Textbook. 4th Edition*. New York: Mc Graw Hills.
- Papalia, D.E. dan Olds, S.W. (2004). *Human Development (9th Ed)*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Pratiwi, A. T. (2013). *Coping Remaja Perempuan yang Hamil Di Luar Nikah. Psikologi UB* .
- Pribadi, A. Benny (2014). *Desain dan Pengembangan Program Pelatihan Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Perdana Media Group.
- Pfeiffer, R. (2010). *Relationships: Assertiveness Skills*. United States: Growth Publishing.
- Rakos, R.F.(1991). *Assertive Behavior. Theory, research and training*. New York: Routledge, Chapman & Hall inc.
- Rae, Leslie (2005). *The Art of Training and Development*. Jakarta: PT Gramedia.
- Rodrigues, et al.(2001).*Significant Variable Associated With Assertiveness Among Hispanic College Women*. Journal of Instructional Psychology
- Santrock, J. W. (2003). *Child Development Thirteen Edition*. New York: The Mc Graw Hill Companies, Inc.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan (edisi kedua) (penerj, Tri Wibowo B.S)*. Jakarta: Kencana.
- Saputra, A. (2009). Diakses pada 4 April 4 2014, dari <http://library.stikesnh.ac.id>
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- SDKI. (2007). *Survey Dinas Kesehatan Indonesia*
- Set, Soni. (2008). *500+ Gelombang Video Porno Indonesia*. Jakarta : Andi Publisher
- Sloane & Benedict. (2009). *Petunjuk lengkap kehamilan*. Alih Bahasa, Anton Adiwiyoto. Jakarta: Pustaka Mina.
- Slameto. (1991). *Perspektif Bimbingan Konseling dan Penerapannya di Berbagai Institusi*. Semarang: Satya Wacana.
- Smith, E. R. (2000). *Social Psychology Second Edition*. Philadelphia: PSYCHOLOGY PRESS.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Soetjningsih. (2010). *Bahan Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Stein, S. (2004). *Ledakan IQ 15 Prinsip Dasar Kecerdasan Emosional Meraih Sukses*. Bandung: Kaifa.
- Sorensen, S. (2007). *Adolescent Romantic Relationships*. New York: Act For Youth Center of Excellence.
- Taufik. (2005). Seksualitas Remaja: Perbedaan Seksualitas Antara Remaja yang Tidak Melakukan Hubungan Seksual dan Remaja yang Melakukan Hubungan Seksual. *Jurnal Penelitian Humanira* , 115-129.
- Triratnawati, A. (1999). *Perilaku Seks Mahasiswa dan Pencegahan AIDS*. *Epidemiologi Indonesia* , 31.
- UNICEF. (2008, July 11). Plan Your Future, Plan Your Family. *Young People and Family Planning: Teen Pregnancy* , p. 1.
- Wiggins, Mark W, & Bollwerk, Sandra, (2006). *Heuristic – Based Information Acquisition dan Decision making among Pilots*. *Journal Human Factor*, Vol.48 (4) 734-747
- Yuliasuti, L. (2014). *Siswa Kelas VII Tentang Pubertas di SLTPN I Nguntoronadi Magetan Tahun 2012*. *Delima Harapan* , 52.
- Zulkarnain. (2007). Diakses pada 16 Maret 2014, dari <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/23483/4/Chapter%20I.pdf>