

**LATIHAN ASERTIF KOMUNIKASI KELUARGA BAGI WARGA
BINAAN PEMASYARAKATAN**
(*Assertive Family Communication Applied for Inmates*)

Abigael Grace Prasertiani¹, Megah Andriany²

Fakultas Keperawatan, Universitas Katolik Widya Mandala, Surabaya¹

Departemen Ilmu Keperawatan, Universitas Diponegoro, Semarang²

Email: abigael@ukwms.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Komunikasi keluarga pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) menjadi masalah yang belum banyak untuk digali. WBP dalam berkomunikasi pada keluarga juga mengalami hambatan, komunikasi keluarga pada WBP penting untuk menekan terjadinya residivis. Tujuan studi ini untuk mengetahui efektivitas latihan asertif dalam komunikasi secara asertif. **Metode:** Metode yang digunakan adalah *one group pre post-test design*, dengan teknik pengambilan sampling yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 30 responden. Proses pengumpulan data yaitu semua responden diminta mengisi kuesioner komunikasi sebelum dilakukan intervensi aplikasi yaitu latihan asertif. Setelah diberikan latihan asertif, responden akan diberikan kuesioner lagi. **Hasil:** Hasil aplikasi ini adalah adanya peningkatan sebesar 33% komunikasi asertif pada WBP, dan 40% WBP perlu dibantu sebagian dan 40% lainnya perlu dibantu sepenuhnya. **Pembahasan:** Latihan asertif sangat efektif dan dapat membantu meningkatkan kemampuan WBP melakukan komunikasi asertif, komunikasi asertif dapat meningkatkan hubungan interpersonal terutama dengan keluarga agar tidak terjadi perceraian. Selain itu dengan berkomunikasi asertif menambahkan kepercayaan diri, mengurangi kecemasan, dan stres. **Kesimpulan:** Latihan asertif efektif untuk meningkatkan komunikasi pada WBP, latihan asertif perlu dikembangkan lagi dengan menambahkan monitor dan evaluasi.

Kata kunci: Keluarga, Komunikasi, Latihan asertif, Warga binaan pemasyarakatan

ABSTRACT

Introduction: Family communication in inmates is a problem that has not been explored much. WBP in communicating with family experiences obstacles, family communication in WBP is important to reduce the occurrence of recidivism. This study aims to determine the effectiveness of assertive training in assertive communication. **Methods:** The method used is a one-group test design, with a sampling technique that is purposive sampling with a sample size of 30 respondents. The data collection process is that all respondents are asked to fill out a communication questionnaire before the application intervention, namely assertive training. After being given assertive training, respondents will be given a questionnaire again. **Results:** The result of this application is an increase of 33% in assertive communication in WBP, and 40% of WBP need partial assistance and 40% need to be fully assisted. **Discussion:** Assertive training is very effective and

*can help improve the ability of WBP to do assertive communication, assertive communication can improve interpersonal relationships, especially with families so that divorce does not occur. In addition, assertive communication adds confidence and reduces anxiety and stress. **Conclusion:** Assertive training is effective for improving communication in WBP, assertive training needs to be developed further by adding monitoring and evaluation.*

Keywords: Family, Communication, Assertive training, inmates

PENDAHULUAN

Masalah komunikasi dalam keluarga Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) masih belum banyak untuk dibahas. Komunikasi dalam keluarga sangat penting sebagai proses dinamika keluarga, karena komunikasi sebagai dorongan anggota keluarga untuk mengekspresikan perasaan, emosi, opini, maupun keyakinan dalam keluarga (Osredkar, 2012). Komunikasi keluarga juga merupakan dasar interaksi sosial antar anggota keluarga yang sangat penting dalam hubungan sehat dalam keluarga (Olson & Barnes, 2004); (Thomas-Maddox & Blau, 2013). Berkomunikasi dengan anggota keluarga WBP terdapat hambatan seperti terbatasnya waktu maupun ruang, tetapi WBP masih dapat melakukan komunikasi dengan keluarga melalui telepon dan waktu kunjungan (Wang, 2021).

Prevalensi keluarga dengan masalah komunikasi masih belum ada angka yang pasti, tetapi prevalensi keluarga yang mengalami kerenggangan sebanyak 43,5% dari 154 keluarga inti (Conti, 2015). Kerenggangan keluarga dapat disebabkan banyak faktor salah satunya adalah faktor dalam keluarga

karena kurangnya komunikasi (Ferraro, K, Johnson J., Jorgensen S., 2015).

Kerenggangan dalam keluarga dapat menjadi konflik antar anggota keluarga, adanya gangguan psikologis yang dapat mempengaruhi kesehatan mental, adanya gangguan pada kemampuan dalam menyelesaikan pekerjaan yang optimal, menjadi pemicu tindak kriminal, dan terjadinya bunuh diri (Growthia, 2016). Melakukan komunikasi secara langsung dapat mengurangi terjadinya konflik, meningkatkan kepercayaan diri, dan meningkatkan hubungan interpersonal (Victoria Government, 2019).

Komunikasi dibagi menjadi tiga tipe yaitu: non asertif, asertif, dan agresif (Belmont Wellness, 2017). Latihan asertif merupakan teknik komunikasi yang menggabungkan teknik pasif/non asertif dan agresif. Penggabungan ini untuk melihat seseorang dapat mengkomunikasikan sesuatu dengan tepat, misalnya kapan seseorang komunikasi lembut dan kapan seseorang dapat mengkomunikasikan sesuatu yang tidak setuju tetapi tidak menyakiti orang lain (Pipaş & Jaradat, 2010).

BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan adalah *one group pre-post test design* untuk menemukan perbedaan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Populasi dalam aplikasi ini adalah WBP berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Instrumen yang digunakan adalah instrumen tiga macam komunikasi, yang terbagi dengan non

asertif, asertif, dan agresif. Kegiatan ini dilakukan dalam waktu 3 minggu dan perminggunya dilakukan 5 hari (hari Senin-Jumat). Langkah-langkah pengumpulan data yaitu melakukan pre-test komunikasi pada WBP dengan menggunakan tipe komunikasi, pertemuan berikutnya diberikan intervensi latihan asertif selama 3 kali, dan pada pertemuan terakhir diberikan kuesioner skala komunikasi keluarga.

HASIL

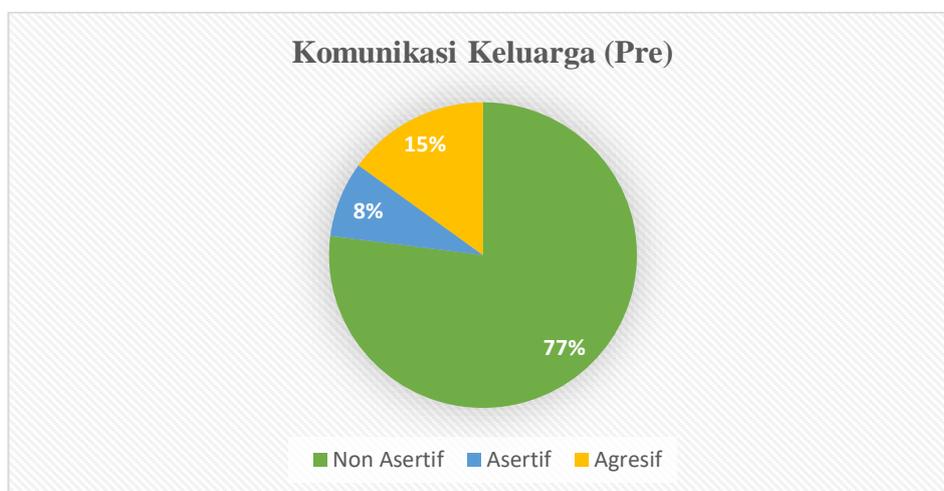
Hasil dalam kegiatan ini dibagi menjadi dua bagian, yaitu data demografi dan data inti. Data demografi berisi data status pernikahan, usia, agama, dan suku. Diketahui bahwa 48% status

pernikahan WBP adalah menikah, 50% kebanyakan WBP pada kelompok usia 26-35 tahun, 83% WBP beragama Islam, dan suku terbanyak adalah Jawa yaitu 23%.

Tabel 1. Data Demografi Latihan Asertif Komunikasi Keluarga bagi Warga Binaan Pemasyarakatan

Data demografi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Status pernikahan		
Menikah	14	48
Janda	11	35
Belum menikah	5	17
Total	30	100
Usia		
< 17 tahun	1	3
17-25 tahun	4	13
26-35 tahun	15	50
36-45 tahun	8	27
46-55 tahun	2	7
Total	30	100
Agama		
Islam	25	83
Kristen	3	11
Katolik	1	3
Buddha	1	3
Total	30	100
Suku		

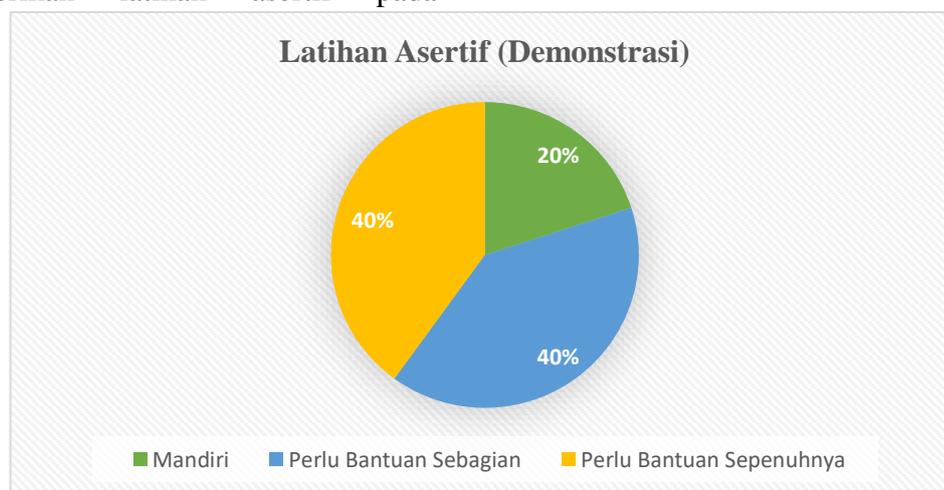
Data demografi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jawa	23	77
Tionghoa	5	17
Betawi	1	3
Sunda	1	3
Total	30	100



Gambar 1. Data Komunikasi Keluarga Pre bagi Warga Binaan Pemasyarakatan

Dari gambar 1 dapat dijelaskan bahwa 77% WBP dalam berkomunikasi keluarga sebelum diberikan latihan asertif pada

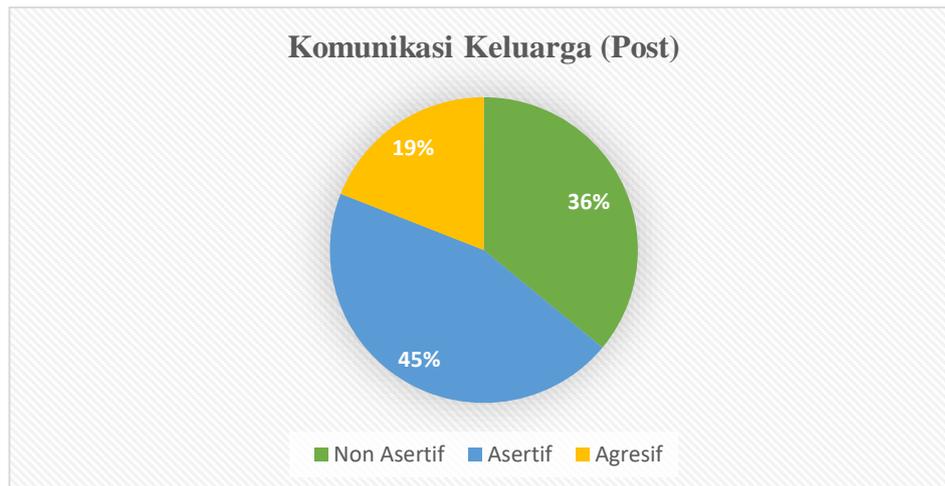
kelompok komunikasi non asertif dan 8% WBP dapat melakukan komunikasi asertif.



Gambar 2. Hasil Demonstrasi Latihan Asertif Warga Binaan Pemasyarakatan

Dari gambar 2 dapat dijelaskan bahwa selama WBP dalam melakukan latihan asertif komunikasi

keluarga 40% perlu bantuan sebagian dan 40% perlu bantuan sepenuhnya.



Gambar 3. Data Komunikasi Keluarga Post bagi Warga Binaan Pemasyarakatan

Dari gambar 3 dapat dijelaskan data komunikasi keluarga (post) bahwa 45% WBP dapat melakukan komunikasi dengan asertif

PEMBAHASAN

Data demografi pada status pernikahan menjelaskan bahwa sebagian besar WBP menikah. Penelitian terdahulu menjelaskan bahwa ada hubungan sekitar 40% antara pernikahan dengan perceraian terutama bagi keluarga dengan anggota keluarga WBP. Perceraian ini dapat terjadi karena masalah komunikasi yang dapat menyebabkan rendahnya rasa cinta, kecemasan ekonomi akibat kehilangan pencari nafkah, dan perubahan sosial akibat stigma yang dapat memengaruhi pasangan WBP (Siennick et al., 2014). Komunikasi dalam keluarga dengan anggota WBP juga merupakan salah satu ketahanan keluarga untuk mendukung penurunan terjadinya residivis (Friedmann, 2014). Penting sekali untuk membangun dan memperat

sedangkan terendah 19% pada WBP komunikasi keluarga dengan agresif.

status pernikahan bagi WBP yaitu dengan komunikasi keluarga supaya keutuhan dan ketahanan keluarga tetap terpelihara.

Hasil komunikasi keluarga sebelum dilakukan latihan asertif terbanyak pada komunikasi keluarga komunikasi non asertif sebanyak 77%. Komunikasi non asertif merupakan kegagalan seseorang untuk mengekspresikan tentang perasaan, pikiran, keyakinan secara jujur kepada orang lain (VA Health Care, 2013). Perlu sekali seseorang untuk dapat berkomunikasi secara asertif untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Hasil latihan asertif di atas sebanyak 40% WBP masih memerlukan bantuan sebagian, dan 40% WBP memerlukan bantuan total dalam melakukan komunikasi dengan keluarga. Latihan asertif memiliki

banyak manfaat pada kelompok, latihan asertif dapat meningkatkan *self-esteem* pada kelompok dewasa yang stres dan latihan asertif komunikasi memiliki konsekuensi positif pada keyakinan dalam berperilaku pada kelompok perawat (Omura et al., 2018; Parray & Kumar, 2017). Latihan asertif lebih efektif diberikan langsung dengan demonstrasi dan menggunakan strategi intervensi berkelompok. Demonstrasi bertujuan untuk mengetahui umpan balik terhadap perubahan perilaku dalam berkomunikasi (Omura et al., 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan asertif memberikan dampak dalam peningkatan kepuasan dalam komunikasi interpersonal, peningkatan dalam *self-esteem*, dan peningkatan dalam identitas diri (Lin et al., 2004). Latihan asertif sangat mudah dan efektif dapat dilakukan oleh WBP.

Hasil komunikasi keluarga setelah dilakukan latihan asertif terbanyak adalah komunikasi asertif 45%. Terdapat adanya peningkatan sebelum dan sesudah sebanyak 33%. Komunikasi asertif merupakan keterampilan dasar berkomunikasi sehingga dapat menciptakan interaksi baik dengan orang lain, mengurangi

stres, terciptanya kepercayaan, dan lebih percaya diri (Mayo Clinic, 2021). Kepercayaan diri juga berhubungan dengan perilaku agresif bagi WBP perempuan, perilaku agresif ini bisa dilakukan secara fisik, verbal, marah, dan keinginan tidak berteman dengan siapapun (Kalemi et al., 2019). Penting sekali bagi WBP khususnya perempuan untuk melakukan komunikasi secara asertif untuk memelihara hubungan dengan orang lain.

Latihan asertif ini sangat mudah dan efektif diberikan pada WBP, saran bagi penelitian selanjutnya adalah dapat melakukan kegiatan ini pada WBP laki-laki, jumlah responden yang lebih banyak, dan perlu adanya monitoring dan evaluasi kegiatan.

SIMPULAN DAN SARAN

Latihan asertif sangat efektif dan dapat meningkatkan komunikasi asertif bagi WBP dan memerlukan monitoring dan evaluasi/rencana tindak lanjut.

Perlu adanya dukungan terutama perawat Lembaga Pemasarakatan untuk melakukan latihan intervensi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Belmont Wellness. (2017). *The Three Types of Communication*. <https://belmontwellness.com/wp-content/uploads/Three-types-of-Communication-Belmont-Wellness.pdf>
- Conti, R. P. (2015). Family estrangement: establishing a prevalence rate. *Journal of Psychology and Behavioural Science*, 3(2), 28–35.

- <https://doi.org/10.15640/jpbs.v3n2a4>
- Ferraro, K, Johnson J., Jorgensen S., B. (2015). Problems of prisoners' families the hidden cost of imprisonment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 27(2), 1–16.
<https://doi.org/0803973233>
- Friedmann, A. (2014). *Lowering Recidivism through Family Communication*.
<https://www.prisonlegalnews.org/news/2014/apr/15/lowering-recidivism-through-family-communication/>
- Growthia. (2016). *5 Dampak masalah dan konflik keluarga*. Growthia. growthia.net
- Kalemi, G., Michopoulos, I., Efstathiou, V., Tzeferakos, G., Gkioka, S., Gournellis, R., & Douzenis, A. (2019). Self-esteem and aggression in women: differences between female prisoners and women without criminal records. *Women and Health*, 59(10), 1199–1211.
<https://doi.org/10.1080/03630242.2019.1593284>
- Lin, Y. R., Shiah, I. S., Chang, Y. C., Lai, T. J., Wang, K. Y., & Chou, K. R. (2004). Evaluation of an assertiveness training program on nursing and medical students' assertiveness, self-esteem, and interpersonal communication satisfaction. *Nurse Education Today*, 24(8), 656–665.
<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2004.09.004>
- Mayo Clinic. (2021). *Being Assertive: Reduce Stress, Communicate Better*.
<https://www.mayoclinic.org/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/assertive/art-20044644>
- Omura, M., Stone, T. E., Maguire, J., & Levett-jones, T. (2018). Nurse education today exploring Japanese nurses' perceptions of the relevance and use of assertive communication in healthcare: A qualitative study informed by the Theory of Planned Behaviour. *Nurse Education Today*, 67, 100–107.
<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.05.004>
- Osredkar, P. (2012). The relationship between family communication patterns and individual's emotional intelligence [University of Portland]. In *University of Portland* (Vol. 1, Issue 1).
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.575>
- Parray, W. M., & Kumar, S. (2017). Impact of assertiveness training on the level of assertiveness, self-esteem, stress, psychological well-being and academic achievement of adolescents. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 8(12), 1476–1480.
- Pipaş, M. D., & Jaradat, M. (2010). Assertive communication skills. *Annales Universitatis Apulensis Series Oeconomica*, 12(2), 649–656.

- Siennick, S. E., Stewart, E. A., & Staff, J. (2014). EXPLAINING THE ASSOCIATION BETWEEN INCARCERATION AND DIVORCE*. *Criminology*. <https://doi.org/10.1111/crim.2011.52.issue-3/issuetoc>
- Thomas-Maddox, C., & Blau, N. (2013). Why does my family communicate this way?: Theories of family communication. In *Family communication: Relationship Foundations* (pp. 43–64). Spotmatik, Shutterstock, Inc.
- VA Health Care. (2013). *Assertive Communication*.
- Victoria Government. (2019). *Assertiveness - Better Health Channel*. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/assertiveness>
- Wang, L. (2021). *Research roundup: The Positive Impacts of Family Contact for Incarcerated People and Their Families*. https://www.prisonpolicy.org/blog/2021/12/21/family_contact/