



Optimalisasi Peran Konselor Sebaya Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Remaja Dalam Mencegah Perilaku Berisiko Seksual

Endang Triyanto¹, Koernia Nanda Pratama², Eva Rahayu³

^{1,2,3} Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

Email : endang.triyanto@unsoed.ac.id

Abstrak

Perilaku berisiko seksual remaja berpotensi terjadinya kehamilan remaja, aborsi, penyakit menular seksual. Temuan studi menunjukkan bahwa teman sebaya merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap perilaku remaja. Perilaku berisiko seksual dapat dicegah dengan kemampuan asertif. Dalam rangka meningkatkan kemampuan asertif diperlukan peran konselor sebaya. Saat ini, peran konselor sebaya tidak berjalan efektif. Oleh karena itu diperlukan serangkaian kegiatan pelatihan konselor sebaya yang kemudian dipraktikkan kepada remaja high risk. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan peran konselor sebaya dan meningkatkan kemampuan asertif remaja high risk. Metode yang digunakan melalui pelatihan kesehatan remaja, perilaku seksual, konseling dan kemampuan asertif kepada konselor sebaya. Selanjutnya, konselor sebaya melakukan perannya kepada remaja high risk untuk meningkatkan kemampuan asertif. Kegiatan dilaksanakan sejak Maret 2020 baik secara daring maupun tatap muka. Hasil pengukuran pengetahuan, skill dan sikap konselor sebaya yang diukur sebelum dan setelah pelatihan selama 2 bulan menunjukkan terjadi peningkatan sebesar 80%.

Kata kunci : remaja, perilaku seksual, teman sebaya, konselor, pacaran

Abstract

Adolescent sexual risk behavior has the potential to cause teenage pregnancy, abortion, sexually transmitted diseases. The study findings indicate that peers are the most influential factor on adolescent behavior. Sexual risk behavior can be prevented with assertiveness. In order to improve assertive abilities, the role of peer counselors is needed. Currently, the role of peer counselors is not working effectively. Therefore, a series of peer counselor training activities are needed which are then practiced for high risk adolescents. The purpose of this activity is to increase the role of peer counselors and improve the assertiveness of high risk adolescents. The method used is through adolescent health training, sexual behavior, counseling and assertiveness to

peer counselors. Furthermore, peer counselors perform their roles for high-risk adolescents to improve their assertiveness. The activity has been carried out since March 2020 both online and face-to-face. The results of the measurement of knowledge, skills and attitudes of peer counselors measured before and after training for 2 months showed an increase of 80%.

Keywords: adolescents, sexual behavior, peers, counselors, dating

PENDAHULUAN

Batasan usia remaja menurut *World Health Organization* (2014) adalah sepuluh sampai dengan 19 tahun. Jumlah remaja di Banyumas tahun 2018 mencapai 336.884 jiwa atau sekitar 30,7% dari total penduduk (Badan Pusat Statistik Kabupaten Banyumas, 2018). Jumlah ini tergolong tinggi jika dibandingkan dengan kelompok usia yang lain. Remaja di Banyumas tersebar merata di wilayah pedesaan dan perkotaan. Perilaku remaja sekarang ini menjadi *trending topic* di berbagai media. Hal ini dikaitkan dengan ancaman kesehatan reproduksi remaja dengan adanya peningkatan perilaku berisiko seksual. Adams, Genevieve dan Galactionova (2013) menambahkan bahwa masalah perilaku seksual merupakan masalah yang paling sering terjadi pada remaja. Data BKKBN (2017) ditemukan lebih dari 50% remaja laki-laki sudah meraba-raba dalam berpacaran dan lebih dari 40% remaja pernah berciuman.

Akibat perilaku berisiko seksual remaja antara lain adalah ditemukannya kehamilan remaja, bahkan tidak jarang terjadi kasus aborsi. Berdasarkan catatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), sekitar lima juta remaja berusia antara 15-18 tahun melakukan aborsi yang tidak aman setiap tahunnya dan 70.000 kematian terkait aborsi terjadi di antara kelompok usia ini setiap setengah tahun. Triyanto (2019) juga menemukan dampak perilaku seksual remaja di Banyumas yang telah terjadi adalah kehamilan tidak diinginkan (KTD), aborsi, penularan penyakit menular seksual. Hal ini berpotensi menyumbang peningkatan Angka Kematian Ibu (AKI) dan HIV/AIDS (Triyanto, 2012).

Studi kualitatif yang dilakukan oleh Triyanto (2018) melalui wawancara mendalam dengan siswa remaja di Banyumas, diketahui bahwa empat dari 10 remaja mengaku sudah melakukan hubungan seksual dengan pacar. Triyanto (2019) berhasil menemukan dari 463 remaja di Banyumas, sekitar 33% memiliki perilaku seksual dalam kategori risiko tinggi, sebanyak 37% kategori risiko sedang dan sisanya (30%)

termasuk kategori risiko rendah. Hasil wawancara dalam studi kualitatif Triyanto, dkk (2018) berhasil mengungkap perilaku seksual remaja di Banyumas dilatarbelakangi oleh anggapan remaja bahwa jaman sekarang sudah menjadi hal yang wajar, jika berpacaran melakukan hubungan seksual. Seorang laki-laki beranggapan merasa rugi berpacaran tanpa merasakan kenikmatan hubungan seksual dengan pacarnya. Partisipan remaja putri yang sempat menggugurkan kandungan mengaku awal mula ia berhubungan seksual dengan pacar, karena dipaksa. Ketika ia menolak, maka dianggap tidak mencintainya.

Sebagian besar partisipan dalam studi kualitatif Triyanto (2019) menyatakan bahwa pergaulan bebas remaja jaman sekarang disebabkan oleh ajakan teman. Mereka khawatir ditinggalkan pacarnya, jika menolak ajakan berhubungan seksual. Ketidak berdayaan remaja ditunjukkan sebagai perasaan takut diputusin pacarnya. Pada kondisi awal, remaja perempuan mau mengikuti ajakan pacarnya untuk melakukan hubungan seksual, meskipun dengan perasaan takut. Remaja perempuan mengaku kasihan dan takut diputusin pacar. Remaja ini tidak berpikir bahwa pacar yang demikian tidak baik untuk masa depannya. Aktivitas seksual pertama merasa aman, maka ia tergerak untuk melakukan secara berulang (Triyanto, 2010).

Peran teman sebaya sebagai *peer counselor* sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kemampuan asertif remaja, sehingga bebas dari perilaku berisiko seksual. Pemerintah sebenarnya telah membentuk tim konselor yang berada di sekolah maupun di tatanan masyarakat yang dikenal sebagai Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R). Namun, program ini tidak berjalan dan hanya sebatas dibentuk tanpa adanya pembinaan. Hasil studi Triyanto (2019) berhasil menemukan bahwa program-program PIK-R tidak berjalan disebabkan anggota tim melanjutkan studi. Anggota tim PIK-R (Mitra I) Kesatrian Purwokerto belum memiliki kompetensi *peer counselor* yang memadai, dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi (perilaku berisiko seksual) juga masih sangat kurang.

TUJUAN

Tujuan yang diharapkan dari kegiatan ini adalah 1) tercapainya peningkatan kompetensi yang memadai berupa pengetahuan, ketrampilan dan sikap sebagai *peer counselor*; dan 2) Kemampuan mempraktikkan konseling dan memberi pengaruh

positif kepada remaja lain dalam mencapai kemampuan asertif yang optimal, sehingga tidak mudah dipengaruhi oleh pengaruh negatif teman-temannya.

METODE

Metode pelaksanaan yang dipilih sebagai solusi pemecahan masalah melalui pendidikan, pelatihan, pembinaan, dan pendampingan kepada mitra sesuai hasil penelitian Isworo dan Triyanto (2014) yang telah membuktikan pengaruh yang signifikan antara praktik konseling terhadap persepsi dan sikap remaja tentang kesehatan reproduksi. Pemecahan masalah tersebut juga sesuai dengan riset Triyanto, Rahayu dan Puspita (2013) yang berhasil mengembangkan Pusat Konseling Mahasiswa Unsoed (PKMU) melalui pelatihan *peer counselor* dengan hasil yang diperoleh berupa kunjungan PKMU yang meningkat dalam beberapa bulan setelah kegiatan. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan mitra diukur menggunakan instrumen pengetahuan dari hasil riset Triyanto (2019) mulai dari sebelum dan setelah pelatihan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sasaran kegiatan terdiri dari remaja laki-laki dan perempuan yang merupakan anggota tim PIK-R sebagai *peer counselor*. Penetapan mitra dilaksanakan pada tanggal 28 Mei 2020 dengan koordinasi guru bimbingan konseling di SMK Kesatrian Purwokerto. Mereka dipilih dengan kriteria memiliki komitmen yang tinggi menjadi *peer counselor* dibuktikan dalam surat pernyataan, remaja yang berprestasi dan tidak memiliki riwayat kenakalan remaja. Hasilnya adalah dipilih 15 siswa dengan rincian 7 perempuan dan 8 laki-laki.

Pelatihan dilaksanakan dalam 3 tahap tentang konsep tumbuh kembang remaja, perubahan yang terjadi (fisik, sosial, emosi, kognitif), perilaku berisiko seksual dan dampaknya, faktor-faktor yang memengaruhi perilaku seksual remaja, masalah yang sering dialami remaja beserta cara pemecahannya, kemampuan asertif dan praktikum konseling. Materi tersebut diajarkan dengan cara pembelajaran aktif di kelas dan luar gedung dengan memperhatikan protokol kesehatan. Metode pelatihan yang digunakan berupa ceramah, diskusi interaktif, *role play*, studi kasus maupun sosiodrama. Praktikum dilaksanakan dengan cara antara anggota mitra memberikan

konseling terhadap anggota mitra yang lain. Langkah-langkah *problem solving*, dan berbagai pendekatan dalam konseling dipraktikan dengan pendampingan tim pengmas.

1. Penilaian mitra (konselor sebaya) sebelum perlakuan

Penilaian mitra (konselor sebaya) sebelum perlakuan dilakukan sebelum pelatihan dimulai dengan test dan wawancara. Berikut ini hasilnya berdasarkan nilai yang diperoleh. Rerata nilai yang diperoleh adalah 35.

Tabel 1. Pengetahuan dan Ketrampilan Mitra sebelum Perlakuan

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	0	
2	Sedang	6	40
3	Rendah	9	60
	Jumlah	15	100

Pelatihan I dilaksanakan tanggal 29 Mei 2020 dengan materi : konsep tumbuh kembang remaja, perubahan yang terjadi (fisik, sosial, emosi, kognitif), perilaku berisiko seksual dan dampaknya. Pelatihan ini dilakukan menggunakan metode ceramah, diskusi, studi kasus secara tatap muka dengan tetap menggunakan protocol kesehatan. Pelatihan dilaksanakan di dalam gedung besar.

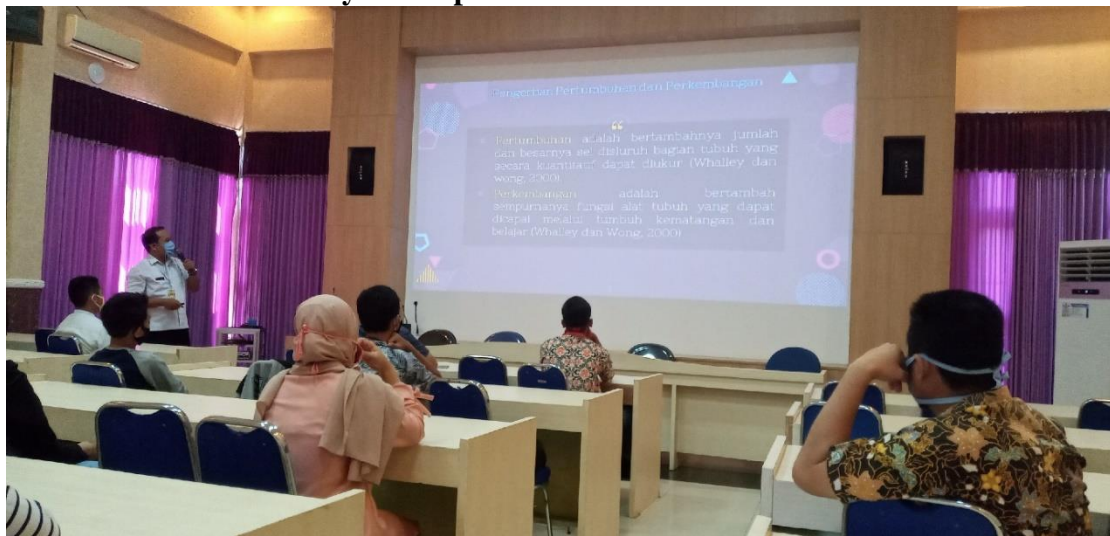
Pelatihan Tahap I Terhadap Tim Konselor Sebaya



Pelatihan II dengan materi faktor-faktor yang memengaruhi perilaku seksual remaja meliputi individu, teman sebaya, keluarga dan lingkungan. Pelatihan III dengan materi masalah yang sering dialami remaja beserta cara

pemecahannya, kemampuan asertif dan praktikum konseling sebagai *peer counselor*.

Pelatihan Konselor Sebaya Tahap II



Pelatihan II dan III dilaksanakan pada waktu yang berbeda selama 3 hari yaitu tanggal 10-13 Juni 2020. Selama pelatihan berlangsung, para peserta terlihat antusias mengikutinya. Mereka aktif menyimak dan bertanya. Pertanyaan yang mereka ajukan tergolong kritis. Adapun foto kegiatan dapat dilihat di bawah ini.

Pelatihan Konselor Sebaya Tahap III hari ke-1



2. Penilaian mitra setelah perlakuan

Penilaian mitra dilaksanakan setelah seluruh pelatihan selesai dilaksanakan untuk mengukur kompetensi yang dicapai melalui test, wawancara dan role play. Berikut

ini hasil penilaian setelah perlakuan berdasarkan nilai yang diperoleh mitra. Rerata nilai *pos test* adalah 87. Hasil pengukuran pengetahuan, skill dan sikap konselor sebaya yang diukur sebelum dan setelah pelatihan selama 2 bulan menunjukkan terjadi peningkatan sebesar 80%.

Tabel 2. Pengetahuan dan Ketrampilan Mitra Setelah Perlakuan

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Tinggi	5	33
2	Sedang	10	67
3	Rendah	0	0
	Jumlah	15	100

Setelah selesai kegiatan pelatihan, para peserta dilakukan pos test untuk mengukur pengetahuan dan ketrampilan pasca pelatihan. Keberhasilan pelatihan ini terlihat dan diukur melalui *pre test* dan *post test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan pasca pelatihan. Hasil yang diperoleh adalah rata-rata nilai *post test* rerata nilai *pos test* adalah 87. Para peserta pelatihan juga mampu melakukan *role play* konseling secara benar sesuai yang diajarkan tim. Kemampuan konselor sebaya inilah yang akan digunakan dalam melakukan perannya sebagai *peer counselor* kepada teman-teman siswa lainnya. Tingkat kehadiran peserta pelatihan mencapai 100%. Pelatihan ini juga dihadiri oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

Pengaruh teman sebaya terbukti sebagai faktor yang paling dominan memengaruhi perilaku berisiko seksual. Remaja seringkali lebih dekat dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarga (Santrock, 2013). Remaja terkadang lebih menuruti saran dari teman dibandingkan saran dari orangtua. Dengan dasar inilah, peran konselor sebaya sangat penting untuk ditingkatkan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sriyanto, Abdulkarim, Zainul, dan Maryani (2014) yang menemukan bahwa remaja mulai menjadikan teman sebagai bagian dari hidup dan berusaha sama seperti teman yang lain. Studi Ampuni & Andayani (2007) menambahkan usia remaja ini sebagai usia yang mengalami *social hunger* (kehausan sosial) yang ditandai dengan keinginan bergaul secara berlebihan. Pemilihan teman menjadi hal yang sangat penting bagi remaja. Apabila temannya baik, maka baik pula pengaruhnya, namun apabila temannya buruk, maka remaja akan bertindak buruk pula.

Beberapa faktor penghambat yang ditemukan selama kegiatan pengmas berbasis riset akibat adanya pandemic covid 19 ini adalah beberapa teknik konseling pada saat praktikum tidak dapat dicoba akibat adanya aturan jaga jarak. Tim menemukan beberapa faktor pendukung kegiatan ini, antara lain: Dukungan kepala sekolah sangat baik; Kontribusi guru bimbingan konseling dalam kegiatan ini sangat baik; dan Kerjasama Tim yang sangat baik pula.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada LPPM Universitas Jenderal Soedirman yang telah memberikan dana PKM berbasis Riset

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pengukuran pengetahuan dan ketrampilan konselor sebaya yang diukur sebelum dan setelah pelatihan selama 2 bulan menunjukkan terjadi peningkatan dari rerata nilai 35 menjadi 87. Hasil pengukuran pengetahuan, skill dan sikap konselor sebaya yang diukur sebelum dan setelah pelatihan selama 2 bulan menunjukkan terjadi peningkatan sebesar 80%. Berdasarkan temuan sementara hasil kegiatan ini, maka tim memberikan saran sebagai berikut: adanya indikasi belum semua siswa terbuka, maka diperlukan skrining ulang secara berkala untuk mendeteksi secara dini perilaku berisiko mereka; dan pembinaan secara berkelanjutan terhadap konselor sebaya perlu dilakukan agar program yang telah disusun dapat dijalankan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, K., Genevieve, K., & Galactionova, K. (2013). Preventive and Reproductive Health Services for Women : The Role of California's Family Planning Waiver. *American Journal of Health Promotion* 27(3):1-10.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Banyumas. (2018). *Kabupaten Banyumas Dalam Angka Tahun 2018*. Banyumas : Badan Pusat Statistik Kabupaten Banyumas.
- BKKBN, Kemenkes dan ICF International. (2017). *Survei Demografi dan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: BPS. BKKBN, Kemenkes dan ICF International.
- Isworo, A., & Triyanto, E. (2014). Pengembangan Kelompok Karang Taruna dan Pusat Informasi dan Konsultasi Remaja. Prosiding Seminar Nasional "Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan IV" 12-13 November 2014 di Purwokerto.
- Santrock, J. (2013). *Life Span Development*. Jilid 2, Ed 13. Jakarta : Erlangga

- Triyanto, E. (2019). Multisystem Factors yang Memengaruhi Perilaku Berisiko Seksual Remaja. *Jurnal of Ners Community* 10(2)
- Triyanto, E., Prabandari, Y.S., Yuniarti, K.W., Werdati, S., (2018). Identification factors of adolescents reproductive health behavior: a qualitative study. *Bali Medical Journal* 8(3)
- Triyanto, E., (2010). Pengalaman Masa Pubertas Remaja di Purwokerto : Studi Fenomenologi. *Jurnal Ners* 5(2):132-145
- Triyanto, E. & Iskandar, A., (2014). Family Support Needed for Adolescent Puberty. *International Journal of Nursing* 3(2):51-57
- Triyanto, E., Rahayu, E., & Puspita, D.R. (2013). Pengembangan Pusat Konseling Mahasiswa Unsoed Melalui Pendidikan dan Pelatihan Mahasiswa Sebagai Peer Counselor. *Jurnal Keperawatan Soedirman* 8(2)
- Triyanto, E., Isworo, A., & Latifah, L., (2016). *Smart Parentig Style* untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Remaja. Prosiding Seminar Nasional "Pengembangan Sumber Daya Perdesaan dan Kearifan Lokal Berkelanjutan VI" 24-25 November 2016 di Purwokerto.
- Triyanto, E. (2011). *Kiat Keluarga dalam Merawat Anak Remaja Selama Menjalani Masa Pubertas*. Purwokerto : UPT Penerbitan dan Percetakan Unsoed
- Triyanto, E. (2012). *Strategi Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita AIDS*. Yogyakarta : Graha Ilmu Press.
- World Health Organization. (2014). Adolescent Health. Available from http://www.who.int/topics/reproductive_health/en/