

Psikoedukasi Komunikasi Asertif sebagai Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Ibu Dasawisma dalam Interaksi Sosial Komunitas

**Yoga Achmad Ramadhan¹, Elysa Aprilia^{2*}, Aulia Fitriana³, Wafa Luthfiyya Zahra⁴,
Adinda Ryani⁵, Chandra Wahyu Kurniawan⁶**

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Psikolog, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda, Samarinda,
Indonesia

eshal0217@gmail.com*

Article information	Abstrak
<p>Article history: Received 29 Januari 2026 Approved 03 Februari 2026</p>	<p><i>Permasalahan komunikasi dalam komunitas, khususnya ketidakmampuan menyampaikan pendapat dan perasaan secara terbuka, dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan konflik sosial. Ibu-ibu Dasawisma sebagai kelompok yang aktif berinteraksi di lingkungan masyarakat rentan mengalami hambatan komunikasi akibat rasa sungkan, takut menyinggung orang lain, dan rendahnya kepercayaan diri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman komunikasi asertif melalui intervensi psikologi komunitas berbasis psikoedukasi. Kegiatan dilaksanakan pada 28 ibu-ibu Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir, Kota Samarinda, menggunakan metode psikoedukasi kelompok yang disertai diskusi dan roleplay. Evaluasi dilakukan dengan desain pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pemahaman peserta. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata pemahaman dari 7,14 pada pre-test menjadi 8,25 pada post-test. Uji statistik menggunakan paired sample t-test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi komunikasi asertif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai cara menyampaikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara percaya diri serta tetap menghargai orang lain. Program ini berpotensi menjadi strategi preventif dan promotif dalam meningkatkan kualitas interaksi sosial pada komunitas perempuan di tingkat lingkungan.</i></p> <p>Kata kunci : Komunikasi Asertif; Psikoedukasi; Psikologi Komunitas; Kepercayaan Diri; Dasawisma</p>

PENDAHULUAN

Kelurahan Simpang Pasir yang terletak di Kecamatan Palaran, Kota Samarinda, memiliki luas wilayah sekitar 65 km² atau mencakup 29,37% dari total luas Kecamatan Palaran (BPS Kota Samarinda, 2023). Berdasarkan data Monografi Kelurahan Simpang Pasir (Pemerintah Kelurahan Simpang Pasir, 2024), sebagian besar penduduknya bekerja di sektor informal, seperti buruh, pedagang kecil, dan pekerja harian. Kondisi sosial ekonomi masyarakat yang tergolong menengah ke bawah mendorong banyak ibu rumah tangga menjalani peran ganda, yaitu mengelola rumah tangga sekaligus terlibat dalam aktivitas sosial dan ekonomi di lingkungan sekitar.

Dalam kehidupan bermasyarakat di tingkat lingkungan, khususnya di RT, kelompok Dasawisma menjadi wadah penting bagi ibu-ibu untuk berinteraksi, berorganisasi, dan berpartisipasi dalam berbagai kegiatan sosial. Melalui pertemuan rutin, kerja bakti, dan diskusi kegiatan lingkungan, anggota Dasawisma diharapkan dapat saling bertukar pendapat, bekerja sama, serta terlibat dalam pengambilan keputusan bersama. Interaksi sosial yang sehat dalam kelompok ini berperan penting dalam membangun dukungan sosial dan meningkatkan kesejahteraan psikologis anggota (Fitriani & Hidayati, 2020).

Namun, hasil observasi awal pada kelompok Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir menunjukkan bahwa tidak semua anggota merasa nyaman untuk menyampaikan pendapat secara terbuka. Sebagian ibu cenderung memilih diam, mengalah, atau mengikuti keputusan orang lain meskipun memiliki pandangan berbeda. Sikap sungkan, takut menyinggung perasaan, khawatir dianggap tidak sopan, serta adanya perbedaan senioritas dalam kelompok menjadi faktor yang menghambat anggota untuk mengekspresikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara langsung. Kondisi ini menyebabkan komunikasi dalam kelompok sering kali berjalan satu arah dan kurang seimbang.

Kesulitan dalam menyampaikan pendapat tersebut berkaitan erat dengan rendahnya keterampilan komunikasi asertif. Komunikasi asertif merupakan kemampuan individu untuk menyampaikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara jujur dan jelas, namun tetap menghargai hak dan perasaan orang lain (Alberti & Emmons, 2017). Individu dengan kemampuan asertivitas yang rendah cenderung bersikap pasif atau, pada kondisi tertentu, justru agresif. Putri dan Arumsari (2020) menyatakan bahwa rendahnya asertivitas dapat berdampak pada meningkatnya stres, kelelahan emosional, serta menurunnya kualitas hubungan sosial akibat emosi dan kebutuhan yang tidak tersampaikan dengan baik.

Beberapa penelitian komunikasi gender menunjukkan bahwa perempuan dalam struktur komunikasi sosial kerap menghadapi hambatan yang bersifat kultural dan struktural. Happy Wulandari, D. Pithaloka, dan Sherly Aidya Pasya (2025) dalam studi mereka menggunakan perspektif *muted group theory* menemukan bahwa dalam lingkungan sosial tradisional perempuan cenderung diposisikan dalam gaya komunikasi yang pasif sehingga ruang bicara mereka terbatas oleh norma budaya yang mendukung dominasi suara laki-laki dan menekan partisipasi perempuan dalam berbicara secara terbuka.

Lebih lanjut, Zunaidah dkk (2024) dalam kajian komunikasi terhadap pemimpin perempuan menunjukkan bahwa meskipun perempuan memiliki peran penting dalam komunitas, pola bicara mereka sering memunculkan strategi kehati-hatian seperti *hedges* atau pernyataan tidak pasti yang mencerminkan

kecenderungan untuk lebih sopan atau tidak ingin menyinggung pihak lain, yang dapat mencerminkan sikap sungkan berbicara dalam forum sosial.

Dalam konteks Dasawisma, pola komunikasi yang kurang asertif berpotensi menimbulkan kesalahpahaman, ketidaknyamanan, serta perasaan tertekan pada sebagian anggota. Selain itu, kebiasaan tidak menyampaikan pendapat secara terbuka dapat menghambat partisipasi aktif ibu-ibu dalam kegiatan kelompok dan menurunkan rasa percaya diri. Padahal, keterlibatan aktif dan komunikasi yang sehat merupakan fondasi penting dalam membangun kelompok masyarakat yang suportif dan berdaya.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang sebagai intervensi psikologi komunitas berbentuk psikoedukasi komunikasi asertif bagi ibu-ibu Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir. Psikoedukasi dipilih sebagai bentuk intervensi yang bersifat preventif dan promotif, sejalan dengan prinsip psikologi komunitas yang menekankan pemberdayaan, partisipasi, dan pencegahan permasalahan psikososial (Megawati & Maulana, 2024).

Secara rasional, psikoedukasi komunikasi asertif dinilai relevan karena dapat disampaikan dengan bahasa sederhana, menggunakan contoh-contoh yang dekat dengan kehidupan sehari-hari ibu-ibu, serta mendorong partisipasi aktif peserta tanpa memberikan label masalah. Melalui kegiatan ini, ibu-ibu diharapkan dapat memahami konsep komunikasi asertif, mengenali hambatan komunikasi yang selama ini dialami, serta mempelajari cara menyampaikan pendapat, perasaan, dan kebutuhan secara lebih percaya diri dan saling menghargai.

Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kualitas komunikasi antar ibu-ibu Dasawisma di Kelurahan Simpang Pasir melalui penguatan keterampilan komunikasi asertif, sehingga tercipta hubungan sosial yang lebih hangat, terbuka, dan saling menghargai, serta mendukung kesejahteraan psikologis anggota. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan untuk:

1. Meningkatkan pemahaman ibu-ibu Dasawisma mengenai konsep komunikasi serta perbedaan antara komunikasi pasif, agresif, dan asertif.
2. Membantu ibu-ibu mengenali pola komunikasi sehari-hari yang cenderung pasif atau agresif dan berpotensi menimbulkan salah paham serta ketidaknyamanan dalam hubungan sosial.
3. Membekali ibu-ibu dengan keterampilan dasar komunikasi asertif agar mampu menyampaikan pendapat, perasaan, dan kebutuhan secara jelas, jujur, dan tetap menghargai orang lain.
4. Mendorong keberanian dan kepercayaan diri ibu-ibu untuk terlibat aktif dalam diskusi kelompok dan pengambilan keputusan di lingkungan Dasawisma.

Rencana pemecahan masalah dilakukan melalui pemberian psikoedukasi komunikasi asertif yang mencakup penyampaian materi, diskusi kelompok, serta contoh penerapan komunikasi asertif dalam situasi sehari-hari yang relevan dengan kehidupan ibu-ibu Dasawisma. Kegiatan ini juga didokumentasikan dalam bentuk video dan dipublikasikan melalui media YouTube sebagai sarana edukasi yang lebih luas dan berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan desain intervensi psikologi komunitas berbasis psikoedukasi yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan komunikasi asertif pada ibu-ibu Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang

Pasir, Kecamatan Palaran, Kota Samarinda. Desain ini dipilih karena permasalahan yang muncul di komunitas berkaitan dengan pola komunikasi sehari-hari dalam interaksi sosial, bukan gangguan psikologis klinis. Psikoedukasi digunakan sebagai bentuk intervensi preventif dan promotif untuk meningkatkan pemahaman serta keterampilan dasar komunikasi asertif, sejalan dengan prinsip psikologi komunitas yang menekankan pemberdayaan dan pencegahan (Megawati & Maulana, 2024).

Subjek dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu anggota Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir yang aktif mengikuti kegiatan lingkungan. Pemilihan subjek dilakukan secara *purposive* berdasarkan hasil observasi awal dan komunikasi dengan pengurus setempat, yang menunjukkan adanya kesulitan dalam menyampaikan pendapat, perasaan, dan kebutuhan secara terbuka dalam kegiatan kelompok. Jumlah partisipan yang mengikuti kegiatan ini sebanyak kurang lebih 30 orang, dengan latar belakang usia, pendidikan, dan pengalaman sosial yang beragam. Intervensi dilaksanakan di Posyandu Kelurahan Simpang Pasir, yaitu lokasi yang biasa digunakan untuk kegiatan Dasawisma, dengan tujuan menciptakan suasana yang nyaman dan familiar bagi peserta.

Pelaksanaan intervensi diawali dengan *assessment* kebutuhan komunitas melalui observasi langsung dan komunikasi informal dengan ibu-ibu Dasawisma serta pengurus RT. *Assessment* difokuskan pada pola komunikasi yang terjadi dalam kegiatan kelompok, seperti rapat dan diskusi. Hasil *assessment* menunjukkan bahwa sebagian peserta cenderung memilih diam, mengalah, atau takut menyinggung perasaan orang lain meskipun memiliki pendapat berbeda, sehingga diperlukan penguatan keterampilan komunikasi asertif.

Berdasarkan hasil *assessment*, intervensi dirancang dalam bentuk psikoedukasi komunikasi asertif. Materi yang diberikan meliputi pengertian komunikasi asertif, perbedaan antara komunikasi pasif, agresif, dan asertif, serta contoh penerapannya dalam situasi sehari-hari yang relevan dengan kehidupan ibu-ibu Dasawisma, seperti saat rapat, pembagian tugas, dan interaksi dengan tetangga. Penyampaian materi dilakukan dengan bahasa sederhana, suasana nonformal, dan pendekatan partisipatif agar peserta lebih mudah memahami dan terlibat aktif.

Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan *pre-test* untuk mengetahui tingkat pemahaman awal mengenai komunikasi asertif. Setelah itu, dilakukan penyampaian materi psikoedukasi yang dilanjutkan dengan diskusi dan kegiatan *roleplay*. Pada kegiatan *roleplay*, peserta dibagi ke dalam kelompok kecil dan diberikan kasus sederhana yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Peserta diminta untuk mendiskusikan dan mempraktikkan cara menyampaikan pendapat secara asertif sesuai dengan materi yang telah diberikan. Di akhir kegiatan, peserta diberikan *post-test* serta form evaluasi untuk mengetahui perubahan pemahaman dan memperoleh umpan balik mengenai pelaksanaan serta manfaat kegiatan.

Teknik pengumpulan data dalam kegiatan ini meliputi *pre-test* dan *post-test*, observasi partisipasi peserta selama diskusi dan *roleplay*, serta pengisian *form* evaluasi kegiatan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif kuantitatif sederhana dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test*, serta deskriptif kualitatif berdasarkan hasil observasi dan respons peserta dalam form evaluasi.

Instrumen *pre-test* dan *post-test* yang digunakan dalam kegiatan ini berupa kuesioner pemahaman komunikasi asertif yang disusun oleh tim pelaksana berdasarkan materi psikoedukasi yang diberikan. Kuesioner terdiri dari 10 item berbentuk pilihan ganda dengan empat opsi jawaban. Instrumen ini dirancang untuk mengukur pemahaman kognitif peserta mengenai konsep dasar komunikasi asertif,

perbedaan karakteristik komunikasi pasif, agresif, dan asertif, serta penerapan komunikasi asertif dalam situasi sehari-hari yang relevan dengan kehidupan ibu-ibu Dasawisma, seperti saat menyampaikan pendapat dalam rapat, menolak permintaan secara sopan, dan mengungkapkan perasaan tanpa menyakiti orang lain. Skor diberikan berdasarkan jumlah jawaban benar, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat pemahaman komunikasi asertif yang lebih baik.

Keberhasilan intervensi ditinjau dari adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai komunikasi asertif, kemampuan peserta menerapkan komunikasi asertif dalam kegiatan *roleplay*, serta respons positif peserta terhadap materi dan pelaksanaan kegiatan. Apabila indikator-indikator tersebut terpenuhi, maka intervensi psikoedukasi komunikasi asertif dinilai berjalan dengan baik dan memberikan manfaat bagi ibu-ibu Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir.

Tabel 1. Alur Pelaksanaan Psikoedukasi Komunikasi Asertif

Tahap Kegiatan	Uraian Kegiatan	Metode	Durasi
Pembukaan	Pengenalan fasilitator, penyampaian tujuan kegiatan, dan pembentukan suasana yang nyaman	Ceramah singkat & <i>ice breaking</i>	10 menit
<i>Pre-test</i>	Pengukuran pemahaman awal peserta mengenai komunikasi asertif	Pengisian kuesioner	10 menit
Penyampaian Materi	Penjelasan konsep komunikasi asertif, perbedaan komunikasi pasif–agresif–asertif, serta pentingnya komunikasi asertif dalam interaksi sosial	Psikoedukasi interaktif	30 menit
Diskusi Kelompok	Peserta berbagi pengalaman komunikasi sehari-hari dan mengidentifikasi pola komunikasi yang digunakan	Diskusi kelompok kecil	20 menit
<i>Roleplay / Simulasi</i>	Praktik komunikasi asertif melalui simulasi situasi nyata (misalnya menyampaikan pendapat, menolak permintaan, mengungkapkan perasaan)	<i>Roleplay</i> & umpan balik fasilitator	30 menit
<i>Post-test</i>	Pengukuran pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan	Pengisian kuesioner	10 menit
Refleksi & Penutup	Penyampaian kesan, manfaat kegiatan, serta dorongan untuk menerapkan komunikasi asertif dalam kehidupan sehari-hari	Diskusi terbuka	10 menit

Berdasarkan tabel 1, pelaksanaan psikoedukasi komunikasi asertif dilakukan secara terstruktur dalam beberapa tahapan kegiatan. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan pengenalan tujuan kegiatan untuk membangun suasana yang nyaman serta meningkatkan kesiapan peserta dalam mengikuti sesi. Selanjutnya, peserta mengerjakan *pre-test* selama ± 10 menit untuk mengukur pemahaman awal mengenai komunikasi asertif.

Tahap berikutnya adalah penyampaian materi psikoedukasi selama ± 30 menit yang mencakup pengertian komunikasi asertif, perbedaan komunikasi pasif, agresif, dan asertif, serta pentingnya komunikasi asertif dalam menjaga hubungan sosial

yang sehat. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan contoh-contoh situasi yang dekat dengan kehidupan sehari-hari peserta.

Setelah pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi kelompok kecil selama ± 20 menit. Pada tahap ini peserta berbagi pengalaman terkait kesulitan berkomunikasi yang pernah dialami, kemudian bersama fasilitator mengidentifikasi pola komunikasi yang digunakan dan alternatif respon yang lebih asertif. Diskusi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran diri peserta terhadap gaya komunikasi masing-masing.

Tahap inti kegiatan adalah *roleplay* atau simulasi komunikasi asertif selama ± 30 menit. Peserta diminta mempraktikkan cara menyampaikan pendapat, menolak permintaan, atau mengungkapkan perasaan dalam situasi tertentu secara asertif. Fasilitator memberikan umpan balik langsung untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan peserta.

Sebagai tahap akhir, peserta mengerjakan *post-test* selama ± 10 menit untuk mengukur perubahan pemahaman setelah mengikuti kegiatan. Kegiatan ditutup dengan sesi refleksi dan evaluasi singkat, di mana peserta menyampaikan kesan, manfaat yang dirasakan, serta komitmen untuk menerapkan komunikasi asertif dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil pelaksanaan intervensi psikologi komunitas berupa psikoedukasi komunikasi asertif yang dilaksanakan pada ibu-ibu Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir. Intervensi dilakukan secara kelompok dan terintegrasi dengan kegiatan rutin Dasawisma agar peserta dapat mengikuti kegiatan secara optimal. Evaluasi hasil intervensi dilakukan melalui pengukuran *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui perubahan pemahaman peserta terkait komunikasi asertif.

Hasil pengolahan data menggunakan SPSS terhadap 28 peserta menunjukkan adanya peningkatan pemahaman setelah mengikuti psikoedukasi. Nilai rata-rata *pre-test* sebesar 7,14 meningkat menjadi 8,25 pada *post-test*. Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*, yang mengindikasikan bahwa psikoedukasi komunikasi asertif memberikan pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai konsep dan penerapan komunikasi asertif dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan skor ini menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memahami definisi komunikasi asertif, tetapi juga mampu mengenali perbedaan komunikasi pasif, agresif, dan asertif.

Selain hasil kuantitatif, temuan kualitatif selama proses intervensi menunjukkan adanya perubahan dalam keterlibatan peserta. Peserta tampak lebih aktif dalam diskusi, lebih berani menyampaikan pendapat, serta mampu mengungkapkan pengalaman pribadi terkait pola komunikasi yang selama ini digunakan. Hal ini menunjukkan peningkatan kesadaran diri dan kepercayaan diri dalam berinteraksi, khususnya dalam konteks komunikasi di lingkungan keluarga dan kegiatan kelompok Dasawisma.

Temuan ini sejalan dengan teori komunikasi asertif yang menyatakan bahwa pemahaman mengenai hak dan kebutuhan diri, disertai kemampuan mengekspresikannya secara terbuka dan tetap menghargai orang lain, dapat meningkatkan kualitas interaksi sosial (Alberti & Emmons, 2017). Psikoedukasi sebagai bentuk intervensi komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan aspek

kognitif dan afektif peserta melalui proses pembelajaran yang partisipatif dan kontekstual. Keterlibatan aktif peserta selama diskusi memperkuat proses internalisasi materi, sehingga peserta mampu mengaitkan konsep komunikasi asertif dengan pengalaman sehari-hari.

Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi komunikasi asertif berpotensi menjadi strategi preventif dan promotif dalam psikologi komunitas, khususnya pada kelompok dengan intensitas interaksi sosial yang tinggi seperti ibu-ibu Dasawisma. Peningkatan pemahaman dan kepercayaan diri dalam berkomunikasi diharapkan dapat mendukung terciptanya hubungan sosial yang lebih sehat, mengurangi potensi konflik, serta memperkuat iklim komunikasi yang saling menghargai dalam komunitas.

Hasil analisis menunjukkan peningkatan skor rata-rata pemahaman peserta terhadap komunikasi asertif setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pelatihan komunikasi asertif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan interpersonal individu di berbagai konteks sosial (Alberti & Emmons, 2017; Putri & Arumsari, 2020). Peningkatan pemahaman ini mengindikasikan bahwa model pembelajaran yang interaktif melalui diskusi dan simulasi memberikan pengalaman belajar yang lebih kongkret sehingga peserta mampu menginternalisasi konsep komunikasi yang baru diperoleh.

Secara teoritis, kemampuan komunikasi asertif merupakan keterampilan interpersonal yang penting dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Menurut Alberti dan Emmons (2017), komunikasi asertif memungkinkan individu menyampaikan pikiran, perasaan, dan kebutuhan secara jelas tanpa meremehkan atau menyinggung orang lain. Hal ini berbeda dengan pola komunikasi pasif, yang cenderung menghindari konflik dan menahan pendapat; serta pola komunikasi agresif, yang menyampaikan pendapat dengan cara yang mendominasi atau menyakiti pihak lain. Oleh karena itu, peningkatan pemahaman terhadap ciri-ciri komunikasi ini dapat membantu peserta mengenali pola komunikasi yang selama ini mereka gunakan, serta mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih asertif.

Lebih lanjut, dinamika kelompok yang terjadi selama sesi diskusi dan *roleplay* membantu peserta untuk mempraktikkan konsep asertif dalam situasi yang mensimulasikan kehidupan nyata. Simulasi seperti ini sejalan dengan pendekatan *experiential learning* yang menekankan keterlibatan aktif peserta dalam proses belajar melalui pengalaman langsung (Kolb, 1984). Pendekatan praktis ini terbukti lebih efektif dibandingkan sekadar paparan teori saja, terutama dalam pengembangan keterampilan interpersonal yang bersifat kontekstual dan situasional.

Selain itu, hasil yang diperoleh juga menunjukkan keterkaitan antara peningkatan pemahaman komunikasi asertif dengan potensi pengurangan konflik interpersonal. Penelitian oleh Carter et al. (2017) dalam konteks seminar akademik menunjukkan bahwa keterampilan komunikasi yang rendah sering berkaitan dengan partisipasi yang rendah serta meningkatnya ketidaknyamanan dalam menyampaikan pendapat. Meski konteks berbeda, prinsip dasar yang sama dapat diaplikasikan dalam kehidupan masyarakat di tingkat lingkungan, di mana keterampilan berkomunikasi berpengaruh terhadap pola interaksi sosial dalam kelompok.

Temuan ini juga relevan dengan penelitian sebelumnya di bidang pemberdayaan perempuan dalam komunitas yang menunjukkan bahwa keterampilan komunikasi yang baik dapat meningkatkan partisipasi perempuan dalam pengambilan keputusan bersama (Aunul, Riswandi, & Handayani, 2021). Dalam

konteks kelompok Dasawisma, yang merupakan wadah sosial dan organisasi ibu-ibu di lingkungan RT, kemampuan komunikasi yang asertif berpotensi meningkatkan kepercayaan diri peserta untuk menyampaikan pendapat dalam forum komunitas dan mengambil peran aktif dalam kegiatan sosial. Hal ini penting mengingat peran perempuan dalam dinamika sosial seringkali dipengaruhi oleh norma komunikasi yang membuat mereka cenderung pasif dalam bertutur kata (Wulandari, Pithaloka, & Pasya, 2025).

Meski demikian, beberapa keterbatasan perlu dicatat. Kegiatan ini dilakukan dalam satu sesi intensif sehingga belum dapat menjelaskan dampak jangka panjang dari peningkatan pemahaman komunikasi asertif. Studi lanjutan dengan desain longitudinal sangat disarankan untuk menilai seberapa konsisten peningkatan keterampilan ini bertahan dalam jangka waktu lebih panjang dan berpengaruh pada dinamika sosial di lingkungan komunitas.

Secara praktis, temuan ini menunjukkan bahwa psikoedukasi komunikasi asertif dapat menjadi strategi intervensi yang efektif dalam program pemberdayaan masyarakat, terutama kelompok perempuan di tingkat lingkungan. Program sejenis dapat dikembangkan dan diterapkan pada kelompok lain seperti kader posyandu, PKK, dan komunitas sosial lainnya untuk meningkatkan keterampilan interpersonal dan kualitas interaksi sosial.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui intervensi psikologi komunitas berupa psikoedukasi komunikasi asertif pada ibu-ibu Dasawisma RT 02 Kelurahan Simpang Pasir menunjukkan hasil yang positif. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai konsep dan penerapan komunikasi asertif setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi. Peningkatan skor *post-test* dibandingkan *pre-test*, serta keterlibatan peserta yang lebih aktif selama diskusi, menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kepercayaan diri peserta dalam berkomunikasi. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan psikoedukasi yang bersifat partisipatif dan kontekstual dapat menjadi strategi preventif dan promotif yang relevan dalam konteks psikologi komunitas.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan, disarankan agar psikoedukasi komunikasi asertif dapat dilaksanakan secara berkelanjutan dengan durasi dan frekuensi yang lebih memadai agar perubahan yang terjadi dapat dipertahankan dan ditingkatkan. Selain itu, kegiatan serupa dapat dikembangkan dengan menambahkan sesi praktik atau simulasi komunikasi asertif untuk memperkuat keterampilan peserta. Bagi pihak terkait, seperti pengurus Dasawisma atau kelurahan, disarankan untuk mendukung program pengembangan keterampilan komunikasi sebagai bagian dari kegiatan rutin komunitas guna meningkatkan kualitas interaksi sosial dan kesejahteraan anggota masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ketua RT 02 Kelurahan Simpang Pasir yang telah memberikan dukungan finansial, serta kepada panitia penyelenggara yang juga memberikan kontribusi dana dan tenaga, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis

juga mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda atas dukungan dan fasilitas yang diberikan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Dukungan kelembagaan ini sangat berarti dalam mendukung pelaksanaan program serta pengembangan kegiatan berbasis pemberdayaan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Alberti, R. E., & Emmons, M. L. (2017). *Your perfect right: Assertiveness and equality in your life and relationships* (10th ed.). New Harbinger Publications.
- [2] Aunul, S., Riswandi, & Handayani, F. (2021). Komunikasi partisipatif berbasis gender pada relawan perempuan juru pemantau jentik. *Jurnal Riset Komunikasi (JURKOM)*, 4(1), 45–56.
- [3] Carter, A., Croft, A., Lukas, D., & Sandstrom, G. M. (2017). Women's visibility in academic seminars: Women ask fewer questions than men. *arXiv preprint*. <https://arxiv.org/abs/1711.10985>
- [4] Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). Cengage Learning.
- [5] Fitriani, R. & Hidayati, S. (2020). *Peran Kelompok Dasawisma dalam Meningkatkan Interaksi Sosial dan Partisipasi Perempuan di Lingkungan RT*. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Pemberdayaan (JPM)*, 5(2), 48–57.
- [6] Happy Wulandari, D. Pithaloka, & Sherly Aidya Pasya (2025). *Gender-based Interpersonal Communication Behavior: When Women No Longer Muted*. *LONTAR: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 13(1), 473–480. <https://doi.org/10.30656/lontar.v13.i1.10288>
- [7] Hawkins, R. L., & Abrams, C. (2007). Disappearing acts: The social networks of formerly homeless individuals with co-occurring disorders. *Social Science & Medicine*, 65(10), 2031–2042. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2007.06.019>
- [8] Heni Setiawati, Iqbal Firmansyah, Riesqa Marsya Salsabila, & Eko Purwanto (2025). *Komunikasi Pembangunan Berbasis Komunitas dalam Upaya Pemberdayaan Perempuan*. *Interaction Communication Studies Journal*, 1(4), 20. <https://doi.org/10.47134/interaction.v1i4.3586>
- [9] Kessler, R. C., & Stafford, D. (2008). Primary prevention of mental disorders. In S. J. Lopez (Ed.), *Positive psychology: Exploring the best in people* (Vol. 4, pp. 211–231). Praeger.
- [10] Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- [11] Montero, M. (2009). *Methods for liberation: Critical consciousness in action*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-0-387-85784-8>
- [12] Pratiwi, N. L., & Hidayat, R. (2020). Psikoedukasi sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan keterampilan sosial masyarakat. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 123–134.
- [13] Putri, A. R., & Arumsari, D. (2020). Hubungan antara asertivitas dengan stres dan kualitas hubungan sosial pada dewasa awal. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 123–134.
- [14] Rappaport, J. (1987). Terms of empowerment/exemplars of prevention: Toward a theory for community psychology. *American Journal of Community Psychology*, 15(2), 121–148. <https://doi.org/10.1007/BF00919275>

- [15] Sofia Aunul, Riswandi, & Fitrie Handayani (2021). *Komunikasi Partisipatif Berbasis Gender pada Relawan Perempuan Juru Pemantau Jentik*. Jurnal Riset Komunikasi (JURKOM), 4(1). <https://doi.org/10.38194/jurkom.v4i1.183>
- [16] Syawal (2025). *Exploring the Role of Muted Group Theory in Understanding Women's Experiences: A Systematic Literature Review*. International Journal of Humanity Studies (IJHS).
- [17] Townsend, M. C. (2015). *Psychiatric mental health nursing: Concepts of care in evidence-based practice* (8th ed.). F.A. Davis Company
- [18] Wulandari, H., Pithaloka, D., & Pasya, S. A. (2025). Gender-based interpersonal communication behavior: When women no longer muted. *LONTAR: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 13(1), 473–480.