



## *Buku Kesehatan dan Hak Seksual serta Reproduksi GWLmuda*

### **BAB 8. KOMUNIKASI ASERTIF**

#### **Apa sih itu Komunikasi Asertif ?**

Komunikasi asertif adalah suatu gaya komunikasi yang menunjukkan ketegasan. Dimana kamu dapat menyatakan pikiran, perasaan, dan kehendak kamu dengan tegas. Dengan komunikasi asertif kamu diharapkan dapat menyelesaikan masalah tanpa mengasingkan orang lain dan tanpa mengendalikan orang lain, namun kamu memiliki control atas apa yang diinginkan.

#### **Apa ya hubungan Komunikasi asertif dengan GWL muda ?**

Banyak sekali permasalahan yang sering dihadapi GWL muda karena sulitnya mereka memiliki pendirian akan suatu hal dan bagaimana mengkomunikasikannya. Contohnya : sulitnya untuk mengatakan pada pasangan untuk memakai kondom pada saat berhubungan seksual, mengatakan tidak jika mendapatkan kekerasan, dan lain lain. Oleh karena itu kemampuan Komunikasi asertif mutlak harus dimiliki untuk menegaskan kesetaraan antara dua pihak .

Tips dalam berkomunikasi asertif :

- Hormati dan jangan remehkan diri sendiri. kamu memiliki hal untuk berbicara
- Berani mengungkapkan perasaan dan kebutuhan kepada orang lain
- Jangan dilakukan emosi, namun harus tegas dan jujur
- Sampaikan hal hal yang mungkin akan terjadi kita kamu tidak bersikap asertif. Misalkan bagaimana akibatnya jika kalian tidak menggunakan kondom, dll