

LAMPIRAN A

IDENTITAS

Nama (inisial) :

Usia : tahun

Jenis Kelamin : () Laki – laki () Perempuan

Jabatan :

Lama bekerja di sekolah ini :

Pendidikan Terakhir :

Status Pengajar : () Guru Tetap () Guru Tidak Tetap

Pendapatan Perbulan : (A) < 1.000.000 (B) 1.000.000 – 2.000.000
(C) 2.000.000 – 3.000.000
(D) 3.000.000 – 4.000.000 (E) > 4.000.000

Menyatakan bahwa:

- 1) Saya bersedia menjadi responden penelitian ini
- 2) Saya bersedia memberikan data yang sebenar-benarnya, sesuai dengan *diri saya*
- 3) Data saya dijamin kerahasiaannya dan hanya digunakan sebagaimana mestinya

(Inisial Nama dan Tanda Tangan)

PETUNJUK PENGISIAN

Berikut adalah beberapa pernyataan yang berisi tentang beberapa hal yang mungkin pernah/akan Anda hadapi. Baca dan pahami baik-baik. Untuk menjawab pernyataan berikut ini Anda cukup memilih salah satu alternatif jawaban yang tersedia dengan cara memberi tanda silang (x) atau tanda centang (√) pada jawaban dengan pilihan berikut:

Contoh:

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Saya selalu mengikuti aktivitas yang diadakan di sekolah		√			

Keterangan:

- 1: **Sangat Sesuai**, apabila Bapak/Ibu merasa sangat sesuai dengan pernyataan tersebut.
- 2: **Sesuai**, apabila Bapak/Ibu merasa sesuai dengan pernyataan tersebut
- 3: **Normal**, apabila Bapak/Ibu merasa ragu-ragu dengan pernyataan tersebut
- 4: **Tidak Sesuai**, apabila Bapak/Ibu merasa tidak sesuai dengan pernyataan tersebut.
- 5: **Sangat Tidak Sesuai**, apabila Bapak/Ibu merasa sangat tidak sesuai dengan pernyataan tersebut.

No	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Sangat senang untuk menghabiskan masa kerja saya di tempat kerja ini					
2	Sangat sulit meninggalkan pekerjaan ini, walaupun saya menginginkannya					
3	Sudah menjadi kewajiban bagi saya untuk bekerja di tempat ini					
4	Tidak peduli dengan masalah yang ada di tempat kerja, karena itu bukan menjadi masalah saya					
5	Sangat mudah bagi saya untuk meninggalkan tempat kerja ini					
6	Saya tidak merasa memiliki kewajiban untuk setia dengan tempat kerja ini					
7	Masalah yang ada di tempat kerja adalah bagian dari masalah saya					
8	Tidak memiliki alternatif pekerjaan lain, jika keluar dari tempat kerja ini					
9	Saya merasa mudah untuk menerima aturan yang ada di tempat kerja ini					
10	Saya berniat untuk keluar dari pekerjaan ini suatu saat nanti					
11	Jika ada tawaran pekerjaan yang lebih baik, saya akan menerimanya					
12	Saya merasa sulit untuk menerima aturan-aturan yang ada di tempat kerja					
13	Merasa menjadi bagian dari keluarga besar di tempat kerja ini					
14	Salah satu alasan utama untuk terus bekerja di tempat ini adalah keuntungan yang belum tentu di dapatkan dari tempat kerja lain					
15	Alasan utama untuk tetap bekerja disini adalah kesetiaan saya terhadap tempat kerja ini					
16	Tidak merasakan adanya ikatan kekeluargaan di tempat kerja ini					
17	Saya akan meninggalkan tempat kerja ini, jika ada peluang pekerjaan lain dengan pendapatan yang lebih besar					
18	Saya terpaksa bekerja disini, karena tidak ada pilihan lain					

Mohon diperiksa kembali jangan sampai ada yang terlewat

LAMPIRAN B

MODUL
PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL UNTUK
MENINGKATKAN KOMITMEN ORGANISASI
GURU SLB DI SLB “X”



Disusun Oleh:
Resturezeki Purwanti, S.Psi

Dosen Pembimbing:
Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi., M.si., Psikolog
Drs. Sumedi Priyana Nugraha, Ph.D, Psikolog

PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI PROFESI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

2018

PENGANTAR

Kuatnya sebuah organisasi tidak lepas dari adanya dukungan dan kerjasama antar anggota kelompok dalam menjalankan tujuan yang sama. Oleh sebab itu salah satu faktor penguat terjalannya kerjasama tersebut adalah dengan meningkatkan komunikasi interpersonal antar individu. Dengan adanya komunikasi interpersonal yang baik maka setiap individu dapat menjalankan tugasnya secara optimal secara individu ataupun melaksanakan tugas secara kelompok.

Komunikasi interpersonal adalah salah satu proses menyampaikan dan menerima pesan antara dua orang atau lebih dan membutuhkan umpan balik untuk mencapai maksud yang diinginkan. Pelatihan komunikasi interpersonal akan berisi lima aspek membangun komunikasi interpersonal yakni sikap terbuka, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan.

Peneliti melakukan adaptasi terhadap modul penelitian tesis yang telah dilakukan Hapsari (2016).

SILABUS

PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL GURU SLB

A. Tujuan Pelatihan

1. Sesudah mengikuti pelatihan diharapkan peserta mampu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal guna membangun sebuah kerjasama dan merasa memiliki satu sama lain dalam menjalankan organisasi atau instansi sekolah.
2. Peserta dapat mengembangkan diri menjadi individu yang lebih bersikap terbuka, empati, saling mendukung, bersikap positif dan merasa setara dalam menjalankan tugas yang telah menjadi tanggungjawabnya.
3. Membantu peserta untuk meningkatkan kesadaran untuk melakukan komunikasi interpersonal dalam menjalankan tugas dalam organisasi tersebut.
4. Peserta pelatihan dapat menerapkan pengetahuan dan keterampilan baru dalam melakukan hubungan interaksi antara anggota dalam kelompok.

B. Sasaran Pelatihan

1. Guru SLB “X” di Yogyakarta.

C. Materi Pelatihan

1. Keterbukaan
2. Empati
3. Sikap Positif
4. Kesetaraan
5. Sikap Mendukung

D. Metode Pelatihan

Metode pelatihan adalah *experimental learning* dengan menggunakan pendekatan *role play*, permainan, diskusi, lembar kerja/tugas dan interaksi kelompok. Pemaknaan dalam pelatihan ini dilakukan dengan kegiatan diskusi, memberikan umpan balik terhadap kegiatan pelatihan dan adanya pemaknaan di setiap akhir sesi.

E. Peserta Pelatihan

Peserta pelatihan adalah guru SLB “X” semua jenjang pendidikan.

F. Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan

Waktu : 2 kali pertemuan
Durasi : 7 sesi pelatihan
Tempat : Sekolah SLB “X”

RANCANGAN KEGIATAN PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL

PERTEMUAN I			
Materi	Tujuan	Durasi	Metode Penyampaian
Sesi Pembukaan <i>Opening</i>	Menjelaskan tujuan pelatihan, saling mengenal antara trainer dan peserta untuk membangun kedekatan dan mengetahui harapan peserta pelatihan.	20 menit	Ceramah, kontrak belajar, lembar kerja, lembar evaluasi, permainan.
Sesi I Keterbukaan dalam komunikasi	Memberikan pemahaman tentang konsep dan teori gaya kepribadian dan komunikasi sesuai dengan diri sendiri dan memperdalam pentingnya keterbukaan dalam diri.	60 menit	Ceramah, lembar kerja, presentasi dan diskusi
Sesi II Empati	Memberikan keterampilan bersikap empati dalam proses komunikasi interpersonal.	60 menit	Ceramah, <i>Sharing</i> , <i>Role play</i>
Total Waktu		Dari pukul 14.00-16.00 WIB	

PERTEMUAN II			
Materi	Tujuan	Durasi	Metode Penyampaian
Sesi III Sikap Positif	Mengajak peserta untuk berfikir positif sehingga dapat berperilaku positif dalam memahami diri, orang lain dan lingkungan.	60 menit	Ceramah, menyaksikan video dan refleksi
Sesi IV Kesetaraan	Menunjukkan adanya kesetaraan dapat merubah hubungan interaksi.	60 menit	Ceramah, menyaksikan video dan refleksi
Sesi V Sikap Dukung	Mengetahui iklim yang dapat meningkatkan sikap mendukung dalam lingkungan kelompok	60 menit	Ceramah, sharing dan belajar dari kasus
Sesi Akhir Penutup	Mengetahui responatas pelaksanaan pelatihan, menarik kesimpulan kembali tentang materi pelatihandan menutup keseluruhan program pelatihan.	15 menit	ceramah, pengisian lembar kerja serta lembar evaluasi
Total Waktu		Dari pukul 12.30-16.00 WIB	

SESI PEMBUKAAN

A. Sasaran

1. Peserta dan *trainer* dapat melakukan hubungan pendekatan terlebih dahulu.
2. Peserta dapat lebih mengenal antar peserta lainnya.
3. Peserta mengetahui tujuan mengikuti pelatihan.
4. Terciptanya kondisi pelatihan yang kondusif

B. Alokasi Waktu

40 menit

C. Materi

1. Perkenalan *trainer* dan *co-trainer*
2. Kontrak belajar

D. Metode

Diskusi dan Game

E. Perlengkapan

1. Laptop
2. LCD
3. Lembar kerja “*Extraordinary Me*”
4. Alat tulis (Bolpoin)
5. *Reward* untuk pemenang

F. Prosedur

I. Perkenalan (15 menit)

- a. Kegiatan dimulai pembacaan doa sebagai awalan dimulainya kegiatan pelatihan.
- b. Trainer membangun kenyamanan dengan peserta pelatihan dengan melakukan perbincangan ringan dan memperkenalkan trainer, co-trainer dan observer dalam proses pelatihan.
- c. Trainer memberikan penjelasan tentang pengertian, tujuan pelatihan dan melakukan kontrak belajar dengan peserta pelatihan.

- d. Setelah melakukan kesepakatan, peserta pelatihan diminta untuk mengisi lembar *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan peserta pelatihan.

II. Games “*Extraordinary Me*” (15 menit)

Trainer membuka sesi dengan melakukan *ice breaking* terlebih dahulu, yaitu dengan bermain permainan *extraordinary me*. Berikut aturan permainannya.

- a. Peserta mengetahui bahwa kegiatan awal dibuka dengan sebuah permainan.
- b. Peserta memperoleh satu lembar kertas yang berisi daftar karakteristik yang khas yang mungkin dimiliki oleh seseorang.
- c. Peserta mendapatkan tugas untuk menemukan orang-orang yang memiliki karakteristik tersebut, sebanyak-banyaknya dalam waktu 3 menit.
- d. Peserta harus berinteraksi dengan syarat, setiap kali bertanya harus menyebutkan nama.
- e. Peserta tidak boleh mengajukan 2 pertanyaan untuk 1 orang.
- f. Peserta yang berhasil menemukan orang yang karakteristik tertentu harus meminta paraf dari orang yang bersangkutan.
- g. Peserta yang mengumpulkan tanda tangan terbanyak yang akan menjadi pemenang.

III. Refleksi (10)

- a. Ketika situasi dan suasana sudah hangat di ruang pelatihan, maka semua peserta diminta untuk duduk kembali.
- b. Trainer mengajak peserta pelatihan memaknai kembali kedua permainan yang telah dilakukan bersama-sama.
- c. Trainer melanjutkan materi pelatihan dengan materi inti.

Kontrak Belajar

ATURAN PELATIHAN

1. Mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pelatihan
2. Mengatur *mode silent* pada alat komunikasi selama berlangsungnya pelatihan
3. Berpartisipasi aktif (memberikan pendapat, memberikan umpan balik, atau bertanya) selama proses pelatihan
4. Mengerjakan seluruh lembar kerja dengan sungguh-sungguh
5. Mentaati aturan yang telah disepakati bersama

Lembar Kerja “Extraordinary Me”

EXTRAORDINARY ME

Aku jarang mandi	tidak suka sayur	Aku suka makan roti	aku tidak suka minum teh	aku suka tidur siang
aku tidak suka makan nasi	aku tidak suka sarapan	aku suka makan pete	aku suka minum kopi	aku suka makan banyak
aku suka berlibur	aku suka dipuji	aku benci hujan	aku suka ngupil	aku tidak suka keramaian
aku takut darah	aku suka donor darah	aku sering begadang	aku tidak takut gelap	aku takut kucing
aku suka bunga mawar	aku suka minum jamu	tidak bisa naik sepeda	aku suka bernyanyi	aku suka bolos

Manfaat game ini adalah:

Manfaat dari game ini adalah melatih komunikasi interpersonal peserta yang mengikuti game tersebut. Hal ini dikarenakan untuk dapat mengisi kertas pertanyaan mereka wajib untuk bertanya kepada para peserta lain tentang kebiasaannya. Sebelumnya mereka harus mengetahui hobi dan nama mereka.

Berhubung mereka hanya diperbolehkan hanya menanyakan satu jawaban untuk setiap peserta, sehingga mereka dituntut untuk berkomunikasi kepada peserta lainnya. Mereka harus bertanya ke satu orang dan orang lain untuk memenangkan game ini.

Lembar Instruksi Sesi I

Trainer memberikan instruksi:

“Untuk sesi pertama ini, kita akan bermain sebuah permainan. Permainannya adalah berhubungan dengan mengetahui hobi dan kesenangan dari para peserta pelatihan”

1. Peserta akan memperoleh satu lembar kertas yang berisi daftar karakteristik yang khas yang mungkin dimiliki oleh seseorang.
2. Tugasnya adalah setiap peserta mendapatkan tugas untuk menemukan orang-orang yang memiliki karakteristik tersebut, sebanyak-banyaknya dalam waktu 3 menit.
3. Peserta harus berinteraksi dengan peserta lain dengan syarat, setiap kali bertanya harus menyebutkan namanya sendiri. Misalnya, “**Ajeng** (nama penanya) mau bertanya, apa **Tinta** (nama yang ditanya) suka makan kacang?”
4. Peserta tidak boleh mengajukan 2 pertanyaan untuk 1 orang.
5. Peserta yang berhasil menemukan orang yang karakteristik tertentu harus meminta paraf dari orang yang bersangkutan.
6. Peserta yang mengumpulkan tanda tangan terbanyak yang akan menjadi pemenang dan boleh memilih hadiah yang di siapkan.

Lembar Kerja “Extraordinary Me”EXTRAORDINARY ME

Pernyataan	Paraf	Pernyataan	Paraf	Pernyataan	Paraf
Aku jarang mandi		tidak suka sayur		Aku suka makan roti	
aku tidak suka makan nasi		aku tidak suka sarapan		aku suka makan pete	
aku suka berlibur		aku suka dipuji		aku benci hujan	
aku takut darah		aku suka donor darah		aku sering begadang	
aku suka bunga mawar		aku suka minum jamu		tidak bisa naik sepeda	
aku tidak suka minum teh		aku suka tidur siang			
aku suka minum kopi		aku suka makan banyak			
aku suka ngupil		aku tidak suka keramaian			
aku tidak takut gelap		aku takut kucing			
aku suka bernyanyi		aku suka bolos			

SESI I

KETERBUKAAN DALAM KOMUNIKASI

A. Sasaran

1. Peserta mengetahui dan memahami pengertian tentang komunikasi interpersonal dan karakteristiknya.
2. Peserta memahami gaya dalam melakukan komunikasi interpersonal.
3. Peserta diajak untuk mengenali diri dengan cara lebih terbuka dalam memahami kebutuhan diri supaya mampu memahami dirinya dan mampu mengenali orang lain.
4. Memberikan kesempatan peserta untuk mengenal dirinya sendiri, sehingga mengetahui kelebihan dan kekurangan pada dirinya sendiri.

B. Alokasi Waktu

60 menit

C. Materi

1. Pemahaman diri
2. Keterbukaan dalam komunikasi

D. Metode

Sharing dan Permainan

E. Perlengkapan

1. Laptop
2. LCD
3. Lembar Kerja “Johari Windows”

F. Prosedur

I. Pemahaman Diri (50 menit)

1. Trainer menjelaskan pengetahuan tentang komunikasi interpersonal kepada para peserta. *“Pada sesi pertama ini, saya ingin mengajak Anda sekalian untuk sharing tentang komunikasi interpersonal dan beberapa hal yang perlu kita perhatikan supaya komunikasi interpersonal berjalan secara efektif. Kita mulai dengan memberikan arti dari komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal adalah proses sosial yang terjadi antara dua orang atau lebih yang mana diantara mereka*

akan terjadi hubungan untuk menyampaikan sebuah pesan dan memberikan pengaruh diantara kelompok (DeVito, 2008; Floyd,2009). Mari kita membahas hal-hal yang perlu kita perhatikan dalam komunikasi interpersonal. Kita mulai dengan KETERBUKAAN. Pada sesi ini kita akan belajar tentang apa itu ibu-ibu.....KETERBUKAAN. Iya jadi nanti setiap sesi baru kita akan melakukan pengulangan kata yang mana itu adalah aspek dalam komunikasi interpersonal ”

2. Trainer memulai dengan meminta pendapat peserta tentang apa arti keterbukaan dalam komunikasi. *“Sebelum kita mengisi lembar kerja, saya ingin mendengar pendapat dari Anda secara bergantian. “Apa arti keterbukaan dalam komunikasi?”* Trainer menyimpulkan hasil sharing dengan para peserta.
3. Trainer memberikan materi tentang komunikasi interpersonal dan aspek komunikasi interpersonal. Trainer juga menambahkan karakteristik orang yang mampu bersikap terbuka dan tertutup.
4. Trainer menjelaskan materi tentang keterbukaan dengan memberikan materi tentang gaya kepribadian dalam komunikasi dengan merujuk pada teori Johari Windows.
5. Trainer mengajak peserta untuk mengenali dirinya dengan mengisi lembar kerja *“Johari Windows”*.
6. Trainer meminta peserta untuk mengisi lembar kerja dengan cara memutar kertas lembar kerja ke samping kanan. Peserta diminta untuk menuliskan pada kolom *“apa yang dikatakan oleh orang lain kepada saya”*. Masing-masing peserta bisa menuliskan 3 kepribadian dari nama yang telah ditulis dibagian atas lembar kerja.
7. Trainer meminta peserta pelatihan untuk melipat bagian kertas pada kolom terakhir dan memutar ke sebelah kiri untuk menyerahkan kembali kepada pemilik lembar kerja sesuai dengan nama yang tertera dibagian atas.
8. Trainer memberikan waktu 10 menit untuk mengisi lembar kerja yang masing kosong.
9. Trainer meminta kepada peserta untuk membaca hasil keseluruhan dari lembar kerja yang telah diisi.

10. Trainer menawarkan kepada peserta untuk membacakan di depan hasil (gaya komunikasi dan cara komunikasi yang dipilih) potret diri peserta.

II. Penutup Sesi I (10 menit)

1. Trainer menanyakan tanggapan perasaan individu terhadap tanggapan teman-temannya yang sudah tertulis di kertas dan menarik kesimpulan dari kegiatan ini.
2. Trainer menyimpulkan bersama dengan peserta pentingnya sikap terbuka untuk mengetahui gaya kepribadian dan komunikasi yang dimilikinya.

“Dari kesimpulan diatas tentang keterbukaan dalam berkomunikasi, mari kita lebih kritis, terbuka dan mencari tahu sendiri kepribadian diri peserta dan orang lain”

URAIAN MATERI SESI I

KETERBUKAAN DALAM KOMUNIKASI

Komunikasi interpersonal adalah proses sosial yang terjadi antara dua orang atau lebih yang mana diantara mereka akan terjadi hubungan untuk menyampaikan sebuah pesan dan memberikan pengaruh diantara kelompok (DeVito, 2008). Smith (Martin, Jandaghi, Karimi, Hamidizadeh, 2010) mengemukakan bahwa komunikasi interpersonal adalah kemampuan individu untuk dapat bekerja dengan orang lain dan menerima orang lain tanpa prasangka.

Robinson (Martin, Jandaghi, Karimi, Hamidizadeh, 2010) menambahkan bahwa dalam komunikasi interpersonal akan merubah kemampuan, pengetahuan tentang komunikasi dan kemampuan mengevaluasi diri sendiri. Dalam melakukan komunikasi interpersonal, ada beberapa hal yang akan terjadi yakni keterbukaan, empati, perubahan pemikiran dan dukungan.

Sikap terbuka dapat memberikan pengaruh terhadap terciptanya komunikasi yang efektif. Keterbukaan bukan hanya perilaku tatap muka antara anggota namun juga sikap terbuka terhadap masukan, menerima kritik dan saran, mengakui perasaan antar anggota serta membagi informasi yang diperoleh untuk kepentingan kelompok.

Tiga aspek dalam komunikasi interpersonal yang mengacu kepada keterbukaan. Pertama, komunikator mau bersikap terbuka terhadap orang yang diajak berinteraksi. Kedua, komunikator bersedia menjalin hubungan yang jujur terhadap respon yang diperoleh. Ketiga, komunikator mengakui adanya perasaan dan pemikiran orang lain sehingga mampu bertanggungjawab terhadap proses menjalin hubungan komunikasi.

Menurut Devito dalam Sugiyono (Setiawati, 2016) mengemukakan bahwa keterbukaan adalah suatu proses saling mengungkapkan maksud dengan merespon secara spontan satu sama lain dalam proses komunikasi. Johnson dalam Supratiknya (Setiawati, 2016) menambahkan bahwa membuka diri adalah suatu reaksi atau cara kita menanggapi situasi yang sedang terjadi dengan mendapatkan informasi yang relevan guna merespon situasi tersebut.

Brooks & Emmert (Rakhmat, 2005) memberikan rujukan tentang gambaran karakteristik sikap terbuka dengan sikap tertutup (dogmatis) dalam sebuah kolom dibawah ini, yaitu:

No	Sikap Terbuka	Sikap Tertutup
1	Menilai pesan secara objektif, dengan menggunakan data dan keajegan logika.	Menilai pesan berdasarkan motif-motif pribadi.
2	Membedakan dengan mudah, (melihat dengan nuansa, dsb)	Berfikir simplistik, artinya berfikir hitam putih (tanpa nuansa)
3	Berorientasi pada isi	Bersandar lebih banyak pada sumber pesan daripada isi pesan.
4	Mencari informasi dari beberapa sumber.	Mencari informasi tentang kepercayaan orang lain dari sumber sendiri, bukan dari sumber kepercayaan orang lain.
5	Lebih bersifat profesional dan bersedia mengubah kepercayaannya.	Secara kaku mempertahankan dan memegang teguh sistem kepercayaan.
6	Mencari pengertian yang tidak sesuai dengan rangkaian kepercayaan.	Menolak, mengabaikan, dan mendistorsi pesan yang tidak konsisten dengan sistem kepercayaan.

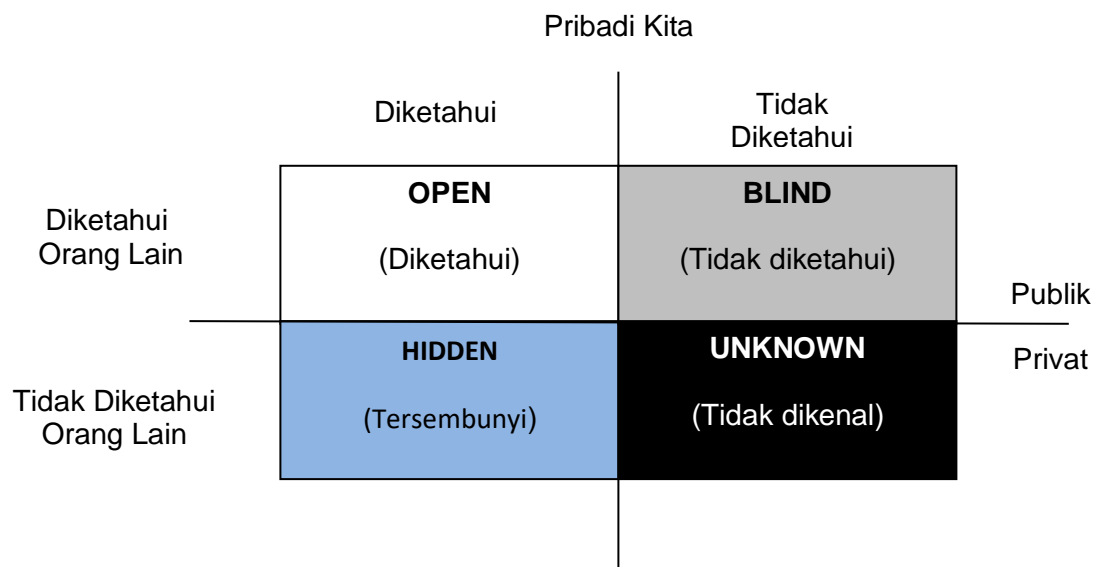
Gambaran sikap tertutup (dogmatis) menurut Brooks & Emmert (Rakhmat, 2005) adalah sebagai berikut:

1. *Menilai pesan berdasarkan motif pribadi.* Individu yang banyak menggunakan pandangan dirinya dalam menerima suatu informasi. Individu tersebut akan menolak jika ada argument yang objektif, logis, dan memiliki cukup bukti. Ungkapan yang

biasa keluar adalah “*pokoknya aku tidak percaya*”. Sehingga individu tersebut sulit untuk menyesuaikan dirinya di lingkungan.

2. *Berfikir simplistik*. Individu ini beranggapan bahwa dunia ini hanya terdapat hitam dan putih, tidak ada sesuatu yang abu-abu sehingga individu memandang bahwa jika tidak benar berarti salah.
3. *Berorientasi pada sumber*. Bagi individu yang dogmatis yang menjadi hal penting adalah *siapa* yang berbicara, bukan *apa* yang dibicarakan.
4. *Mencari informasi dari sumber sendiri*. Individu yang dogmatis akan mempercayai sumber informasi mereka sendiri.
5. *Secara kaku membela dan mempertahankan sistem kepercayaan*. Individu dogmatis akan mempertahankan wilayah ataupun kondisi yang telah dianutnya sebagai wilayah kepercayaan.

Tingkat keterbukaan dan kesadaran individu dalam melakukan komunikasi setiap individu berbeda-beda, Johari Windows (Rakhmat, 2005) memberikan model komunikasi interpersonal.



a. Bidang Arena (*Open*)

Bidang ini merupakan bidang komunikasi yang paling efektif. Pada bidang ini baik diri sendiri maupun orang lain sama-sama mengetahui atau memiliki informasi yang diperlukan dalam melakukan komunikasi sehingga komunikasi yang terjadi dapat berlangsung efektif.

b. Bidang Gelap (*Blind*)

Pada bidang gelap, diri sendiri tidak mengetahui informasi yang relevan secara lengkap, tetapi orang lain mengetahui. Oleh karena itu, orang lain memiliki informasi yang relevan sementara diri sendiri tidak, maka akhirnya komunikasi tidak dapat berlangsung dengan baik. Jadi pada bidang gelap komunikasi tidak dapat berjalan efektif.

c. Bidang Tidak Diketahui (*Unknown*)

Bidang ini merupakan bidang dimana komunikasi yang tidak berlangsung paling efektif, karena baik diri sendiri ataupun orang lain sama-sama tidak mengetahui informasi yang relevan. Kondisi seperti itu, dapat terjadi dalam organisasi jika mereka yang saling berkomunikasi dari bidang keahlian yang berbeda untuk melaksanakan tugas mereka.

d. Bidang Depan (*Hidden*)

Bidang depan merupakan kondisi dimana diri sendiri mengetahui informasi yang relevan dengan apa yang akan dikomunikasikan, sedangkan orang lain tidak mengetahui maka komunikasi juga tidak dapat terlaksanakan dengan baik. Misalnya bawahan mengetahui informasi namun atasan tidak mengetahui, sehingga komunikasi tidak dapat berjalan efektif. Kecuali, bawahan menyampaikan informasi terhadap atasan.

dapat terlaksanakan dengan baik. Misalnya bawahan mengetahui informasi namun atasan tidak mengetahui, sehingga komunikasi tidak dapat berjalan efektif. Kecuali, bawahan menyampaikan informasi terhadap atasan.

Komunikasi interpersonal dapat diperbaiki dengan dua cara yaitu perluasan dan umpan balik. Perluasan (*exposure*) merupakan upaya untuk memperbesar bidang

arena dan memperbaiki bidang depan. Caranya adalah dengan menjelaskan atau memberikan informasi kepada orang lain sehingga mereka memahami informasi yang dibutuhkan. Dengan demikian komunikasi terjadi efektif (seperti bidang arena).

Umpan balik (*feedback*) merupakan cara lain untuk meningkatkan efektifitas komunikasi interpersonal. Seperti bidang gelap dimana diri sendiri tidak mengetahui informasinya, sedangkan orang lain mengetahuinya. Dalam kondisi tersebut menjadi komunikasi efektif jika diri sendiri mendapatkan umpan balik dari orang lain sehingga diri sendiri mendapatkan informasi dari orang lain.

Referensi:

- Devito, A.J. (2008). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo.
- Hapsari, D.A. (2016). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal untuk meningkatkan kualitas pelayanan karyawan hotel Z Yogyakarta. *Tesis*. Tidak dipublikasikan. Program Magister Psikologi Profesi. UII.
- Martin, H.Z., Jandaghi, G., Karimi, F.H., Hamidizadeh, A. (2010). Relationship between Interpersonal Communication Skill and organization commitment (Case Study: Jahad Keshavarzi and University of Qom, Iran)
- Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Setiawati, A.N. (2016). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas kelompok pada divisi *food and beverage product* hotel X bintang 5 Yogyakarta. *Tesis*. Tidak dipublikasikan. Program Magister Psikologi Profesi. UII.

Lembar Kerja 1

Situasi yang membuat Anda *nyaman* untuk mau *terbuka* kepada teman ketika



Hal apa yang membuat Anda *tidak nyaman* untuk terbuka dalam menyampaikan pendapat kepada teman ketika

SESI II EMPATI

A. Sasaran

1. Peserta memahami konsep dan fungsi empati.
2. Peserta mampu membangun kepercayaan terhadap orang lain.
3. Peserta mampu mengaplikasikan empati dalam proses komunikasi.

B. Alokasi Waktu

60 menit

C. Materi

1. Empati
2. Aplikasi empati dalam komunikasi (*peer counseling*)

D. Metode

Ceramah, *Sharing* dan *Role Play*

E. Perlengkapan

1. Laptop
2. LCD

F. Prosedur

I. Materi Empati (15 menit)

1. Sebelum memasuki sesi selanjutnya maka trainer mengajak peserta pelatihan untuk mengulang kembali tema sesi pertama dan dilanjutkan dengan tema sesi kedua. “*Baik ibu-ibu sekalian, sebelum kita memasuki tema kedua, saya ingin mengajak ibu-ibu sekalian tentang tema kita yang pertama. Apa tema kita yang pertama tadi ibu-ibu..... (Keterbukaan). Baik sekarang kita melanjutkan dengan tema kedua yakni EMPATI, apa tema kita yang kedua ibu-ibu..... (EMPATI). Baik, Pada tema ini kita akan membahas tentang empati. Saya minta pendapat ibu-ibu, apa sih empati itu?*”
2. Trainer menjelaskan materi tentang empati kepada peserta pelatihan.
3. Trainer membuka kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan.

II. Role Play (30 menit)

4. Trainer meminta peserta untuk berpasang-pasangan.
5. Masing-masing pasangan dipersilahkan untuk menceritakan apapun satu sama lain, baik tentang peristiwa yang tidak menyenangkan dalam hidup atau pekerjaannya atau hal yang paling berkesan.
6. Sebelumnya peserta diminta untuk berkomitmen untuk tidak menceritakan kisah teman pasangannya kepada orang lain di forum luar atau menjaga kode etik untuk tidak sembarangan menceritakan pengalaman orang lain di luar pelatihan nanti.
7. Peserta diperkenankan bertanya kepada pasangannya supaya dapat bertukar empati dan simpati.

III. Penutup Sesi II (15 menit)

8. Trainer mengakhiri sesi dengan menanyakan perasaan peserta setelah bercerita
9. Trainer membacakan beberapa lembar kerja sebagai bahan diskusi.
10. Trainer mengajak peserta untuk menyimpulkan sesi ini.

URAIAN MATERI SESI II

Empati Dalam Berkomunikasi

Empati adalah salah satu bentuk sikap percaya terhadap orang lain. Dengan menumbuhkan sikap empati maka individu dapat melakukan komunikasi interpersonal dengan efektif. Yeni rahmawati (Sugiyatno, 2012) mengemukakan bahwa empati merupakan kemampuan individu untuk menempatkan diri pada posisi orang lain supaya individu tersebut memahami dan mengerti sudut pandang dan perasaan orang lain sehingga seakan mengalami apa yang dialami orang lain.

Koestner dan Franz (Sugiyatno, 2012) mengemukakan bahwa empati membutuhkan kemampuan untuk memahami pikiran dan perasaan orang lain serta mampu secara nyata menampilkan perasaannya tanpa secara nyata terlibat dalam perasaan dan tanggapan tersebut.

Safaria (Sugiyatno, 2012) membagi 5 tingkatan empati dalam hubungan antar manusia.

Tingkat 1 : Individu yang tidak sesuai dalam mengkomunikasikan secara verbal dan mengekspresikan perasaan dan pikiran orang lain.

Tingkat 2 : Individu hanya terkesan menyampaikan pikirannya saja tidak mampu menyelami apa yang dirasakan orang lain.

Tingkat 3 : Individu hanya mampu memahami ekspresi orang lain namun tidak dapat memahami keadaan yang sesungguhnya sehingga cenderung mengesampingkan emosi yang disampaikan orang lain.

Tingkat 4 : Individu memahami baik emosi-emosi permukaan maupun emosi yang terdalam dari orang lain.

Tingkat 5 : individu mampu secara keseluruhan memahami dan mengerti ekspresi emosi yang disampaikan oleh orang lain.

Empati berbeda dengan simpati dan antipati. Antipati berarti tidak peduli dan tidak melibatkan perasaan atau tidak menaruh minat dan perhatian terhadap orang

lain. Sedangkan simpati, adalah suatu keterlibatan emosi yang berlebihan kepada orang lain. Simpati biasanya dikuasai oleh kesedihan orang lain (Hapsari, 2016).

Adapun gambaran untuk memahami perbedaan tersebut adalah sebagai berikut (Hapsari, 2016):

Antipati	Empati	Simpati
“Aku tidak peduli”	“Nampaknya kamu benar-benar sedih hari ini”	“Kasihankamu”
“Itu masalahmu, bukan urusanku!”	“Kelihatannya kamu benar-benar kecewa karenanya”	“Sungguh saya sangat mengkhawatirkanmu”

Daftar Pustaka:

- Hapsari, D.A. (2016). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal untuk meningkatkan kualitas pelayanan karyawan hotel Z Yogyakarta. *Tesis*. Tidak dipublikasikan. Program Magister Psikologi Profesi. UII.
- Sugiyatno.(2012). Emphatic interpersonal communication building competence professional counselor ini counseling service.*International Seminar Guidance and Counseling*. Yogyakarta: Uiversitas Negeri Yogyakarta. <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/penelitian/Sugiyatno,%20M.Pd./EMPHATIC%20INTERPERSONAL%20COMMUNICATION.pdf> diunduh tanggal 26 Oktober 2016.

Lembar kerja “Empati”

Apakah teman konseling tersebut cocok dengan Anda?

Ya / Tidak

(pilih salah satu)

Alasannya:

Apakah teman konseling tersebut mampu berempati dengan curhatan Anda?
(Isilah yang sesuai dengan apa yang Anda alami)

Ya, dalam bentuk :

Tidak, alasannya:

Menurut Anda, apakah Anda bisa terbuka dalam bercerita dengan teman Anda?

Jelaskan lebih lanjut:

Menurut Anda bagaimana dengan teman Anda, apakah teman Anda bisa terbuka dengan Anda dalam bercerita?

SESI III

SIKAP POSITIF

A. Sasaran

1. Peserta memahami kejadian-kejadian negatif dan positif yang dialami oleh guru di sekolah melalui sebuah kasus.
2. Peserta mengetahui dan memahami konsep berfikir positif dapat membentuk sikap positif.
3. Peserta memahami ciri pribadi yang memiliki sikap positif.

B. Alokasi Waktu

60 menit

C. Materi

1. Menenal Sikap Positif
2. Sikap Positif
3. Video Selalu Berfikir Positif 3'

D. Metode

Ceramah, *Sharing*, *Study Kasus* dan *Refleksi*

E. Perlengkapan

1. Laptop
2. LCD
3. Lembar kerja
4. Video

F. Prosedur

I. Materi Sikap Positif (50 menit)

1. Trainer memulai sesi ini dengan memberikan lembar kerja yang harus diisi oleh masing-masing peserta. Peserta diminta untuk menunjukkan sikapnya ketika mendapatkan situasi atau peristiwa yang tertera dalam kasus tersebut. Waktu yang diberikan adalah 10 menit.
2. Peserta diminta untuk menyimpan jawabannya terlebih dahulu.

3. Trainer memberikan materi tentang sesi bersikap positif dan menyebutkan ciri-ciri seorang mampu bersikap positif.
4. Trainer memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya tentang materi yang diberikan.
5. Trainer mengajak peserta untuk membuka kembali hasil tugas yang diberikan.
6. Trainer mengajak berdiskusi dengan meminta mereka untuk menilai, apakah yang telah dituliskan adalah termasuk sikap yang telah menggunakan sikap positif atau masih bersikap negatif. Beberapa perwakilan diminta untuk menyampaikan pendapatnya.
7. Trainer menyimpulkan hasil diskusi tersebut.
8. Sebelum akhir sesi, trainer menayangkan sebuah video tentang berfikir positif.
9. Trainer meminta peserta pelatihan menyimak video tersebut dan diakhir pemutaran video trainer menanyakan penilaian dari para peserta.

II. Penutup Sesi II (10 menit)

10. Trainer mengakhiri sesi membuat kesimpulan tentang materi berfikir positif dan mengajak peserta untuk mengingat sesi-sesi yang telah diberikan sebelum sesi ini.
11. Trainer memotivasi peserta untuk memulai berfikir positif terhadap segala situasi yang dialami baik di sekolah ataupun di rumah.

URAIAN MATERI SESI III

Sikap Positif Dalam Berkomunikasi

Elfiky (Mukhlis, 2013) mengemukakan bahwa berfikir positif adalah cara individu berfikir suatu sudut pandang atau emosi positif. Cara berfikir ini akan membuat individu tersebut bersikap positif baik terhadap dirinya, orang lain atau situasi lingkungan.

Berfikir memiliki pengaruh terhadap diri pribadi. Herabadi (Mukhlis, 2013) dalam penelitian menemukan bahwa kebiasaan berfikir negatif memiliki hubungan dengan harga diri yang rendah. Brissrette, dkk dalam Kivimaki (Mukhlis, 2013) menambahkan bahwa seorang individu yang berfikir positif dapat mengurangi situasi rawan distress. Sedangkan Fordyce dalam Seligman (Mukhlis, 2013) menambahkan bahwa berfikir positif berdampak kepada psikologis yang positif sehingga individu tersebut dapat menyelesaikan masalah atau tugas beragam serta mampu memberikan sugesti bagi orang lain yang mengalami kegagalan.

Terdapat dua aspek dalam sikap positif, yaitu individu memiliki sikap positif terhadap dirinya sendiri dan sikap positif yang tercermin dari perasaan positif dalam menanggapi situasi lingkungan untuk dapat berinteraksi dalam kelompok (Devito dalam Setiawati, 2016).

Hapsari (2016) mengemukakan bahwa bersikap positif dapat membawa kekuatan pada diri dan sumber kehidupan. Individu yang memiliki kepribadian positif akan tercermin dengan perilaku:

- a. Beriman, memohon bantuan dan senantiasa bertawakal.
- b. Memegang nilai-nilai luhur
- c. Memiliki cara pandang yang jelas
- d. Memiliki gambaran keyakinan yang positif
- e. Belajar dari masalah dan kesulitan.
- f. Tidak mempengaruhi masalah atau kesulitan mengganggu kehidupannya.
- g. Percaya diri, menyukai perubahan dan berani menghadapi tantangan.
- h. Hidup dengan cita-cita, perjuangan dan kesabaran.

Oleh sebab itu, orang sukses adalah orang yang senantiasa menanamkan pemikiran positif dan perilaku positif dalam menghadapi tantangan dalam lingkungan.

Daftar Pustaka:

- Hapsari, D.A. (2016). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal untuk meningkatkan kualitas pelayanan karyawan hotel Z Yogyakarta. *Tesis*. Tidak dipublikasikan. Program Magister Psikologi Profesi. UII.
- Mukhlis, A. (2013). Berfikir positif pada ketidakpuasan terhadap citra tubuh (*body image dissatisfaction*). *Psikoislamika*. 10(1),5-14.
- Setiawati, A.N. (2016). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kohesivitas kelompok pada divisi *food and beverage product* hotel X bintang 5 Yogyakarta. *Tesis*. Tidak dipublikasikan. Program Magister Psikologi Profesi. UII.

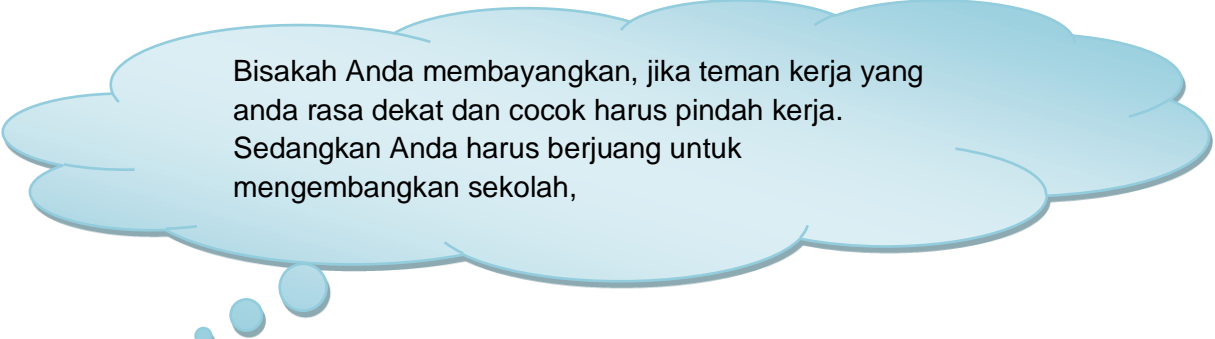
Nama: _____

Bagaimana Jika.....

Anda memiliki teman dekat yang pas untuk diajak kerja sama. Anda harus berjuang bersama mengembangkan sekolah tersebut.

A. Bagaimana perasaan Anda?

B. Rencana apa yang Anda dan teman Anda bisa lakukan untuk mengembangkan sekolah tersebut?



Bisakah Anda membayangkan, jika teman kerja yang anda rasa dekat dan cocok harus pindah kerja. Sedangkan Anda harus berjuang untuk mengembangkan sekolah,

A. Bagaimana perasaan Anda?


B. Rencana apa yang Anda bisa lakukan untuk mengembangkan sekolah tersebut?

A. Bagaimana perasaan Anda?

B. Rencana apa yang Anda dan teman Anda bisa lakukan untuk mengembangkan sekolah tersebut?

Nama:

Lembar Kerja 2

Bagaimana Anda menyikapi situasi atau peristiwa di bawah ini? 

1. Ada seorang teman sering sekali datang terlambat. Dalam waktu dua minggu, ia semakin datang terlambat untuk masuk kerja. Ia terlihat tidak bergabung dengan teman lain untuk baris berbaris dan terlihat sibuk di depan komputer untuk mencari bahan ajar setiap paginya.

a. Apa yang Anda pikirkan tentang dia?

b. Sikap bagaimana yang sebaiknya dilakukan ia lakukan?

c. Bagaimana Anda menyikapi teman kerja seperti diatas?

2. Saat ada kegiatan akhir sekolah, Anda mendapatkan tugas sebagai sesi dekorasi oleh tim pelaksana. Sedangkan tugas yang Anda terima cukup banyak. Anda diminta untuk bekerja sama dengan salah satu teman yang dianggap mampu membantu. Namun kenyataannya teman tersebut tidak banyak membantu dan lebih suka menyelesaikan pekerjaan lain dibandingkan pekerjaannya bersama dengan Anda.

a. Apa yang Anda pikirkan tentang dia?

b. Sikap bagaimana yang sebaiknya dilakukan ia lakukan?

c. Bagaimana Anda menyikapi teman kerja seperti diatas?

Nama:

Lembar Kerja

Bagaimana Anda menyikapi situasi atau peristiwa di bawah ini?

1. Di saat jam istirahat, semua guru wajib mengawasi anak, baik saat jam makan snack atau waktu bermain di halaman sekolah. Namun terdapat dua orang yang lebih memilih tetap berada di ruangan untuk menata kelas dan menulis laporan administrasi kelas. Sesekali terlihat mereka tertawa bersama.

a. Apa yang Anda pikirkan tentang mereka?

b. Sikap bagaimana yang sebaiknya dilakukan ia lakukan?

c. Bagaimana Anda menyikapi teman kerja seperti diatas?

2. Kelompok Anda sedang menghadapi permasalahan sulit dalam bekerja. Anda sudah melakukan musyawarah bersama, namun belum menemukan solusi. Kemudian Anda meminta bantuan kepada penasehat sekolah, namun bukan solusi yang diperoleh hanya sebuah kata-kata yang membingungkan.

a. Apa yang Anda pikirkan tentang dia?

d. Sikap bagaimana yang sebaiknya dilakukan ia lakukan?

b. Bagaimana Anda menyikapi teman kerja seperti diatas?

SESI IV KESETARAAN

A. Sasaran

1. Peserta memahami konsep tentang kesetaraan.
2. Peserta mengetahui situasi atau pengalaman yang pernah dialami tentang kesetaraan dan ketidaksetaraan.
3. Peserta mampu menyikapi situasi yang menunjukkan ketidaksetaraan,

B. Alokasi Waktu

60 menit

C. Materi

1. Video Susan Boyle 10'
2. Kesetaraan

D. Metode

Ceramah, *Sharing*, dan *Refleksi*

E. Perlengkapan

1. Laptop
2. LCD
3. Lembar kerja
4. Video

F. Prosedur

I. Materi Sikap Kesetaraan (50 menit)

1. Trainer menjelaskan sesi berikutnya dengan tema kesetaraan.
2. Trainer membuka kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan.
3. Peserta diajak mengamati pengalaman yang pernah terjadi terhadap sikap setara dan tidak setara dengan mengisi lembar kerja. Peserta diberikan waktu selama 10 menit untuk menyelesaikan tugas tersebut secara individu.
4. Trainer mengajak berdiskusi tentang bagaimana seharusnya kita bersikap terhadap sikap tidak setara.

“Silahkan satu peserta untuk mempresentasikan hasil tulisannya. Silahkan Anda membaca 2 ketidaksetaraan yang telah di tuliskan secara bergantian. Silahkan membaca ketidaksetaraan yang pertama(peserta membaca hasil lembar kerja). Okey, mungkin dari peserta lain memiliki masalah ketidak setaran yang sama? Bagaimana dengan sikap yang dilakukan apakah sama?. Sekarang silahkan lanjutkan membaca hasil yang kedua....(peserta membaca. Bagaimana dengan yang lainnya apakah memiliki ketidak setaraan yang sama atau hampir mirip? Bagaimana Anda menyikapinya? ”

5. Trainer bersama peserta mengambil kesimpulan dari hasil diskusi tersebut
6. Trainer meminta peserta pelatihan menyimak video tersebut dan diakhir pemutaran video trainer menanyakan penilaian dari para peserta.

II. Penutup Sesi II (10 menit)

7. Trainer mengakhiri sesi membuat kesimpulan tentang kesetaraan.

URAIAN MATERI SESI IV

Kesetaraan

Rahmat (2005) mengemukakan bahwa persamaan atau kesetaraan adalah sikap memperlakukan orang lain sejajar dengan dirinya baik secara status, jabatan, kemampuan intelektual, dan lain-lain.

Hapsari (2016) mengemukakan bahwa kita sering mengabaikan kesetaraan dengan cara kita mengajukan pertanyaan. Lihat perbandingan ini”

- a. “Kapan sih kamu mau belajar menelepon untuk memesan tempat? Masa harus saya yang melakukan segalanya?”
- b. Salah satu dari kita harus menelepon untuk memesan tempat. Apakah kamu menghendaki saya yang melakukan, atau kamu mau melakukannya sendiri?”

Daftar Pustaka:

Hapsari, D.A. (2016). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal untuk meningkatkan kualitas pelayanan karyawan hotel Z Yogyakarta. *Tesis*. Tidak dipublikasikan. Program Magister Psikologi Profesi. UII.

Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

SESI V

SIKAP DUKUNG

A. Sasaran

1. Peserta memahami konsep tentang sikap mendukung dalam komunikasi interpersonal.
2. Peserta memahami perilaku yang menyebabkan orang mendukung dan defensive terhadap orang lain.

B. Alokasi Waktu

60 menit

C. Materi

1. Sikap Mendukung (sikap *supportif*)
2. Kasus

D. Metode

Ceramah, *Sharing*, *Study Kasus* dan *Refleksi*

E. Perlengkapan

1. Laptop
2. LCD

F. Prosedur

I. Materi Sikap Mendukung (15 menit)

1. Sebelum memasuki sesi selanjutnya maka trainer mengajak peserta pelatihan untuk mengulang kembali tema sesi pertama dan kedua. *“Pada sesi sebelumnya kita telah belajar tentang KETERBUKAAN dan EMPATI, maka sesi selanjutnya kita akan membahas tema ketiga, yaitu SIKAP MENDUKUNG. Tema apa ibu-ibu?.....(SIKAP MENDUKUNG).*
2. Trainer menjelaskan materi tentang dukungan dalam komunikasi.
3. Trainer membuka kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan.

II. Telaah Kasus (30 menit)

4. Trainer melanjutkan sesi dengan cara mengajak peserta untuk mempelajari sebuah kasus.
5. Peserta diminta untuk melakukannya secara berkelompok. Trainer membantu proses pembagian dengan menghitung secara acak peserta pelatihan. Yakni, peserta diminta untuk menghitung angka 1 sampai angka 3, Setelah itu, trainer meminta peserta yang mendapatkan hitungan angka yang sama berkumpul dalam satu kelompok.
6. Trainer membagikan lembar kasus kepada peserta pelatihan.
7. Peserta pelatihan diminta untuk melakukan diskusi untuk mencari pro dan kontra terhadap sebuah kasus yang telah diterima selama 10 menit.
8. Diakhir waktu diskusi, peserta diminta untuk menunjuk salah satu perwakilan kelompok untuk mempresentasikan hasil diskusi.
9. Trainer menanggapi hasil presentasi dari perwakilan masing-masing kelompok.

III. Penutup Sesi II (15 menit)

10. Trainer mengakhiri sesi dengan menanyakan perasaan peserta setelah kasus yang telah dipelajari bersama-sama.
11. Trainer menyimpulkan kegiatan pada sesi ini.

URAIAN MATERI SESI V

Sikap Mendukung Dalam Berkomunikasi

Rakhmat (2005) mengemukakan bahwa sikap mendukung adalah sikap dimana seorang individu mengurangi sikap defensif dalam komunikasi. Individu yang bersikap defensif akan banyak melindungi dirinya dari ancaman dari situasi yang ada disekitarnya dibandingkan memahami pesan yang disampaikan oleh orang lain.

Hal yang menyebabkan seseorang bersikap defensif menurut Rakhmat (2005) adalah;

- a. Ketakutan,
- b. Kecemasan,
- c. Harga diri rendah,
- d. Pengalaman difensif, dan lain-lain.

Jack R. Gibb (Rakhmat, 2005) menjelaskan bahwa terdapat beberapa perilaku yang dapat menimbulkan sikap suportif/mendukung dan 6 perilaku yang menyebabkan seseorang berperilaku defensif. Perilaku tersebut antara lain;

Iklim Defensif	Iklim Suportif
Evaluasi	Deskripsi
Kontrol	Orientasi Masalah
Strategi	Spontanitas
Netralitas	Empati
Superioritas	Persamaan
Kepastian	Provisionalisme

Berdasarkan perilaku yang muncul diatas, diketahui bahwa semakin banyak orang yang melakukan perilaku ke kiri maka individu tersebut semakin menerapkan perilaku defensif, begitu sebaliknya. Berikut adalah penjelasan dari perilaku diatas adalah:

- a. *Evaluasi dan deskripsi*. Evaluasi artinya menilai orang lain baik memuji atau mengecam. Deskripsi artinya menyampaikan perasaan dan persepsi Anda tanpa menilai.

- b. *Kontrol dan orientasi masalah*. Kontrol memiliki arti ingin mengontrol orang lain, mengendalikan perilaku, mengubah sikap dan tindakannya. Sedangkan orientasi masalah adalah sikap individu yang mampu mengkomunikasikan keinginan untuk melakukan kerjasama dalam mencari pemecahan masalah.
- c. *Strategi dan spontanitas*. Strategi memiliki arti penggunaan tipuan-tipuan atau manipulasi untuk mempengaruhi orang lain dan spontanitas adalah sikap jujur seorang individu dalam melakukan interaksi dengan orang lain.
- d. *Netralitas dan Empati*. Netral adalah suatu sikap individu yang menunjukkan perilaku tidak acuh, tidak menghiraukan perasaan orang lain, dan pengalaman orang lain. Sedangkan lawan sikap netral adalah sikap empati.
- e. *Superioritas dan persamaan*. Superioritas adalah sikap individu yang merasa lebih tinggi dari pada orang lain, baik dari segi jabatan, intelektual, kekayaan ataupun kecantikan. Sedangkan persamaan adalah suatu sikap memperlakukan orang lain sama dengan kedudukannya dan mampu bersikap demokrasi terhadap orang lain.
- f. *Kepastian dan provisionalisme*. Individu yang memiliki sikap pasti secara tidak langsung akan bersifat ingin menang sendiri dan sulit menerima masukan dari orang lain. Hal tersebut berlawanan dengan sikap provisionalisme, yaitu perilaku mau menghargai dan menerima pendapat orang lain serta mau mengakui kesalahan yang telah dilakukannya.

Daftar Pustaka:

Rakhmat, J. (2005). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Lembar Kasus “Kelompok Dua”

A. Kasus

Seorang mendapatkan tugas sebagai koordinasi lapangan dalam kegiatan akhir tahun sekolah. Sebagai koordinator ia sering mendapatkan keluhan dari teman lainnya. Ia dekat dengan pimpinan namun sulit untuk mengkomunikasikan masalah tersebut. Di tengah kebingungannya ia akhirnya bercerita kepada koordinasi lain untuk meminta solusi.

Bagaimana Anda membantu dia dalam menyelesaikan masalahnya?

B. Hasil Diskusi

SESI PENUTUP

A. Tujuan

Trainer dan peserta mampu menyimpulkan bersama beberapa hal yang perlu diketahui dalam meningkatkan komunikasi interpersonal.

B. Alokasi Waktu

15 menit

C. Materi

Penutup

D. Metode

Ceramah

E. Alat Bantu

Lembar evaluasi

F. Prosedur

1. Trainer menutup sesi pelatihan dengan mengucapkan kembali kegiatan per sesi yang telah di lakukan bersama-sama dalam dua kali pertemuan
2. Trainer memberikan motivasi dengan memberikan manfaat dari dibangunnya komunikasi interpersonal dalam guru untuk kemajuan organisasi.
3. Trainer menutup pelatihan dengan doa.

Lampiran I
Lembar Evaluasi Pelatihan Level Reaksi

LEMBAR EVALUASI REAKSI

Nama : _____
 Pekerjaan : _____
 Tanggal : _____

Kuesioner dibawah ini dipergunakan untuk perbaikan berkelanjutan, mohon diisi dengan sungguh-sungguh. Jika anda lupa atau ragu, sebaiknya dikosongkan saja. Silahkan memberikan tanda centang (√) pada kolom pilihan jawaban.

Nilai	Keterangan
1	Buruk
2	Kurang
3	Cukup
4	Bagus
5	Memuaskan

PELAKSANAAN PELATIHAN

Uraian	1	2	3	4	5
Kesesuaian tema pelatihan					
Ketepatan waktu					
Suasana pelatihan					
Kelengkapan materi					
Ruangan					
Proses Pelatihan secara keseluruhan					

PELATIHAN

Uraian	1	2	3	4	5
Penguasaan Masalah					
Cara Penyajian					
Manfaat Materi					
Interaksi dengan <i>Trainer</i>					
Penggunaan Alat Bantu					

Uraikan dengan singkat pendapat saudara untuk pertanyaan dibawah ini !

1. Apakah pelatihan komunikasi interpersonal ini memenuhi harapan Anda?

Ya / Tidak* (pilih salah satu)

Khususnya dalam hal

.....
...

2. Apakah pelatihan Komunikasi Interpersonal ini dapat membantu anda dalam meningkatkan komitmen Anda khususnya di sekolah ?

Ya / Tidak* (pilih salah satu)

Khususnya dalam hal

.....
...

KOMENTAR POSITIF

SARAN

--

--

1. B atau S Anda mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal
2. B atau S Terdapat 5 aspek penting dalam komunikasi interpersonal
3. _____ Manakah di antara empat aspek di bawah ini yang bukan aspek dari komunikasi interpersonal
 - a. Keterbukaan
 - b. Empati
 - c. Percaya diri
 - d. Sikap dukung
4. _____ Apa saja model komunikasi dari Johari Windows di bawah ini, kecuali
 - a. Terbuka
 - b. Buta
 - c. Tersembunyi
 - d. Samar-samar
5. B atau S Sikap positif perlu dimiliki dalam proses komunikasi interpersonal?
6. Jelaskan apa yang anda pahami tentang kesetaraan secara singkat!

Lampiran III
Lembar Evaluasi Pelatihan Level Hasil

1. Bagaimana bapak/ ibu menilai komitmen organisasi di sekolah ini?
2. Apa saja dan seberapa besar usaha bapak/ ibu untuk melakukan komitmen terhadap organisasi?
3. Bagaimanakah kualitas organisasi pada sekolah di mata para guru?

Jawaban

LAMPIRAN C

LAMPIRAN D

A. PRATES EKSPERIMEN

																		Total
4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	2	4	2	4	4	63
4	3	4	2	3	4	2	2	4	2	4	4	4	3	4	3	4	5	61
4	2	4	4	2	4	4	4	2	4	2	2	4	2	2	2	3	4	55
4	2	4	4	1	4	4	4	4	2	1	4	3	2	2	4	2	2	53
1	3	2	1	3	2	1	3	1	3	3	3	1	3	3	2	3	3	41
1	4	4	3	2	3	3	1	4	5	5	4	4	3	2	4	5	3	60
5	2	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	2	2	2	4	1	56

B. PASCATES EKSPERIMEN

																		Total
5	1	5	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	82
4	4	4	2	2	2	4	3	4	4	3	4	5	4	4	4	3	2	62
4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	66
5	5	5	5	5	5	5	1	4	5	5	5	5	1	5	5	5	5	81
5	5	4	4	4	4	4	2	4	2	3	4	5	5	5	1	3	4	68
4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	4	3	5	3	4	4	4	4	67
2	4	4	4	2	2	4	2	2	4	2	3	3	2	4	4	4	4	56

C. PRATES KONTROL

																		Total
4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	65
4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	62
4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	1	4	3	3	4	3	3	60
4	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	63
5	2	5	4	4	5	2	2	4	3	3	4	4	2	3	4	3	4	63
4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	56
4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	62

D. PASCATES KONTROL

																		Total
4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	65
4	2	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	60
4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	55
4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	2	4	4	4	3	4	2	4	62
4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	62
4	3	3	3	5	4	3	1	2	1	1	4	4	4	4	4	1	3	54
4	2	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	60

LAMPIRAN E

A. Deskripsi Data Penelitian

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
praeks	7	41	63	55.57	7.345
pascaeks	7	56	82	68.86	9.529
prakontrol	7	56	65	61.57	2.878
pascakontrol	7	54	65	59.71	3.946
Valid N (listwise)	7				

B. Uji Normalitas dan Homogenitas

Tests of Normality

Grup	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pra eksperimen	.220	7	.200*	.876	7	.209
pra kontrol	.273	7	.122	.892	7	.284
pasca eksperimen	.250	7	.200*	.908	7	.381
pasca kontrol	.243	7	.200*	.917	7	.449

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
pra	Based on Mean	2.323	1	12	.153
	Based on Median	2.346	1	12	.152
	Based on Median and with adjusted df	2.346	1	8.082	.164
	Based on trimmed mean	2.225	1	12	.162
pasca	Based on Mean	3.590	1	12	.082
	Based on Median	2.153	1	12	.168
	Based on Median and with adjusted df	2.153	1	7.709	.182
	Based on trimmed mean	3.577	1	12	.083

C. Uji Independent t test

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
pra	2.323	.153	-2.012	12	.067	-6.000	2.982	-12.497	.497
Equal variances assumed									
Equal variances not assumed			-2.012	7.800	.080	-6.000	2.982	-12.907	.907

Independent Samples Test

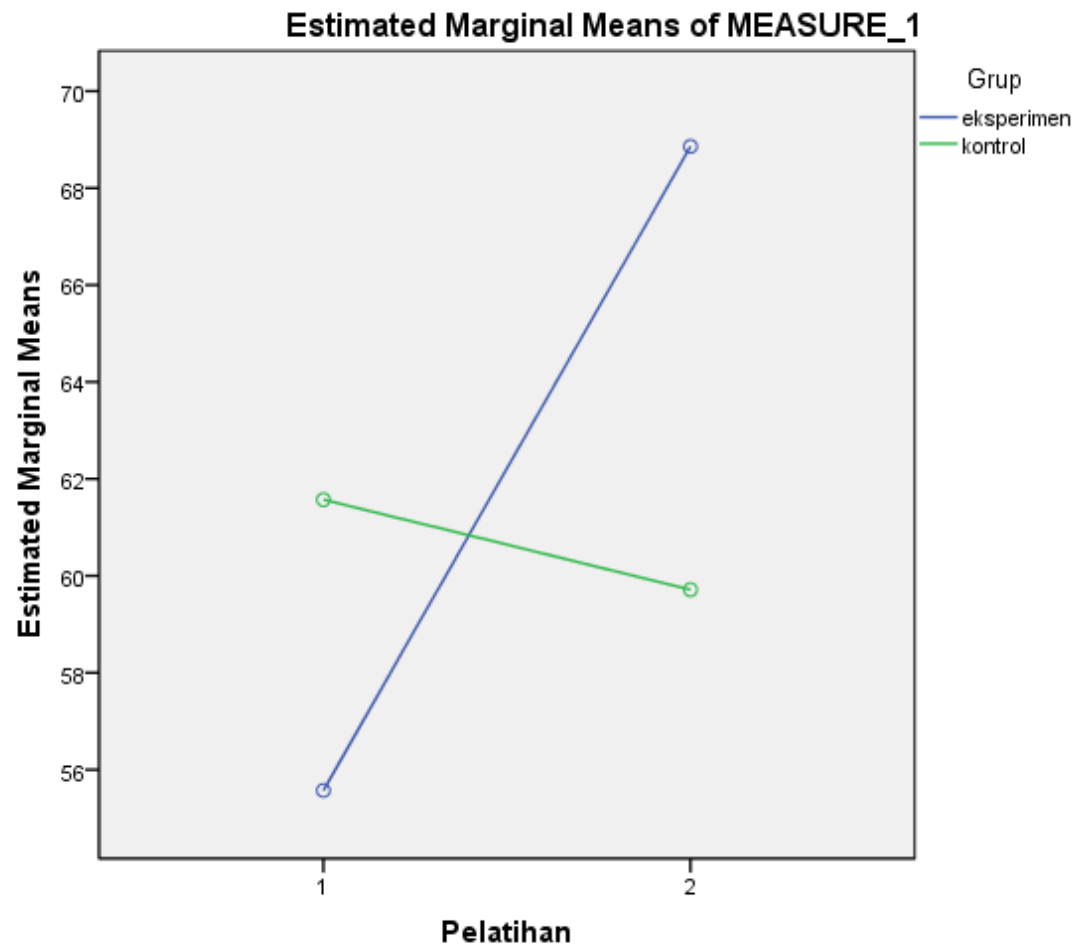
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
pasca	3.590	.082	2.345	12	.037	9.143	3.898	.649	17.637
Equal variances assumed									
Equal variances not assumed			2.345	7.999	.047	9.143	3.898	.153	18.133

D. Repeated Measure Anova**1. Dengan mengontrol kelompok kontrol****Tests of Within-Subjects Effects**

Measure: MEASURE_1

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power ^a
Pelatihan	Sphericity Assumed	228.571	1	228.571	6.655	.024	.357	6.655	.659
	Greenhouse-Geisser	228.571	1.000	228.571	6.655	.024	.357	6.655	.659
	Huynh-Feldt	228.571	1.000	228.571	6.655	.024	.357	6.655	.659
	Lower-bound	228.571	1.000	228.571	6.655	.024	.357	6.655	.659
Pelatihan * Grup	Sphericity Assumed	401.286	1	401.286	11.684	.005	.493	11.684	.880
	Greenhouse-Geisser	401.286	1.000	401.286	11.684	.005	.493	11.684	.880
	Huynh-Feldt	401.286	1.000	401.286	11.684	.005	.493	11.684	.880
	Lower-bound	401.286	1.000	401.286	11.684	.005	.493	11.684	.880
Error(Pelatihan)	Sphericity Assumed	412.143	12	34.345					
	Greenhouse-Geisser	412.143	12.000	34.345					
	Huynh-Feldt	412.143	12.000	34.345					
	Lower-bound	412.143	12.000	34.345					

a. Computed using alpha = .05



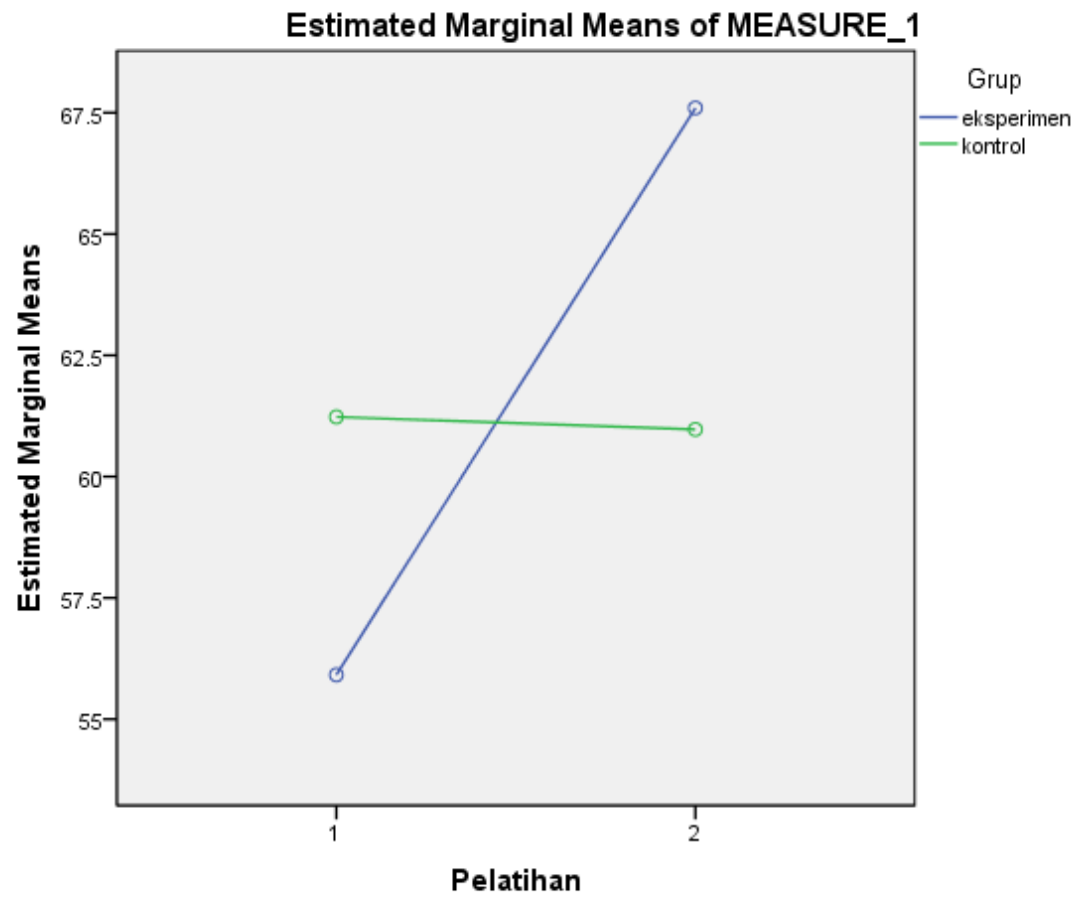
2. Dengan mengontrol kelompok control dan gaji

Tests of Within-Subjects Effects

Measure: MEASURE_1

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power ^a
Pelatihan	Sphericity Assumed	5.308	1	5.308	.158	.699	.014	.158	.065
	Greenhouse-Geisser	5.308	1.000	5.308	.158	.699	.014	.158	.065
	Huynh-Feldt	5.308	1.000	5.308	.158	.699	.014	.158	.065
	Lower-bound	5.308	1.000	5.308	.158	.699	.014	.158	.065
Pelatihan * Penghasilan	Sphericity Assumed	41.608	1	41.608	1.235	.290	.101	1.235	.174
	Greenhouse-Geisser	41.608	1.000	41.608	1.235	.290	.101	1.235	.174
	Huynh-Feldt	41.608	1.000	41.608	1.235	.290	.101	1.235	.174
	Lower-bound	41.608	1.000	41.608	1.235	.290	.101	1.235	.174
Pelatihan * Grup	Sphericity Assumed	174.428	1	174.428	5.178	.044	.320	5.178	.546
	Greenhouse-Geisser	174.428	1.000	174.428	5.178	.044	.320	5.178	.546
	Huynh-Feldt	174.428	1.000	174.428	5.178	.044	.320	5.178	.546
	Lower-bound	174.428	1.000	174.428	5.178	.044	.320	5.178	.546
Error(Pelatihan)	Sphericity Assumed	370.535	11	33.685					
	Greenhouse-Geisser	370.535	11.000	33.685					
	Huynh-Feldt	370.535	11.000	33.685					
	Lower-bound	370.535	11.000	33.685					

a. Computed using alpha = .05



Covariates appearing in the model are evaluated at the following values: Penghasilan = 3.6429

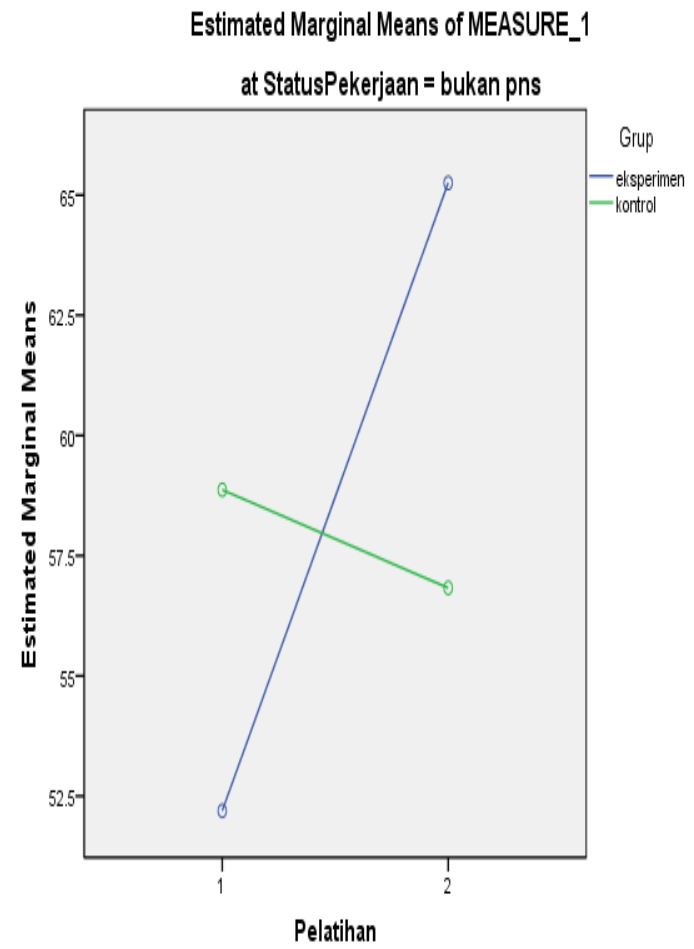
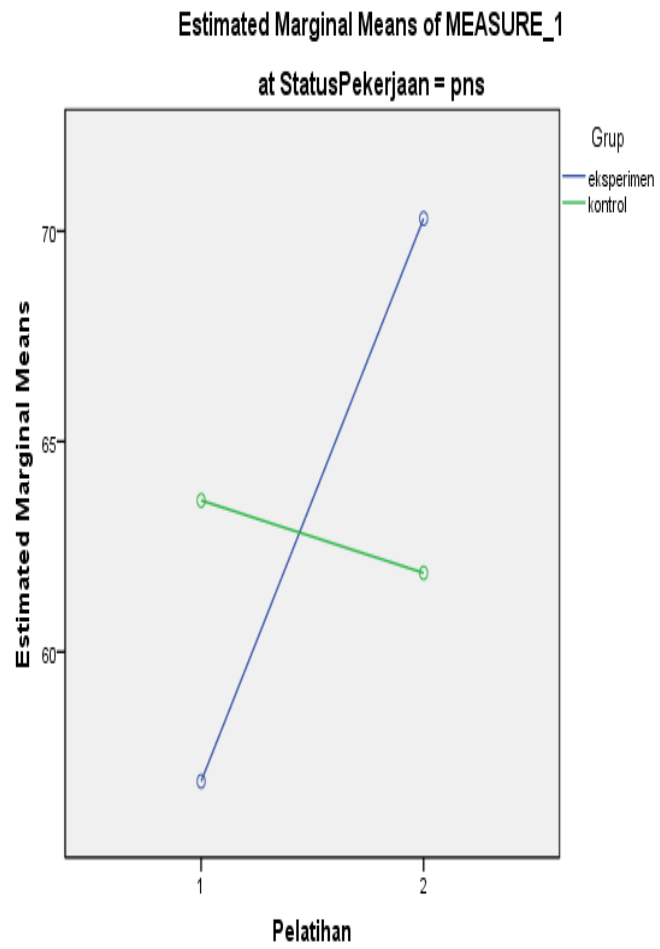
3. Dengan mengontrol kelompok kontrol dan status pekerjaan

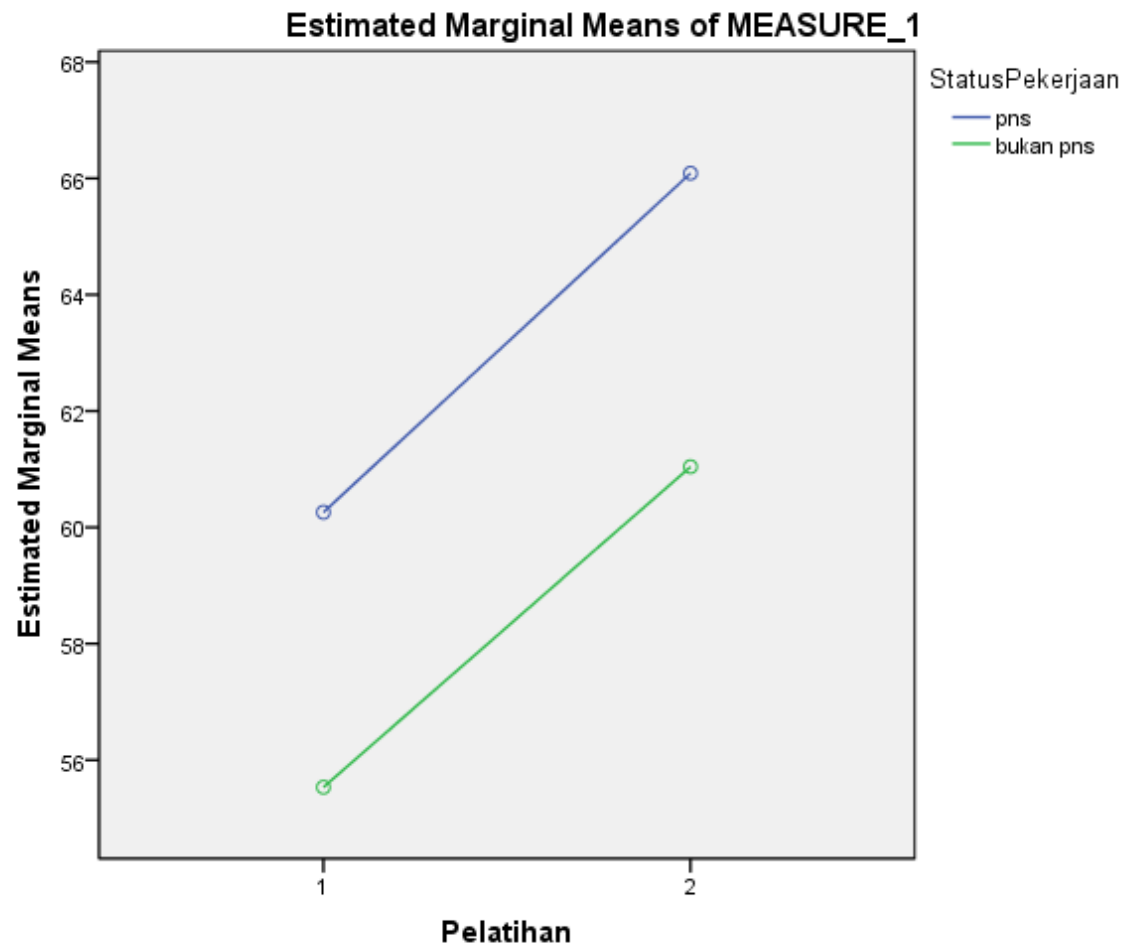
Tests of Within-Subjects Effects

Measure: MEASURE_1

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared	Noncent. Parameter	Observed Power ^a
Pelatihan	Sphericity Assumed	206.204	1	206.204	5.506	.039	.334	5.506	.571
	Greenhouse-Geisser	206.204	1.000	206.204	5.506	.039	.334	5.506	.571
	Huynh-Feldt	206.204	1.000	206.204	5.506	.039	.334	5.506	.571
	Lower-bound	206.204	1.000	206.204	5.506	.039	.334	5.506	.571
Pelatihan * StatusPekerjaan	Sphericity Assumed	.159	1	.159	.004	.949	.000	.004	.050
	Greenhouse-Geisser	.159	1.000	.159	.004	.949	.000	.004	.050
	Huynh-Feldt	.159	1.000	.159	.004	.949	.000	.004	.050
	Lower-bound	.159	1.000	.159	.004	.949	.000	.004	.050
Pelatihan * Grup	Sphericity Assumed	390.016	1	390.016	10.413	.008	.486	10.413	.835
	Greenhouse-Geisser	390.016	1.000	390.016	10.413	.008	.486	10.413	.835
	Huynh-Feldt	390.016	1.000	390.016	10.413	.008	.486	10.413	.835
	Lower-bound	390.016	1.000	390.016	10.413	.008	.486	10.413	.835
Error(Pelatihan)	Sphericity Assumed	411.984	11	37.453					
	Greenhouse-Geisser	411.984	11.000	37.453					
	Huynh-Feldt	411.984	11.000	37.453					
	Lower-bound	411.984	11.000	37.453					

a. Computed using alpha = .05





LAMPIRAN F

SURAT PERNYATAAN
EXPERT JUDGEMENT MODUL PELATIHAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : H Fuad Nashori
Pekerjaan : Dosen
Pendidikan terakhir : S3
Alamat : Minomartani Jl. Krapyak X/9

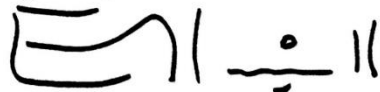
Telah menjadi rater untuk modul pelatihan komunikasi interpersonal yang digunakan dalam tesis Restuzekki Purwanti dengan judul Peranan Pelatihan Komunikasi Interpersonal terhadap Komitmen Organisasi Guru di SLB "X".

Berikut adalah beberapa saran yang dapat menjadi pertimbangan

1. Beri pengantar.
2. Beri info ttg sumber/dasar teori dari modul
3. Beri info dari mana modul ini dikembangkan/diadaptasi/di modifikasi

Yogyakarta,

2018


(H. Fuad Nashori)

LAMPIRAN G



UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),
 Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Nomor : 158/Ketua_M.Psi/20/Akd/I/2018
 Hal : Permohonan Ijin Penelitian Tesis

12 Februari 2018

Kepada:
 Yth. Kepala Sekolah SLBC 1 Panti Asih Pakem
 Di Sleman, Yogyakarta

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum wr.wb.

Dengan ini kami selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi Universitas Islam Indonesia, memohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberi ijin pada mahasiswa kami :

No.	Nama Mahasiswa	NIM
1.	Restu Rezeki Purwanti, S.Psi	13915025

Agar dapat melakukan pengambilan data pengadaan pelatihan di instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa yang bersangkutan dalam rangka penyusunan tesis sebagai syarat kelulusan studi untuk meraih gelar Master dan Psikolog.

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.
 Ketua Program,

Dr. H. Fuad Nashori, S.Psi, M.Ag, Psikolog



UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Pendidikan Bahasa Inggris (S1),
 Program Studi Hubungan Internasional (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2)

Nomor : 019/Ketua_M.Psi/20/Akd/III/2018
 Hal : Permohonan Ijin Penelitian Tesis

1 Maret 2018

Kepada:
 Yth. Kepala Sekolah SLB N 1 Sleman
 Di Sleman, Yogyakarta

Bismillahirrahmanirrahim
 Assalamu'alaikum wr.wb.

Dengan ini kami selaku Ketua Program Magister Profesi Psikologi Universitas Islam Indonesia, memohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberi ijin pada mahasiswa kami :

No.	Nama Mahasiswa	NIM
1.	Restu Rezeki Purwanti, S.Psi	13915025

Agar dapat melakukan pengambilan data pengadaaan pelatihan di isntansi yang Bapak/Ibu pimpin.
 Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa yang bersangkutan dalam rangka penyusunan tesis sebagai syarat kelulusan studi untuk meraih gelar Master dan Psikolog.

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.
 Ketua Program,



Dr. H. Fird Nashori, S.Psi, M.Ag, Psikolog

LAMPIRAN H

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI

SURAT KETERANGAN UJI ANGKET

Bismillaahirrahmaanirrahiim

Koordinator Bidang Psikologi Klinis, Psikologi Industri dan Organisasi, Psikologi Pendidikan, Program Magister Profesi Psikologi Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia dengan ini menerangkan bahwa:

Nama Mahasiswa : Resturezeki Purwanti
No. Mhs. : 13915025
Judul Tesis : Pelatihan Komunikasi Interpersonal
Untuk Meningkatkan Komitmen Organisasi
pada Guru SLB "X"

Dosen Pembimbing :


Telah melakukan uji alat ukur dan data try out penelitian tesis pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 15 - 3 - 2018

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,

Koordinator Bidang

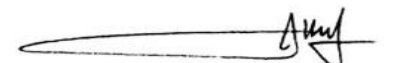

Haniz Enggar Wijaya

UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI

Dokumentasi yang perlu ditunjukkan pada saat uji angket

- Skala isian subjek penelitian
 1. Pretest
 2. Posttest
 3. Follow up
 (Dievaluasi kebenaran data dan skoring)
- Informed consent dan surat kesediaan subjek penelitian.
- Bukti rekaman intervensi (dapat berbentuk catatan lapangan/field notes, video, foto)
- Abstract (Bahasa Inggris)
- Naskah Publikasi
- Halaman-Halaman Depan Tesis
- Lembar pengecekan plagiasi dari Dir. Perpustakaan UII

Yogyakarta, 15 - 3 - 2018
Koordinator Bidang


Haniz Enggar Wijaya

DOKUMENTASI
Pelatihan Komunikasi
Interpersonal



