AKSARA: Jurnal Aksi Sosial dan Pemberdayaan Masyarakat
Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Volume 2 Nomor 1. Hal, 82 - 97
https://jurnal.iaihpancor.ac.id/index.php/jas/index

Pelatihan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Untuk Meningkatkan Kepercayan Diri Siswa

Sulma Mafirja[1] , Nurul Bayani[2]

[1,2] UIN Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia

bayaninurul041@gmail.com

Abstrak

Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi keberhasilan siswa dalam berinteraksi dan berprestasi di lingkungan sekolah untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan kegiatan pengabdian kepada sekolah berupa pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal dengan tujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa. Studi ini menggunakan pengabdian kepada masyarakat dengan metode pelatihan. Kegiatan dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu ceramah interaktif mengenai konsep komunikasi efektif, diskusi kelompok, role play atau simulasi komunikasi, serta evaluasi melalui angket sebelum dan sesudah pelatihan. Pengabdian ini dilakukan di madrasah Aliyah Hamzanwadi pancor, siswa yang mengikuti kegiatan tersebut berjumlah 30 orang menggunakan *purposive sampling.* Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada aspek keberanian berbicara, kemampuan menyampaikan pendapat, serta sikap percaya diri siswa dalam situasi sosial. Kegiatan ini mendapat respon positif dari peserta dan guru pendamping. Dapat disimpulkan bahwa pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Diharapkan kegiatan ini dapat dijadikan program rutin sekolah dan diimplementasikan secara berkelanjutan melalui layanan bimbingan dan konseling.

Kata Kunci: Pelatihan Komunikasi Interpersonal, Kepercayaan Diri

Abstract

Self-confidence is one of the essential factors influencing students success in interaction and achievement within the school environment. However, observations revealed that some students at Madrasah Aliyah Hamzanwadi Pancor still struggle to express opinions, communicate with peers, and perform in public due to low self-confidence. To address this issue, a community service activity was carried out through interpersonal communication skills training aimed at improving students self-confidence. The program was implemented through several stages, including interactive lectures on effective communication, group discussions, role-play simulations, and evaluations using pre-test and post-test questionnaires. The results showed a significant improvement in students speaking courage, ability to express opinions, and self-confidence in social situations. Participants and supervising teachers gave positive responses to the training. It can be concluded that interpersonal communication skills training is effective in increasing students self-confidence. It is recommended that this activity become a regular school program and be continuously implemented through guidance and counseling services.

Keywords: *Interpersonal Communication, Self-Confidence, Training, Madrasah Students*

Pendahuluan

Komunikasi interpersonal merupakan keterampilan dasar yang sangat penting bagi siswa dalam membangun hubungan sosial, mengekspresikan diri, serta mendukung perkembangan kepribadian yang sehat. DeVito menjelaskan komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian pesan antara dua individu atau lebih yang saling memengaruhi satu sama lain, baik secara verbal maupun nonverbal.[1] Kemampuan ini tidak hanya menentukan keberhasilan siswa dalam menjalin hubungan sosial, tetapi juga memengaruhi pencapaian

[1]*Joseph A. DeVito, The Interpersonal Communication Book, 14th ed. (Boston: Pearson Education, 2016).*

akademik, penyesuaian diri, serta pengembangan kepercayaan diri. Di lingkungan sekolah, komunikasi yang efektif membantu siswa berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, berdiskusi, dan menyampaikan pendapat dengan baik. Sebaliknya, siswa yang kurang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal sering kali mengalami kesulitan dalam berinteraksi, menyesuaikan diri, dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosialnya Komunikasi interpersonal adalah kemampuan seseorang dalam menyampaikan gagasan, emosi, dan pikiran kepada orang lain secara efektif melalui interaksi dua arah, baik verbal maupun nonverbal. Kemampuan ini sangat penting di lingkungan sekolah, khususnya pada jenjang Madrasah Aliyah (MA), dimana siswa memasuki masa remaja yang ditandai dengan perubahan psikologis, sosial, dan emosional yang signifikan.

Komunikasi interpersonal merupakan kemampuan dasar yang sangat penting dimiliki oleh siswa karena berperan dalam membangun hubungan sosial yang sehat, meningkatkan rasa percaya diri, serta mendukung keberhasilan belajar di sekolah.Melalui komunikasi interpersonal yang baik, siswa dapat menyampaikan ide, perasaan, dan pendapatnya dengan tepat, serta menjalin hubungan positif dengan guru dan teman sebaya.Sementara itu, rakhmat mnjelaskan bahwa komunikasi interpersonal berfungsi untuk membangun hubungan, mempengaruhi perilaku orang lain, serta mengembangkan konsep diri seseorang.[2]

Bagi siswa, kemampuan ini penting manfaatnya untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam berbicara dan menyampaikan pendapat di kelas, sehingga mereka mampu berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran tanpa rasa takut atau ragu. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk membangun hubungan sosial yang positif antara siswa dengan teman sebaya maupun guru, agar tercipta lingkungan sekolah yang harmonis, saling menghargai, dan penuh dukungan. Di samping itu, siswa diharapkan dapat meningkatkan kemampuan kerja sama dalam berbagai kegiatan kelompok atau organisasi sekolah, yang akan melatih tanggung jawab, empati, serta kemampuan berkomunikasi efektif. Lebih jauh lagi, kegiatan ini juga diarahkan untuk mengurangi kecemasan sosial yang sering dialami remaja, sehingga mereka dapat berinteraksi dengan lebih tenang, terbuka, dan percaya diri dalam berbagai situasi sosial.

[2]*Rakhmat, J. (2016). Psikologi komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.*

Siswa yang tidak memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang baik cenderung mengalami berbagai masalah dalam kehidupan sosial dan akademiknya. Mereka sering merasa kurang percaya diri, sulit beradaptasi, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Hal ini dapat berdampak negatif terhadap perkembangan pribadi dan prestasi belajar. Menurut Hargie kekurangan dalam keterampilan komunikasi interpersonal dapat menyebabkan isolasi sosial, rendahnya kepercayaan diri, serta kesulitan dalam memecahkan konflik secara sehat.[3]Sedangkan menurut Nurhadi siswa dengan komunikasi interpersonal rendah sering menunjukkan perilaku pasif, minder, dan sulit menyampaikan pendapat secara terbuka.[4] Adapun Beberapa dampak negatif lainnya yaitu:menurunnya rasa percaya diri dalam berbicara di depan umum, yang membuat mereka enggan mengemukakan pendapat atau berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelas. Selain itu, siswa juga sering mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, terutama di lingkungan sekolah, sehingga hubungan dengan teman sebaya maupun guru menjadi kurang harmonis. [5]Permasalahan ini dapat berdampak pada meningkatnya potensi konflik dan salah paham antar siswa, karena kurangnya keterampilan komunikasi yang efektif. Akibatnya, siswa juga mengalami kesulitan dalam bekerja sama dalam kegiatan kelompok, baik di dalam maupun di luar kelas, yang pada akhirnya dapat menghambat perkembangan sosial dan akademik mereka[6]

Hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling di Madrasah Aliyah Hamzanwadi Pancor menunjukkan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam berkomunikasi secara efektif dan menunjukkan tanda-tanda rendahnya kepercayaan diri. Beberapa siswa tampak ragu mengemukakan pendapat, canggung berinteraksi dengan teman sebaya, serta menunjukkan rasa gugup saat

---

[3]*Hargie, O. (2018). Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice (6th ed.). Routledge*.

[4]Nurhadi. (2018). Psikologi komunikasi: Teori dan praktik dalam pembelajaran. Rajawali Press.

[5]Lestari, N., & Ramadhan, R. (2020). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kepercayaan diri siswa SMA. Jurnal Konseling Pendidikan, 8(2), 112–119.

[6]DeVito, J. A. (2013). The interpersonal communication book (13th ed.). Pearson Education.

tampil di depan kelas. Fenomena ini menunjukkan adanya keterbatasan pada aspek komunikasi interpersonal yang berdampak terhadap kepercayaan diri siswa.

Hurlock menjelaskan kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk bertindak sesuai dengan situasi yang dihadapi. Siswa dengan tingkat kepercayaan diri yang rendah cenderung pasif, mudah cemas, dan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. [7]Permasalahan ini perlu segera diatasi melalui kegiatan yang terarah dan sistematis agar siswa dapat mengembangkan kemampuan sosial dan personal secara optimal. Dalam lingkungan pendidikan madrasah, kemampuan komunikasi interpersonal memiliki peran penting dalam membentuk kepercayaan diri dan keberhasilan siswa dalam berinteraksi sosial. Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak siswa masih mengalami kesulitan dalam mengungkapkan pendapat, berkomunikasi dengan guru maupun teman sebaya, serta menunjukkan rasa percaya diri dalam kegiatan belajar. Menurut Devito komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan antara dua orang atau lebih dengan tujuan membangun hubungan dan saling memahami. Ketidakmampuan siswa dalam mengelola komunikasi interpersonal dapat menimbulkan hambatan psikologis seperti rasa takut salah, kecemasan sosial, dan rendah diri.

Hasil observasi di MA Hamzanwadi Pancor menunjukkan bahwa sebagian siswa menunjukkan perilaku pasif, enggan berbicara di depan kelas, serta kurang mampu menyampaikan ide secara terbuka. Kondisi ini mengindikasikan rendahnya tingkat kepercayaan diri yang berdampak pada partisipasi akademik dan sosial mereka. Menurut Lauster kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai situasi. Kurangnya pengalaman berkomunikasi yang efektif menyebabkan siswa cenderung menarik diri dan sulit menyesuaikan diri di lingkungan sekolah.[8] Selain itu, menurut Johnson komunikasi interpersonal yang baik dapat meningkatkan hubungan sosial, membangun empati, dan memperkuat kerja sama

[7]Hurlock, E. B. (2015). Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.

[8]Lauster, P. (2012). Tes kepribadian: Cara baru memahami diri sendiri dan orang lain. Jakarta: Erlangga

antarindividu. Dengan demikian, lemahnya keterampilan komunikasi interpersonal bukan hanya menjadi hambatan personal, tetapi juga sosial yang dapat mengganggu proses belajar mengajar secara keseluruhan. Oleh karena itu, diperlukan program pelatihan yang terstruktur untuk membantu siswa mengembangkan kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif guna menumbuhkan rasa percaya diri dan meningkatkan kualitas hubungan sosial mereka di lingkungan madrasah

Berdasarkan studi Yulikhah, dkk menjelaskan efektivitas komunikasi interpersonal berkaitan erat dengan konsep diri dan efektivitas diri siswa, dimana siswa yang memiliki konsep diri dan efektivitas diri tinggi cenderung mampu menjalin komunikasi interpersonal yang lebih baik.[9]penelitian Natasya Meilina Damayanti, Ma'rifatin Indah Kholili & Adi Dewantoro menjelaskan terdapat hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Komunikasi Interpersonal Siswa. Hasil penelitian menunjukan korelasi positif antara kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal, artinya semakin tinggi kepercayaan diri siswa, semakin tinggi keterampilan komunikasi interpersonalnya

Kepercayaan diri (self-confidence) merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai situasi dan tuntutan hidup. Menurut Lauster kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukannya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya sendiri dan terhadap lingkungan sekitar. Sementara itu, Bandura menyebut kepercayaan diri sebagai bagian dari konsep self-efficacy, yaitu keyakinan bahwa individu mampu mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Dalam konteks pendidikan, khususnya bagi siswa, kepercayaan diri berarti keyakinan terhadap kemampuan dirinya untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran, menyampaikan pendapat di kelas, serta berinteraksi secara sosial tanpa rasa takut atau ragu.

Kepercayaan diri memiliki peran penting dalam perkembangan pribadi dan sosial siswa. Menurut Hakim kepercayaan diri merupakan modal utama dalam mencapai prestasi belajar dan membangun relasi sosial yang sehat di lingkungan sekolah. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih berani dalam mengemukakan

[9]Yulikhah, L., Bukhori, B., & Murtadho, F. "Self Concept, Self Efficacy, and Interpersonal Communication Effectiveness of Students." Psikologi Konseling, Vol. 14, No. 2 (2023): 101—111.

pendapat, aktif berpartisipasi dalam kegiatan kelas, serta mampu menghadapi tekanan sosial dengan lebih baik. Selanjutnya, Santrock menegaskan bahwa kepercayaan diri dapat mendorong motivasi intrinsik dan membantu siswa menyesuaikan diri terhadap perubahan lingkungan belajar. Selain itu, Hurlok menyatakan bahwa kepercayaan diri juga berperan dalam meningkatkan kesejahteraan emosional serta membentuk konsep diri positif yang sangat penting bagi perkembangan masa remaja

Siswa yang tidak memiliki kepercayaan diri akan menghadapi berbagai hambatan, baik dalam aspek akademik maupun sosial. Menurut Ghufron dan Risnawati kurangnya kepercayaan diri dapat membuat siswa merasa cemas, takut mengemukakan pendapat, serta menjadi pasif dalam kegiatan belajar di kelas. Hal ini berdampak pada rendahnya partisipasi dan motivasi belajar. Nurhadi menambahkan bahwa siswa dengan tingkat kepercayaan diri rendah cenderung menarik diri dari pergaulan, mudah terpengaruh oleh tekanan sosial, dan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan masalah sosial di lingkungan sekolah. Selain itu, Lauster juga menegaskan bahwa individu dengan kepercayaan diri rendah sering menunjukkan sikap ragu-ragu, mudah menyerah, serta memiliki pandangan negatif terhadap kemampuan dirinya sendiri dan seringkali mengalami perasaan tidak berharga dan cenderung mengalami stres dalam interaksi sosial.

Tingkat kepercayaan diri seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Menurut Lauster serta Ghufron dan Risnawati beberapa faktor yang berperan dalam membentuk kepercayaan diri antara lain pola asuh orang tua, di mana anak yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang dibesarkan secara otoriter. Selain itu, pengalaman hidup juga turut berpengaruh—pengalaman keberhasilan akan memperkuat kepercayaan diri, sedangkan kegagalan yang berulang tanpa adanya dukungan dapat menurunkannya. Faktor lain yang tidak kalah penting adalah lingkungan sosial dan sekolah; dukungan dari guru, teman sebaya, serta suasana belajar yang positif dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa. Di samping itu, citra diri (self-image) dan kemampuan komunikasi interpersonal juga memegang peranan penting, sebab individu yang memiliki pandangan positif terhadap dirinya dan mampu berkomunikasi secara efektif biasanya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alavinezhad, Mousavi, dan Sohrabi menunjukkan bahwa pelatihan

keterampilan sosial dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal siswa secara signifikan, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap kepercayaan diri mereka.

Lestari, L., Rosra, M., & Mayasari, S. menjelaskan hubungan kepercayaan diri dengan komunikasi interpersonal siswa. Hasil menunjukkan korelasi positif dan signifikan antara kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal siswa. Hal ini memperlihatkan bahwa intervensi terstruktur dapat membantu siswa mengatasi hambatan komunikasi. Hambatan tersebut sering berupa rasa malu, kecemasan berbicara di depan umum, rendahnya keberanian mengemukakan pendapat, serta ketidakaktifan dalam interaksi sosial. Permasalahan ini juga ditekankan dalam penelitian Muflihah, L., & Nurdin, F. Yang menemukan hubungan negatif signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi — semakin rendah kepercayaan diri, semakin tinggi kecemasan komunikasi interaktif siswi. [10]Adapun sekolah memiliki peran strategis dalam pembentukan karakter dan keterampilan sosial siswa.

Komunikasi interpersonal yang baik di antara siswa dan guru menciptakan lingkungan belajar yang suportif, meningkatkan motivasi belajar, dan memperkuat kepercayaan diri siswa untuk berpartisipasi aktif dalam proses pembelajaran. Dalam penelitian Harahap, M. R., & Lubis, N. Amenunjukkan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif dapat meningkatkan motivasi belajar melalui peningkatan keterlibatan (engagement) siswa. [11]Dengan Mengingat beberapa bukti-bukti empiris tersebut, maka sangat penting untuk melakukan pelatihan komunikasi interpersonal di MA Hamzanwadi Pancor sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Melalui pelatihan ini, diharapkan siswa dapat mengembangkan rasa percaya diri yang selama ini terkendala oleh beberapa faktor seperti kecemasan, kurangnya latihan berbicara di depan umum, dan minimnya pengalaman interaksi sosial yang terbuka. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini direncanakan dengan tujuan meningkatkan kepercayaan diri siswa melalui pelatihan komunikasi

[10]*Astuti, N. & Salsabila, R. "Self-Confidence dan Kecemasan Komunikasi Interaktif pada Siswi Putri yang Tinggal di Asrama." Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling, Vol. 10, No. 1 (2022): 55—66*

[11] Siregar, D. R., "The Role of Interpersonal Communication on Learning Motivation in Junior High School Students 37 Medan is Mediated by Student Engagement." Jurnal Pendidikan dan Konseling, Vol. 12, No. 1 (2023): 88—97.

interpersonal yang melibatkan ceramah, diskusi, simulasi (role play), dan evaluasi.

Metode Penelitian

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Madrasah Aliyah Hamzanwadi Pancor Lombok Timur. Lokasi tersebut dipilih karena berdasarkan hasil observasi awal banyak ditemukan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang masih rendah dalam berkomunikasi, khususnya di lingkungan akademik. Karena mayoritas siswanya berasrama dan banyak sekali perbandingan dan perbedaan didalamnya Menurut Sugiyono pemilihan lokasi dan waktu kegiatan pengabdian harus mempertimbangkan urgensi permasalahan yang ada agar kegiatan dapat berjalan efektif dan sesuai dengan kebutuhan sasaran.[12]

Peserta dalam kegiatan pelatihan ini adalah 20 siswa kelas XI MA Hamzanwadi Pancor yang dipilih berdasarkan proposive sampling Siswa tersebut dipilih karena menunjukkan gejala kurang percaya diri dalam kegiatan belajar dan interaksi sosial. Pemilihan peserta menggunakan pendekatan purposive sampling sebagaimana dikemukakan oleh Arikunto yaitu pemilihan subjek penelitian berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan kegiatan.[13]

Metode Kegiatan yang digunakan dalam pelatihan ini bersifat partisipatif dan interaktif, yang terdiri atas beberapa pendekatan, yakni: ceramah interaktif, untuk memberikan pemahaman teoritis tentang konsep komunikasi interpersonal dan pentingnya kepercayaan diri. Diskusi kelompok, guna mendorong siswa saling berbagi pengalaman dan membangun kesadaran diri terhadap kemampuan komunikasi masing-masing. Simulasi dan role play, sebagai sarana praktik langsung untuk meningkatkan kemampuan berbicara dan ekspresi diri dalam situasi sosial yang realistis. Evaluasi, dilakukan melalui kuesioner untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa sebelum dan sesudah pelatihan.

---

[12] *Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Bandung: Alfabeta, 2019).*

[13] *Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik, edisi revisi (Jakarta: Rineka Cipta, 2014).*

Pendekatan ini sejalan dengan pandangan Bandura yang menyatakan bahwa peningkatan kepercayaan diri dapat terjadi melalui pengalaman langsung (experiential learning) dan penguatan positif dalam interaksi sosial.[14] Sementara Devito menekankan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif membutuhkan latihan, umpan balik, dan kesadaran diri.[15]

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian ini dilakukan dengan metode pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal untuk meningkatkan kepercayan diri siswa. Pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal dilaksanakan selama dua hari dan diikuti oleh 20 siswa kelas XI MA Hamzanwadi Pancor. Sebelum kegiatan dimulai, peserta diberikan kuesioner kepercayaan diri (pre-test) untuk mengukur tingkat keyakinan diri mereka dalam berkomunikasi. Setelah pelatihan, dilakukan post-test dengan instrumen yang sama untuk melihat peningkatan hasil.Berdasarkan analisis deskriptif, diperoleh bahwa rata-rata skor kepercayaan diri siswa meningkat dari 62,4 menjadi 81,7, yang berarti terdapat peningkatan sebesar 31% setelah mengikuti pelatihan. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan memiliki dampak positif terhadap pengembangan kepercayaan diri siswa. Peningkatan ini sejalan dengan pendapat Bandura bahwa pengalaman langsung melalui latihan sosial dan pemberian umpan balik positif mampu memperkuat keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya (self-efficacy).[16] Selain itu, keterampilan komunikasi interpersonal yang dilatih dengan metode simulasi dan role play memungkinkan siswa memperoleh pengalaman emosional yang membangun keberanian berbicara dan keterbukaan diri. Respon siswa terhadap pelatihan respon siswa terhadap kegiatan pelatihan sangat positif.

Berdasarkan hasil angket kepuasan kegiatan, 87% peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari mereka. Sebanyak 83% siswa

---

[14]*Albert Bandura, Self-Efficacy: The Exercise of Control (New York: W.H. Freeman and Company, 1997).*

[15] *Joseph A. DeVito, The Interpersonal Communication Book, 13th ed. (Boston: Pearson Education, 2013).*

[16] Albert Bandura, Self-Efficacy: The Exercise of Control (New York: W.H. Freeman and Company, 1997).

merasa lebih berani berbicara di depan kelas setelah mengikuti pelatihan. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa kegiatan ini membantu mereka memahami cara mengelola perasaan gugup dan meningkatkan kemampuan menyampaikan pendapat secara sopan dan efektif. Hal ini sejalan dengan temuan Devito yang menegaskan bahwa komunikasi interpersonal tidak hanya berfokus pada kemampuan berbicara, tetapi juga mencakup kemampuan mendengarkan, empati, dan pengelolaan emosi selama interaksi. [17]. Beberapa Tahapan Kegiatan yang diselenggarakan di Madrasah Aliyah Hamzanwadi pancor diantaranya :

a. Persiapan

Tahap ini meliputi kegiatan koordinasi dengan pihak sekolah, pengurusan izin pelaksanaan, serta penyusunan modul pelatihan komunikasi interpersonal. Modul berisi teori dasar, teknik berbicara efektif, serta latihan membangun rasa percaya diri. Menurut Sanjaya perencanaan yang matang merupakan dasar keberhasilan suatu program pelatihan karena menjamin kesesuaian antara tujuan, metode, dan hasil yang diharapkan.[18]



Gambar 1. Persiapan Kegiatan

b. Pelaksanaan

Kegiatan pelatihan dilaksanakan selama dua hari dengan durasi 2×3 jam per sesi. Pada hari pertama, peserta menerima materi teoritis tentang komunikasi interpersonal dan konsep kepercayaan diri. Pada hari kedua, siswa mengikuti kegiatan praktik berupa simulasi percakapan, latihan presentasi, dan role play situasi sosial. Menurut

[17] Joseph A. DeVito, The Interpersonal Communication Book, 13th ed. (Boston: Pearson Education, 2013).

[18] *Wina Sanjaya, Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2018).*

Hargie keterampilan komunikasi interpersonal dapat ditingkatkan melalui kombinasi teori dan praktik langsung dalam konteks yang aman dan mendukung.[19]

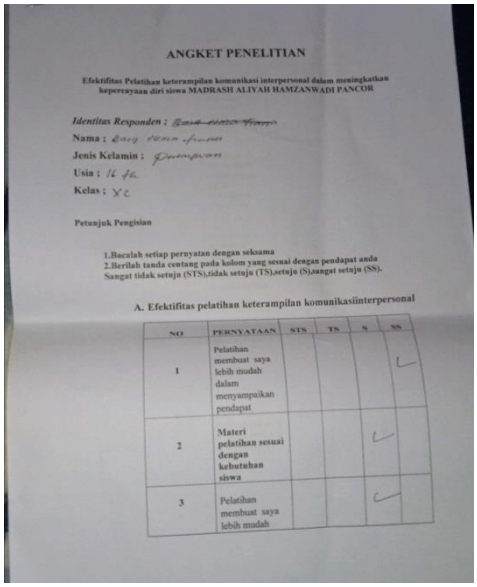


Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

c. Evaluasi

Tahapan evaluasi dilakukan dengan menggunakan instrumen kuesioner kepercayaan diri sebelum dan sesudah pelatihan untuk mengetahui perubahan tingkat kepercayaan diri siswa. Hasil pengukuran kemudian dianalisis secara deskriptif untuk menilai efektivitas kegiatan. Sesuai pendapat Creswell evaluasi dalam kegiatan pengabdian penting dilakukan untuk mengukur dampanyata dari program terhadap peserta dan menentukan rekomendasi tindak lanjut bagi sekolah.

[19] *Owen Hargie, Skilled Interpersonal Communication: Research, Theory and Practice, 6th ed. (London: Routledge, 2011).*



ANGKET PENELITIAN

Efektifitas Pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal dalam meningkatkan keperenyaan diri siswa MADRASH ALIYAH HAMZANWADI PANCOR

Identitas Responden :
Nama :
Jenis Kelamin :
Usia :
Kelas :

Petunjuk Pengisian

1.Bacalah setiap pernyatan dengan seksama
2.Berilah tanda centang pada kolom yang sesuai dengan pendapat anda
Sangat tidak setuju (STS),tidak setuju (TS),setuju (S),sangat setuju (SS).

A. Efektifitas pelatihan keterampilan komunikasiinterpersonal

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Pelatihan membuat saya lebih mudah dalam menyampaikan pendapat				✓
2	Materi pelatihan sesuai dengan kebutuhan siswa			✓	
3	Pelatihan membuat saya lebih mudah			✓	

Gambar 3. Evaluasi Kegiatan

Efektivitas Metode Pelatihan Komunikasi Interpersonal. Adapun Metode yang digunakan dalam kegiatan ini ceramah, diskusi kelompok, simulasi, dan role play—terbukti efektif dalam membangun partisipasi aktif siswa. Selama proses pelatihan, siswa menunjukkan peningkatan dalam keterlibatan diskusi, keberanian mengemukakan pendapat, serta kemampuan memberikan umpan balik kepada teman sekelompok. Menurut Hargie latihan komunikasi interpersonal yang efektif harus melibatkan pembelajaran aktif (active learning) agar peserta dapat mempraktikkan keterampilan yang dipelajari secara langsung.[20]Pendekatan yang digunakan dalam pelatihan ini menggabungkan teori dengan praktik, sehingga siswa dapat menyesuaikan diri dengan berbagai situasi sosial di sekolah maupun di luar lingkungan belajar.

Kegiatan ini juga menunjukkan efektivitas dalam meningkatkan hubungan sosial antar siswa. Setelah pelatihan, guru BK melaporkan adanya perubahan perilaku pada beberapa siswa yang sebelumnya pasif menjadi lebih komunikatif dalam kegiatan kelas. Perubahan ini memperkuat pandangan Johnson bahwa komunikasi interpersonal berperan penting dalam meningkatkan kohesi sosial dan membangun suasana belajar yang kolaboratif.[21] Adapun Dukungan dari Guru BK dan

[20] Owen Hargie, Skilled Interpersonal Communication: Research, Theory and Practice, 6th ed. (London: Routledge, 2011).
[21] David W. Johnson, Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self-Actualization, 11th ed. (Boston: Pearson Education, 2017).

Kepala Madrasah Kegiatan pengabdian ini memperoleh dukungan penuh dari pihak sekolah, khususnya guru Bimbingan dan Konseling serta kepala madrasah. Guru BK menyatakan bahwa kegiatan pelatihan ini membantu melengkapi layanan pengembangan diri siswa yang selama ini sudah dijalankan melalui kegiatan konseling kelompok dan bimbingan klasikal.

Kepala madrasah juga mengapresiasi kegiatan ini karena mampu meningkatkan semangat belajar siswa dan memperkuat karakter percaya diri yang sejalan dengan visi madrasah, yaitu membentuk siswa yang unggul dalam keilmuan dan kepribadian. Dukungan dari pihak sekolah ini sesuai dengan pendapat Slameto yang menyebutkan bahwa keberhasilan pengembangan diri siswa tidak hanya ditentukan oleh kegiatan pelatihan, tetapi juga oleh kolaborasi antara pendidik, konselor, dan lingkungan sekolah yang kondusif. [22]Berikut hasil rata-rata skor pre-test dan post-test kepercayaan diri siswa di Madrasah Aliyah Hamzanwadi pancor lombok timur.

NO	NAMA	PRE-TEST	POST-TEST	PENINGKATAN
1	B	60,3	82,1	21,8
2	E	63,8	83,3	19,5
3	M	62,4	81,5	19,1
4	T	62,4	81,7	19,3
5	J	61,5	82,7	21,2
6	B	60,00	81,7	21,7
7	N	62,3	80,00	17,7
8	E	60,00	85,5	25,5
9	J	60,7	86,4	25,7
10	M	50,2	81,6	31,4
11	A	61:00	82,00	21,00
12	N	64, 00	81,5	16,00
13	M	62,00	80,00	18,00

[22] Slameto, Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya, edisi revisi (Jakarta: Rineka Cipta, 2015).

14	Z	61,4	81,5	21,1
15	P	55,5	83,5	28,00
16	S	59,00	85,5	26,5
17	S	60,2	84,1	23,9
18	M	50,6	81,7	31,1
19	B	65,2	83,5	18,3
20	J	64,25	84,5	20,25
Rata-rata		60,34	82,72	22,38

Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa yang signifikan secara deskriptif setelah mengikuti pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal. Artinya, terdapat peningkatan rata-rata sebesar 22,38 poin, yang menunjukkan adanya peningkatan kepercayaan diri siswa setelah mengikuti pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal di madrasah Aliyah Hamzanwadi pancor. Kegiatan pelatihan didokumentasikan melalui foto-foto proses pelaksanaan, yang meliputi kegiatan ceramah, diskusi kelompok, dan role play. Dokumentasi tersebut menunjukkan antusiasme peserta dan interaksi aktif antara siswa dengan narasumber. Visualisasi kegiatan ini memperkuat bukti keberhasilan pelatihan dalam menciptakan suasana belajar yang positif dan mendukung peningkatan rasa percaya diri memperlihatkan perbandingan antara nilai pre-test (sebelum pelatihan) dan post-test (setelah pelatihan). Terlihat bahwa hampir seluruh siswa mengalami peningkatan yang signifikan — nilai rata-rata naik dari 60,34 menjadi 82,72, menunjukkan bahwa pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal berdampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa.

Kesimpulan

Kegiatan pelatihan keterampilan komunikasi interpersonal yang dilaksanakan di Madrasah Aliyah Hamzanwadi Pancor berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa. Berdasarkan hasil evaluasi melalui pre-test dan post-test, terjadi peningkatan rata-rata skor kepercayaan diri siswa. Hal ini menunjukkan

bahwa pelatihan yang menggunakan metode ceramah, diskusi, simulasi, dan role play efektif membantu siswa memahami konsep komunikasi interpersonal sekaligus mempraktikkannya dalam situasi nyata. Pelatihan ini juga mendorong perubahan sikap siswa menjadi lebih aktif, berani berbicara di depan umum, dan mampu menjalin interaksi yang sehat dengan teman sebaya maupun guru. Keterampilan komunikasi interpersonal berperan penting dalam membangun kepercayaan diri individu melalui interaksi sosial yang positif. Saran bagi peneliti atau pengabdi selanjutnya, perlu dilakukan pengembangan kegiatan serupa dengan cakupan peserta yang lebih luas dan durasi pelatihan yang lebih panjang agar dapat menghasilkan dampak yang lebih mendalam dan berkelanjutan terhadap aspek psikologis siswa.

Daftar Pustaka

Lestari, N., & Ramadhan, R. (2020). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kepercayaan diri siswa SMA. Jurnal Konseling Pendidikan, 8(2), 112–119

Simanjuntak, M., & Siregar, A. (2021). The role of interpersonal communication on learning motivation in junior high school students 37 Medan is mediated by student engagement. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 3(1), 45–55.

Alavinezhad, S., Mousavi, M., & Sohrabi, N. (2017). The effect of communication skills training on self-esteem and self-efficacy among high school students. Practice in Clinical Psychology, 5(1), 17–24..

Lestari, L., Rosra, M., & Mayasari, S. (2023). Hubungan kepercayaan diri dengan komunikasi interpersonal siswa. Jurnal Pendidikan Psikologi dan Konseling, 5(2), 110–120.

Lestari, N., & Ramadhan, R. (2020). Pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap kepercayaan diri siswa SMA. Jurnal Konseling Pendidikan, 8(2), 112–119

Yulikhah, E., Kholili, M. I., & Dewantoro, A. (2021). Hubungan kepercayaan diri dan komunikasi interpersonal siswa. Jurnal Konseling dan Pendidikan Islam, 5(1), 22–30.