

Artikel Ilmiah (Hasil Pengabdian)

WORKSHOP KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL MELALUI LATIHAN ASERTIF PADA IBU-IBU PKK DI DESA GADUNG

Moesarofah¹, Maghfirotul Lathifah², Aniek Wirastania³, Ayong Lianawati⁴, Boy Soedarmadji⁵, Hartono⁶, Kusbandiami⁷, Sutijono⁸, Cindy Alis Pravesti⁹, Muwakhidah¹⁰, Mudhar¹¹

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
moesarof.psikologi.13@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari kegiatan pengabdian pada masyarakat workshop pengembangan kemampuan komunikasi interpersonal melalui latihan asertif di Desa Gadung agar para Ibu mampu secara terbuka mengkomunikasikan keinginan dan kebutuhan mereka, berani mengatakan tidak, secara terbuka dapat mengkomunikasikan perasaan positif dan negatif dengan lawan komunikasi, serta menjalin kontak hubungan yang baik dengan suami, anak, tetangga, teman. Metode pelaksanaan kegiatan PPM ini ialah dengan memberikan ceramah, diskusi serta pelatihan. Hasil dari kegiatan PPM ini ialah Ibu-ibu PKK Desa Gadung menginginkan adanya pembinaan dan evaluasi dari pelatihan yang sudah dilaksanakan. Pembinaan diarahkan pada kemasan latihan asertif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi secara berkala setiap minggu sesuai dengan jadwal kegiatan PKK. Evaluasi diarahkan pada perubahan sikap sewaktu berkomunikasi. Kesimpulan dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal para Ibu PKK Desa Gadung Kecamatan Driyorejo.

Kata kunci: Komunikasi interpersonal, Latihan asertif

ABSTRACT

The purpose of community service workshops is the development of interpersonal communication skills through assertive training in Gadung Village so that mothers are able to openly communicate their desires and needs, dare to say no, can openly communicate positive and negative feelings with the communicant's opponents, and establish contact relationships that both with husband, child, neighbor, friend. The method for implementing PPM activities is by giving conversation, discussions and training. The results of this PPM activity are Mothers want guidance and evaluation of the training that has been carried out. Coaching is directed at packing assertive exercises to improve communication skills on a regular basis every week according to the schedule of PKK activities. Evaluation is directed at changing attitudes when communicating. The conclusion of this community service activity can improve the interpersonal communication skills of the PKK women in the Gadung Village, Driyorejo District.

Keyword: Interpersonal communication, Assertive training.

PENDAHULUAN

Komunikasi interpersonal merupakan sebuah proses yang digunakan untuk bertukar informasi, perasaan, dan makna melalui pesan

verbal maupun non verbal. Komunikasi interpersonal tidak sekedar tentang apa yang sebenarnya dikatakan melainkan bagaimana hal tersebut diungkapkan dengan bahasa dan kalimat yang baik,

nada suara, ekspresi wajah, gerak tubuh [1]. Komunikasi merupakan proses transmisi baik secara verbal ataupun non verbal, dan digambarkan dalam segitiga sederhana yakni konteks, pengirim dan penerima [2]. Keterampilan berkomunikasi sangatlah penting dalam semua aspek dalam kehidupan. Individu yang mahir dalam menggunakan keterampilan komunikasi akan mampu mengekspresikan dan memahami apa yang disampaikan oleh orang lain dengan benar [3].

Seseorang yang tidak mampu berkomunikasi dengan baik akan mengundang permasalahan dalam hidupnya. Permasalahan tersebut tidak akan selesai apabila individu terus menghindari. Individu harus belajar menghadapi permasalahan tersebut dengan menyambutnya dalam kehidupan serta belajar mengalir bersama konflik. Hasil observasi dan wawancara secara acak pada Ibu-ibu PKK desa Gadung ditemukan bahwa sering kali para Ibu menghadapi konflik baik dengan suami, anak, maupun tetangga. Konflik tersebut berasal dari cara berkomunikasi yang salah.

Contoh konflik yang dihadapi para Ibu PKK sebagai akibat dari cara berkomunikasi yang salah ialah (a) tertekan ketika meminta kenaikan uang belanja pada suami; (b) diam, karena tidak berani menagih hutang yang dipinjam tetangga; (c) suka menggunjing teman yang lebih style; (d) emosi berlebih pada anak.

Latihan asertif merupakan terapi perilaku yang dirancang untuk membantu

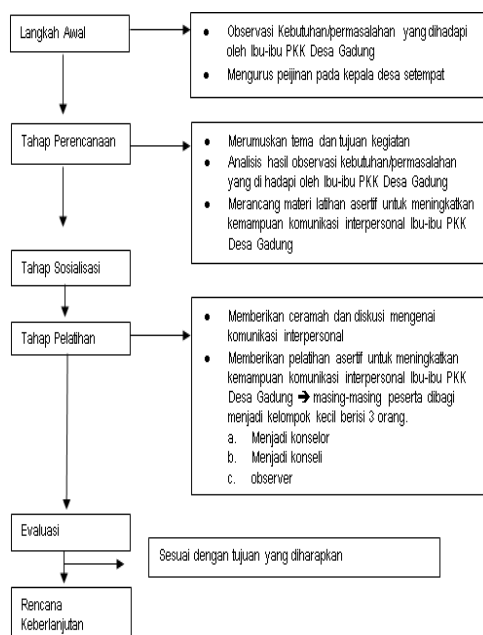
individu memberdayakan diri mereka sendiri. Tujuan utamanya ialah mengajari individu mengelola keterampilan yang dibutuhkan untuk membela hak, kebutuhan, menghormati pendapat orang lain, dan mempertahankan komunikasi [4]. Individu yang asertif akan mampu berkomunikasi secara langsung sesuai dengan kebutuhan, keinginan, pendapat tanpa menghukum atau menjatuhkan orang lain [5].

Latihan asertif ini dirancang untuk memberikan kesempatan pada para Ibu PKK Desa Gadung agar mampu mengembangkan komunikasi interpersonal baik dengan suami, tetangga, teman dan anak. Adapun tahapan yang harus dilalui oleh para Ibu PKK Desa Gadung pada saat kegiatan pengabdian ini ialah (a) identifikasi perilaku yang muncul; (b) identifikasi perasaan yang muncul; (c) katakan apa yang ingin Anda katakan, dalam hal ini bagaimana Anda mampu mempertimbangkan perasaan dengan cara Anda mengungkapkannya.

Adanya kegiatan PPM ini diharapkan Ibu-ibu PKK Desa Gadung mampu secara terbuka mengkomunikasikan keinginan dan kebutuhan mereka, berani mengatakan tidak, secara terbuka dapat mengkomunikasikan perasaan positif dan negatif dengan lawan komunikasi, serta menjalin kontak hubungan yang baik dengan suami, anak, tetangga, teman.

METODE

Kegiatan PPM dengan tema Wokshop Pengembangan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Melalui Latihan Asertif Di Desa Gadung Kecamatan Driyorejo Kabupaten Gresik dilaksanakan pada tanggal 1 sampai 31 September 2018. Sasaran kegiatan pengabdian ini ialah Ibu-ibu PKK Desa Gadung Kecamatan Driyorejo Kabupaten Gresik. Secara sistematis metode pelaksanaan kegiatan PPM ini digambarkan sebagai berikut.



Gambar 1. Sistematika Kegiatan PPM

Uraian lengkap sistematika kegiatan PPM dijelaskan sebagai berikut. Pada langkah awal tim PPM melaksanakan observasi kebutuhan/permasalahan yang dihadapi oleh Ibu-ibu PKK di Desa Gadung. Hasil observasi ditemukan permasalahan bahwa (a) tidak bisa mengungkapkan pendapat atau menolak permintaan suami ketika diajak berdiskusi

mengenai anak; (b) sering menggunjing; (c) suka terpaksa melaksanakan kegiatan PKK walau sebenarnya tidak berkeinginan. Dari hasil observasi, selanjutnya tim berdiskusi dengan Kepala Desa setempat untuk melaksanakan perijinan.

Langkah kedua ialah tahap perencanaan. Tim pelaksana PPM mulai merumuskan tema dan tujuan dari kegiatan PPM. Selanjutnya Tim pelaksana PPM menganalisis dan merancang materi sesuai dengan kebutuhan/permasalahan Ibu-ibu PKK, yakni pengembangan kemampuan komunikasi interpersonal melalui latihan asertif. Langkah ketiga ialah Tim pelaksana PPM bekerja sama dengan Ibu Kepala Desa melaksanakan sosialisasi kegiatan PPM kepada para wakil POKJA. Langkah keempat ialah melaksanakan pelatihan dimana proses sebelum pelatihan ialah memberikan ceramah dan diskusi. Setelah kegiatan ceramah dan diskusi selesai barulah proses pemberian latihan asertif dilaksanakan. Dalam proses ini para Ibu akan dibagi kelompok kecil. Masing masing kelompok terdiri dari 3 Ibu.

Langkah kelima ialah evaluasi. Evaluasi dirancang untuk mengetahui pencapaian dari setiap tahapan kegiatan yang telah dilaksanakan. Evaluasi ini dilaksanakan untuk menilai apakah kegiatan PPM yang sudah dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Hasil dari proses evaluasi inilah yang akan menemukan faktor pendukung serta penghambat pelaksanaan pelatihan asertif. Langkah selanjutnya ialah

rencana keberlanjutan. Rencana keberlanjutan berisikan tindakan lanjutan setelah kegiatan PPM dilaksanakan.

HASIL

Kegiatan pelaksanaan program pengabdian pada masyarakat telah dilaksanakan oleh tim dosen program studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya terhitung mulai tanggal 1 sampai 31 September 2018. Pengembangan kemampuan komunikasi interpersonal melalui latihan asertif pada Ibu-ibu Desa Gadung merupakan salah satu cara agar para Ibu bisa asertif dalam kemas komunikasi yang baik tanpa menyakiti perasaan lawan komunikasinya. Indikator yang nampak ialah (1) mampu melakukan kontak mata dengan lawan komunikannya; (2) ekspresi wajah tetap dalam keaslian tanpa dibuat-buat; (3) postur tubuh ketika berbicara tidak membungkung; (4) tidak menghindari ketika bertemu dengan lawan komunikasi; (5) lugas.

Uraian hasil kegiatan setiap tahapan PPM ialah sebagai berikut. Hasil pada tahap perencanaan kegiatan PPM ini ialah Tim PPM Prodi BK UNIPA Surabaya mampu merancang materi sesuai dengan hasil need assessment, selanjutnya hasil dari pelaksanaan sosialisasi ialah Tim PPM Prodi BK UNIPA Surabaya dapat bekerja sama dengan penggerak kegiatan PKK Desa Gadung untuk mengimplementasikan kegiatan workshop. Hasil dari pelaksanaan pelatihan atau workshop ialah respon positif para Ibu PKK saat penyampaian materi dan pemberian pelatihan. Para ibu aktif bertanya dan mengungkapkan tentang kejadian yang dianggap sepele, namun hal tersebut merupakan asal muasal permasalahan komunikasi. Hasil dari tahapan evaluasi kegiatan PPM ini

ialah Ibu-ibu PKK menginginkan adanya pembinaan dan evaluasi dari pelatihan yang sudah dilaksanakan. Pembinaan diarahkan pada kemas latihan asertif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi secara berkala setiap minggu sesuai dengan jadwal kegiatan PKK. Evaluasi diarahkan pada perubahan sikap sewaktu berkomunikasi.

Secara umum kegiatan pengabdian pada masyarakat yang telah dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat ini cukup berjalan lancar, hanya saja karena keterbatasan dana maka waktu dan pelatihan pun terbatas.

SIMPULAN

Berdasarkan paparan yang telah dikemukakan pada bagian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dapat meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal para Ibu PKK Desa Gadung Kecamatan Driyorejo, selanjutnya berdasarkan hasil dari feedback pasca pemberian latihan asertif dapat disarankan bahwa hendaknya biaya untuk kegiatan pengabdian ini perlu ditingkatkan, waktu pelaksanaan yang panjang dan mengingat sarana beserta prasarana yang ada sangat terbatas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami haturkan kepada Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Kepala Desa Gadung Kecamatan Driyorejo, Ibu-ibu PKK Desa Gadung Driyorejo, Tim Dosen PPM Prodi

BK Universitas PGRI Adi Buaba Surabaya, beserta mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan PPM ini.

DAFTAR RUJUKAN

- [1] "Skillsyouneed helping you develop life skills," 2011. [Online]. Available: <https://www.europarc.org/communication-skills/pdf/About%20Interpersonal%20Skills.pdf>. [Diakses 5 Desember 2018].
- [2] D. J. Barrett, "Strong communication skills a must for todays leaders," dalam *Handbook of business strategy*, Emerald Group Publishing Limited, 2006, pp. 385-390.
- [3] D. Unalan, "An empirical study to measure the communication skills od the manager assistants medical secretaries and office workers in the public sector," *The journal of american academy of business cambridge*, vol. 14, pp. 245-250, 2009.
- [4] S. M. Mohamed dan A. M. Abdelaziz, "Effect of assertive training program on social interaction anxiety and self esteem of institutionalized patients with chronic schizophrenia," *IOSR journal of nursing and health science (IOSR-JNHS)*, vol. 5, no. 5, pp. 36-44, 2016.
- [5] Parray dan K. Sanjay, "Assertiveness among undergraduate students of the university," *The international journal of indian psychology*, vol. 4, no. 1, pp. 283-291, 2016.