

**EFEKTIVITAS PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL TERHADAP
KEPERCAYAAN DIRI DAN HARGA DIRI PADA
REMAJA PANTI ASUHAN**



Peneliti

Dr. Kristiana Haryanti, M Si, Psi (NIP: 058.1.1993.137)

Eugenius Tintus Reynaldi, S Psi, MPsi (NIP: 058.1.2019.357)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2020**

HALAMAN PENGESAHAN
PENELITIAN INTERNAL UNIKA SOEGIJAPRANATA

1. Judul Penelitian : Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal terhadap Kepercayaan Diri dan Harga Diri Pada Remaja Panti Asuhan
2. Kode>Nama Rumpun Ilmu : 390 / Sosial Humaniora
3. Ketua Peneliti
 - a. Nama : Dr. Dra. Kristiana Haryanti, M.Si., Psikolog
 - b. NIDN : 0615126701
 - c. Jabatan / Golongan : Lektor
 - d. Program Studi : S1 Psikologi
 - e. Nomor HP : +62812 287 8342
 - f. Alamat surel (e-mail) : kristiana@unika.ac.id
4. Anggota Peneliti (1)
 - a. Nama Lengkap : Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi., Psi
 - b. NIDN : -
 - c. Perguruan Tinggi : Unika Soegijapranata
5. Anggota Peneliti (2)
 - a. Nama Lengkap : Priscilla Lasty Fera (mahasiswa S1)
 - b. NIM : 16.E1.0176
 - c. Perguruan Tinggi : Unika Soegijapranata
6. Anggota Peneliti (3)
 - a. Nama Lengkap : Sunu Putri Pambajeng Wijiasih (mahasiswa S1)
 - b. NIM : 16.E1.0003
 - c. Perguruan Tinggi : Unika Soegijapranata
7. Lama Penelitian Keseluruhan : 1 tahun
8. Biaya Total
Dana Internal PT : Rp 5.000.000,00

Mengetahui,
Dekan

Semarang, 5 November 2019
Ketua Tim Penyusun

Dr. M Sih Setija Utami, M Kes.
NPP:

Dr. Kristiana Haryanti, M Si
NPP: 058.1.1993.137

Menyetujui,
Kepala LPPM

Dr. Berta Berti Retnawati, SE., M.Si.
NPP: 058.1.1998.219

DAFTAR ISI

Halaman Judul	1
Halaman Pengesahan	2
Daftar Isi	3
BAB I PENDAHULUAN	5
1.1. Latar Belakang Masalah	5
1.2. Tujuan Penelitian	11
1.3. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1. Kepercayaan Diri	12
2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri	12
2.1.2 Aspek Kepercayaan Diri	12
2.1.3 Faktor-Faktor Kepercayaan Diri	14
2.2. Harga Diri	16
2.2.1 Pengertian Harga Diri	16
2.2.2 Dimensi Harga Diri	17
2.2.3 Faktor-faktor Harga Diri	18
2.3. Komunikasi Interpersonal	19
2.3.1 Pengertian Komunikasi Interpersonal	19
2.3.2 Aspek Komunikasi Interpersonal	20
2.3.3 Pengertian Pelatihan Komunikasi Interpersonal	22
2.4. Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri	22
2.5. Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Harga Diri	24
2.6. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1. Jenis Penelitian	26
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian	27
3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian	27
3.4. Subjek Penelitian	28
3.5. Metode Pengumpulan Data	29
3.6. Rancangan Eksperimen	30

3.6.1	Prosedur Pelaksanaan	31
3.6.2	Perlengkapan dan Peralatan Pelatihan Komunikasi Interpersonal	33
3.7	Metode Analisis Data	33
BAB IV	HASIL PENELITIAN	34
4.1	Orientasi Kancan Penelitian	34
4.2	Persiapan Pengumpulan Data	35
4.2.1	Penyusunan Alat Ukur	35
4.2.2	Perijinan Penelitian	36
4.3	Validitas Modul Pelatihan	36
4.4	Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian	37
4.5	Hasil Uji Hipotesis	39
4.5.1	Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri	39
4.5.2	Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Harga Diri	43
4.6	Hasil Follow Up Action Plan Pelatihan Komunikasi Interpersonal	46
4.7	Hasil Evaluasi Akhir Pelatihan Komunikasi Interpersonal	48
4.8	Keterbatasan Penelitian	48
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	49
	Referensi	50

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Indonesia akan mengalami masa bonus demografi pada tahun 2030 hingga 2040. Artinya, pada rentang tahun tersebut jumlah penduduk produktif di Indonesia (15 hingga 64 tahun) akan lebih banyak dibandingkan penduduk yang tidak produktif (di bawah 15 tahun atau di atas 64 tahun) (Afandi, 2017). Apabila hal ini tidak dibarengi dengan pengembangan SDM di Indonesia, maka bonus demografi ini akan jadi hal yang sia-sia dan tidak dapat dimanfaatkan secara optimal untuk kemajuan Indonesia. Keuntungan demografi ini juga menjadi perhatian pemerintah Indonesia. Presiden Jokowi, misalnya, memiliki keinginan dalam pemerintahannya untuk fokus pada peningkatan SDM Indonesia pada periode keduanya sebagai presiden, setelah pada periode pertama fokus pembangunannya adalah pada infrastruktur (Intan, 2019). Lebih lanjut, pada masa kampanye untuk periode keduanya, Presiden Jokowi menegaskan bahwa untuk membangun SDM Indonesia bisa dilakukan dengan meningkatkan kualitas pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan (Wulandari, 2019).

Pemerintah pusat serius ingin memanfaatkan bonus demografi sebaik mungkin, dengan meningkatkan pendidikan. Sayangnya, peningkatan kualitas ini masih terbatas pada sektor formal saja, sementara sektor informal masih kurang mendapat perhatian. Akibatnya, yang fokus dikembangkan adalah *hardskill*, sementara *softskill* masih kurang mendapat perhatian. Padahal *softskill* juga merupakan bekal yang penting dalam dunia pekerjaan. Berbeda dengan *hardskill* yang dibutuhkan untuk mengerjakan sebuah pekerjaan, *softskill* dibutuhkan sebagai keterampilan yang mendukung seseorang untuk mengerjakan pekerjaannya. Salah satu *softskill* yang dibutuhkan dalam dunia kerja adalah komunikasi. Komunikasi sangat dibutuhkan karena seorang karyawan tidak bekerja sendiri dalam suatu organisasi. Ada saatnya seorang karyawan harus bekerja sama dengan orang lain, entah dari divisi atau bagian yang sama, maupun dari divisi atau bagian lain dari organisasi. Bahkan mungkin bekerja sama dengan karyawan dari organisasi lainnya. Tanpa adanya kemampuan komunikasi yang mumpuni, maka akan sulit untuk bekerja sama dengan orang lain. Inilah mengapa kemampuan komunikasi sangat penting dalam dunia kerja.

Peneliti mewawancarai pengurus dari lima panti asuhan di Kota Semarang mengenai kelanjutan hidup dari anak-anak yang tinggal di panti asuhan. Kelima panti ini memiliki jawaban yang seragam: anak-anak yang sudah dianggap dapat berdiri sendiri akan dilepas dari panti untuk tinggal sendiri, namun tetap dipantau oleh pengurus panti. Karena panti asuhan

memiliki keterbatasan dalam pembiayaan, maka panti asuhan akan mengupayakan agar anak-anak yang sudah berusia remaja masuk ke SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) agar siap kerja lebih cepat. Hanya beberapa anak saja yang memang memiliki kecerdasan di atas rata-rata yang akan dibiayai sekolahnya hingga tingkat pendidikan tinggi.

Remaja yang tinggal bersama keluarganya berbeda dengan remaja yang tinggal di panti asuhan. Secara umum remaja memang memiliki kecenderungan untuk memberontak dari orang tuanya karena mulai muncul konformitas terhadap teman sebayanya (Feist & Feist, 2008). Sementara pada remaja yang tinggal di panti, banyak dari mereka yang sudah tidak memiliki keluarga, dan tinggal di panti asuhan sejak kecil hingga berusia remaja. Meskipun mayoritas remaja yang tinggal di panti asuhan sudah tinggal bersama dengan teman-temannya di panti, namun hal ini tidak otomatis membuat mereka saling terbuka antara satu dengan yang lainnya. Salah satu remaja penghuni panti asuhan menyatakan bahwa ia lebih memilih untuk memendam masalahnya daripada bercerita pada temannya. Salah satu alasannya adalah karena temannya seringkali tidak bersedia mendengarkan apabila ia bercerita sesuatu yang dianggap “tidak penting”. Hal ini menunjukkan bahwa ada permasalahan yang terkait dengan komunikasi pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Ada keengganan untuk bercerita karena remaja di panti asuhan masih belum bisa mendengarkan cerita dari temannya.

Rasa keengganan bercerita juga bisa disebabkan karena kurnag memiliki kepercayaan diri. Menurut Zvolensky (2006), kepercayaan diri dapat diartikan sebagai sifat yakin dan percaya akan kemampuan yang dimiliki, sehingga tidak bergantung kepada orang lain serta mampu mengapresiasi diri. Remaja yang memiliki kepercayaan diri akan mampu mengenali kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya, mampu berpikir positif dan dapat secara mandiri mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya (Mardatih dalam Syam, 2017). Remaja yang dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya memiliki peluang yang besar dalam merintis karir dan masa depannya.

Selain kepercayaan diri, remaja juga perlu memiliki harga diri. Menurut Baron dan Bryne (2004) harga diri (*self esteem*) merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya sendiri, mulai dari sangat negatif sampai sangat positif. Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi akan mampu memenuhi kebutuhan akan aktualisasi diri seperti yang terdapat dalam hierarki kebutuhan Maslow (Maslow dalam King, 2014). Remaja yang memiliki harga diri tinggi akan dapat mengutarakan ide-ide dan pemikiran kreatifnya guna memenuhi kebutuhan kognitifnya dan juga memiliki ciri-ciri yang terbuka dalam mengungkapkan pendapat (Coopersmith dalam Anindyajati & Karima, 2004). Ciri-ciri lainnya menurut Henggaryadi (2012), yaitu adanya kepercayaan diri yang tinggi, ambisius tetapi realistis terhadap kemampuannya, mandiri,

kreatif, aktif dalam kegiatan-kegiatan fisik dan sosial, ekspresif, dan memiliki skor tinggi dalam intelegensi. Berdasarkan ciri-ciri tersebut, kepercayaan diri merupakan salah satu ciri utama dari orang yang memiliki harga diri tinggi.

Dengan memahami kedua konsep (kepercayaan diri dan harga diri) ini maka kita dapat mengetahui bahwa ada ada kaitan antara harga diri dan kepercayaan diri. Remaja yang memiliki harga diri dan kepercayaan diri ini akan mampu mengembangkan potensi-potensinya untuk menjadi agen perubahan bangsa dan menyumbangkan pemikiran dan ide-ide kreatifnya sesuai dengan tuntutan perkembangan zaman. Hal tersebut tentu akan sulit terwujud apabila remaja memiliki permasalahan yang kompleks dalam masa perkembangannya seperti yang dialami oleh remaja di panti asuhan yang memiliki karakteristik pribadi yang berbeda dengan remaja yang tinggal di rumah orangtuanya.

Panti asuhan merupakan lembaga sebagai pengganti keluarga yang menangani anak-anak terlantar dan yatim piatu (Mazaya dan Supradewi, 2011). Anak-anak di panti asuhan lebih banyak menerima pemenuhan kebutuhan-kebutuhan biologisnya ketimbang kebutuhan-kebutuhan non-biologisnya sebagai akibat dari terbatasnya jumlah pekerja sosial yang bekerja di panti asuhan (Ningrum, 2012). Halfon, dkk (dikutip oleh Zima dkk., 2000) menyebutkan beberapa permasalahan yang dialami oleh remaja yang tinggal di panti asuhan yaitu : 1) kesehatan fisik dan mental, 2) teman sebaya 3) emosi terkait kenyamanan dan kesepian yang dirasakan di panti, 4) Kurang perhatian dan kasih sayang dari pengasuh yang jumlahnya terbatas 5) Masalah perilaku seperti kenakalan, 6) Masalah atensi terhadap peraturan dan larangan di panti, 7) Frustrasi terhadap lingkungan baru di panti, 8) Malas untuk sekolah dan melanjutkan sekolah lebih tinggi, 9) Masalah anti sosial dengan lingkungan panti dan sekitarnya, serta 10) Masalah akademik di sekolah.

Remaja panti menurut Hakim (Deni & Ifdil, 2016) juga mengalami permasalahan kesehatan fisik, masalah atensi terhadap peraturan dan larangan di panti yang menandai adanya kesulitan dalam penyesuaian diri, frustrasi terhadap lingkungan baru di panti atau perbedaan lingkungan, malas untuk sekolah dan melanjutkan sekolah lebih tinggi yang berarti pendidikan rendah, serta masalah akademik di sekolah yang dapat berarti kurang cerdas atau kalah bersaing. Remaja yang tidak memiliki kepercayaan diri akan menunjukkan ciri-ciri yaitu memiliki pikiran negatif terhadap kemampuan yang dimiliki, menutup diri, konsep diri rendah (Mirhan, 2016), selalu berpikir buruk, tidak berani dalam mengambil keputusan secara mandiri dan takut mencoba hal-hal yang baru, serta takut mengungkapkan pendapatnya di depan umum (Monnalisza & Neviyarni, 2018).

Marwati, Prihartanti, dan Hertinjung (2016) juga menjelaskan bahwa ciri-ciri harga diri yang rendah juga ditemukan pada 46% remaja yang tinggal di panti asuhan. Ciri-ciri harga diri yang rendah yang ditunjukkan oleh remaja panti asuhan tersebut yaitu di antaranya remaja menganggap dirinya menjadi sumber masalah bagi lingkungan, tidak memiliki pendirian dan mudah menyerah, mengalami hambatan untuk mengekspresikan emosi negatif, terasing dari keluarga (Marwati, Prihartanti, & Hertinjung, 2016), kurang percaya diri, kurang aktif, mudah putus asa, dan mengalami kesulitan dalam proses sosialisasi (Pahlawani dan Yuwono, 2010).

Apabila rasa tidak percaya diri dan harga diri rendah yang dimiliki oleh remaja panti asuhan tersebut tidak ditangani dengan baik maka akan menyebabkan terhambatnya pengembangan potensi-potensi yang dimiliki remaja tersebut. Remaja yang tidak memiliki kepercayaan diri tidak akan mampu menilai potensi-potensi yang dimilikinya secara positif sehingga mengakibatkan potensi-potensi tersebut tidak dapat berkembang dengan baik. Hal serupa juga dialami oleh remaja yang memiliki harga diri yang rendah, yaitu bahwa remaja dengan harga diri yang rendah memiliki hambatan dalam pemenuhan kebutuhan aktualisasi dirinya yang sama dengan terhambatnya realisasi potensi-potensi yang dimilikinya.

Kepercayaan diri sendiri memiliki beberapa faktor yaitu komunikasi, ketegasan, dan penampilan diri (Lindenfield dalam Utomo & Harmiyanto, 2016). Gamble dan Gamble (2014) menjelaskan bahwa komunikasi yang melibatkan interaksi antara dua orang atau lebih disebut komunikasi interpersonal. Kemampuan komunikasi interpersonal yang dimiliki remaja sangat berpengaruh terhadap kepercayaan diri dalam diri remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Sarinah dan Aziz (2010) membuktikan bahwa terdapat hubungan yang positif antara rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal, semakin tinggi komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh siswa kelas X, maka rasa percaya diri siswa kelas X semakin tinggi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewanti, Yusmansyah, dan Widyastuti (2014) juga menyebutkan bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan komunikasi interpersonal.

Faktor yang sama juga ditemukan pada harga diri dalam remaja. Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri dalam remaja yaitu : 1) Interaksi dengan manusia lain, 2) Keanggotaan kelompok, 3) Kepercayaan dan nilai yang dianut individu 4) Sekolah, 5) Pola asuh, serta 6) Kematangan dan herediter (Frey & Carlock dalam Anindyajati & Karima, 2004). Faktor interaksi dengan manusia lain sangat berhubungan dengan faktor komunikasi interpersonal pada kepercayaan diri. Hal itu terkait dengan pengertian yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa komunikasi interpersonal merupakan dasar dari segala interaksi manusia dengan sesamanya dan komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang melibatkan

interaksi antara dua orang atau lebih (Gamble & Gamble, 2014). Berdasarkan pengertian tersebut, maka kemampuan komunikasi interpersonal remaja yang sama dengan interaksi dengan manusia lain juga berpengaruh pada harga diri remaja (Frey & Carlock dalam Anindyajati & Karima, 2004). Penelitian yang dilakukan oleh Bagaswuri dan Indrawati (2018) juga membuktikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara efektivitas komunikasi interpersonal dan harga diri.

Efektivitas dalam komunikasi interpersonal hanya dapat dicapai oleh remaja apabila remaja mengetahui dan memahami terlebih dahulu aspek-aspek yang ada dalam komunikasi interpersonal itu sendiri. Terdapat lima aspek komunikasi interpersonal yang efektif menurut DeVito (2016) yaitu aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Apabila remaja telah mengetahui aspek-aspek yang terdapat dalam komunikasi interpersonal yang efektif, maka remaja akan dapat mewujudkannya dalam perilakunya sehari-hari. Pengetahuan dan perilaku remaja yang berdasarkan aspek-aspek komunikasi interpersonal yang efektif tersebut dapat diwujudkan melalui pemberian pelatihan komunikasi interpersonal kepada remaja. Hal itu selaras dengan pengertian pelatihan itu sendiri yaitu bahwa pelatihan merupakan proses memberikan pengetahuan yang diperlukan serta mengajarkan keahlian dan sikap kepada orang lain supaya mereka dapat melaksanakan tanggung jawabnya sesuai standar (Barry Chusway dalam Elfrianto, 2016).

Hasil wawancara di panti asuhan X juga mengungkap bahwa sebagian besar remaja yang tinggal di panti asuhan tersebut berada jauh dari orangtua mereka atau bahkan sudah kehilangan orangtua. Mayoritas remaja di panti asuhan tersebut berasal dari Nias, dan sisanya berasal dari Kalimantan, Jawa, dan NTT. Para remaja tersebut hanya dirawat oleh pengelola yang terdiri dari dua suster yang ada di panti asuhan tersebut. Dikarenakan tenaga pengelola yang terbatas maka perawatan dan perhatian terhadap anak-anak panti asuhan ini masih kurang maksimal.

Hasil observasi dan wawancara juga menunjukkan remaja yang berasal dari Nias yang merupakan mayoritas dari penghuni panti asuhan seringkali mengelompok tersendiri dan melakukan kegiatan sendiri yang mengganggu remaja lain yang ada di panti tersebut seperti menyanyi dengan sekeras-kerasnya serta mengobrol sambil berteriak-teriak. Para remaja Nias itu pun juga menggunakan bahasa daerah mereka sendiri ketika mengobrol satu sama lain. Hal itu menyebabkan remaja lain yang berasal dari daerah minoritas seperti Jawa memilih untuk menghindar dari remaja Nias tersebut karena mereka tidak suka dan kurang berani menegur karena merasa sungkan. Hal itu menunjukkan adanya ciri harga diri rendah yang masih terdapat pada remaja panti tersebut yaitu adanya hambatan dalam mengekspresikan emosi negatif

(Marwati dkk., 2016) dan kemungkinan akan mengalami kesulitan dalam proses sosialisasi (Pahlawani & Yuwono, 2010).

Remaja yang berasal dari Nias yang mengelompok tersendiri dan menggunakan bahasa daerahnya ketika mengobrol satu dengan lainnya menunjukkan masih kurangnya keterbukaan dalam berkomunikasi dengan remaja panti yang lain. Remaja yang kurang terbuka dalam berkomunikasi berarti remaja tersebut belum memiliki komunikasi interpersonal yang efektif (DeVito, 2016). Menurut Suaebah (2018) komunikasi interpersonal yang tidak efektif akan berdampak pada ketidakharmonisan dalam keluarga, yang juga berarti terdapat ketidakharmonisan di antara orang-orang di panti asuhan, sebab panti asuhan merupakan lembaga sebagai pengganti keluarga (Mazaya & Supradewi, 2011).

Berdasarkan hasil wawancara juga ditemukan beberapa remaja di panti asuhan tersebut yang setiap kali ada kegiatan selalu berusaha untuk menghindari dan memilih tempat tersendiri dimana dia merasa aman. Remaja-remaja tersebut terkenal pendiam, mudah tersinggung dan marah ketika digoda oleh teman-temannya. Mereka terlihat kurang percaya dengan kemampuan yang dimilikinya, memiliki konsep diri rendah yang ditunjukkan dari sikapnya yang mudah marah karena tersinggung ketika teman-temannya menggodanya. Mereka juga lebih suka menutup diri yang ditandai dengan perilakunya yang lebih suka menyendiri ketimbang berkumpul dengan remaja lainnya (Mirhan, 2016). Remaja-remaja ini merasa enggan untuk bercerita kepada temannya karena dalam benaknya ia merasa tidak akan didengarkan oleh orang lain. Ini merupakan salah satu bentuk rasa tidak percaya diri. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif dengan kemampuan komunikasi.

Hasil wawancara juga menemukan adanya remaja yang berasal dari NTT merasa berbeda dengan rekan di panti asuhan. Mereka memiliki pemikiran negatif terhadap dirinya karena merasa minoritas dan berbeda dengan rekan-rekannya yang lain. Perasaan merasa terasing dari keluarga dapat menjadi salah satu penyebab harga diri menjadi rendah (Marwati dkk, 2016). Remaja NTT tersebut juga masih cenderung bergantung pada remaja lainnya dan tidak yakin akan kemampuannya sendiri. Selain itu, peneliti juga menemukan ada beberapa remaja yang tidak berani mengungkapkan pendapatnya secara terbuka karena remaja tersebut memiliki keyakinan yang berbeda dengan remaja lainnya. Remaja yang kurang percaya diri menurut Monnalisza & Neviyarni (2018) menunjukkan ciri-ciri masih bergantung pada orang lain dalam mengambil keputusan dan takut mengungkapkan pendapatnya di depan umum.

Remaja di panti asuhan X juga menunjukkan ciri-ciri harga diri rendah yang lain yaitu memiliki sifat mudah menyerah dan tidak memiliki pendirian (Marwati et al., 2016) serta mudah putus asa (Pahlawani & Yuwono, 2010). Hal itu ditunjukkan ketika remaja lebih

memilih untuk meninggalkan tugas-tugas dan PR yang sulit yang dihadapinya dan beralih ke kegiatan lain seperti membuka media sosial, bermain *game* di hp, dan mengobrol sendiri dengan remaja lainnya.

Berdasarkan hasil observasi dan interview yang dilakukan ternyata permasalahan remaja di panti asuhan mengarah pada permasalahan tentang harga diri dan kepercayaan diri. Latar belakang teori menyatakan bahwa faktor-faktor yang berpengaruh terhadap harga diri dan kepercayaan diri adalah bagaimana seseorang dapat berkomunikasi secara interpersonal. Ini berarti bahwa ada kemungkinan kemampuan interpersonal yang baik akan dapat membuat seseorang lebih percaya diri dan memiliki harga diri. Peneliti tertarik untuk mengetahui apakah apabila remaja diberi diberi pelatihan komunikasi interpersonal akan meningkat kepercayaan diri dan harga dirinya. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri dan Harga Diri Pada Remaja yang tinggal di panti asuhan.

Perbedaan mendasar yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya yaitu bahwa penelitian ini menggunakan desain penelitian quasi eksperimen dengan memberikan intervensi berbentuk pelatihan komunikasi interpersonal.

1.1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pelatihan komunikasi Interpersonal terhadap kepercayaan diri dan harga diri pada remaja panti asuhan.

1.2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah kajian ilmu pengetahuan di bidang psikologi khususnya tentang kepercayaan diri, harga diri, dan komunikasi interpersonal.

b. Manfaat Praktis

- a) Bagi remaja panti asuhan, penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan mereka dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal
- b) Bagi pengelola panti asuhan, penelitian ini dapat bermanfaat sebagai dasar bagi pengembangan kepercayaan diri dan harga diri pada remaja panti asuhan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kepercayaan Diri

2.1.1 Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Surya (Aristiani, 2016) kepercayaan diri merupakan sikap optimisme seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan segala sesuatu dan dapat menyesuaikan diri dengan situasi yang dihadapi. Deni dan Ifdil (2016) juga menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap yang harus dimiliki individu agar dengan percaya diri individu mampu memutuskan apa yang harus dilakukan dan bertekad untuk melakukan apa yang diinginkan tersebut. Kedua pengertian tersebut menekankan bahwa kepercayaan diri memuat unsur keyakinan atau sikap percaya terhadap kemampuan yang dimiliki untuk memutuskan apa yang harus dilakukan dan bertekad untuk melakukan keputusan tersebut.

Orang yang percaya diri adalah orang yang dapat mengapresiasi dirinya sendiri dan menilai dirinya sendiri. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh keterampilan dan kemampuan yang ada dalam diri seseorang (Syam, 2017). Hal itu juga didukung oleh pernyataan yang dikemukakan oleh Piran (2017) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri ini merupakan keyakinan seseorang terhadap kelebihan diri sendiri dan mampu memaksimalkan tujuan dalam hidupnya.

Menurut Hasmayni (2014) kepercayaan diri membuat seseorang mengembangkan penilaian positif dalam dirinya sehingga orang tersebut mampu berkompetensi di lingkungan yang dihadapinya. Walgito (Fitri, 2018) menjelaskan bahwa kepercayaan diri ini merupakan aspek kepribadian yang sangat penting yang harus dimiliki oleh seorang remaja. Menurut kedua tokoh tersebut maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang sangat penting bagi remaja agar dapat mengembangkan penilaian positif dalam dirinya sehingga mampu berkompetensi di lingkungannya.

Berdasarkan pengertian beberapa tokoh yang ada maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan yang penuh optimisme dan apresiasi terhadap kelebihan yang dimiliki berupa keterampilan dan kemampuan yang dapat digunakan untuk memutuskan segala sesuatu dan mampu mencapai tujuan yang maksimal.

2.1.2 Aspek Kepercayaan Diri

Lauster (2002) mengemukakan lima (5) aspek kepercayaan diri yang disebutkan, yaitu :

- a. Keyakinan akan kemampuan diri

Kemampuan yang dimaksud disini yaitu kemampuan untuk memperoleh informasi, kemampuan untuk bertahan dalam menghadapi situasi sulit serta kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang dimiliki pada situasi tertentu.

b. Optimisme

Optimisme merupakan sikap seseorang yang memiliki harapan kuat terhadap sesuatu dan keyakinan dalam memecahkan masalah. Berpikir positif dan realistis dalam menghadapi masalah serta berusaha mencapai yang terbaik.

c. Objektif

Objektif berarti memandang sesuatu sesuai dengan fakta yang ada, bukan merupakan penilaian yang bersumber dari kebenaran pribadi.

d. Bertanggung jawab

Sadar akan perbuatan yang dilakukan baik sengaja maupun tidak disengaja. Kesadaran akan tugas yang diemban dan bersedia menanggung resiko dari tugas tersebut.

e. Rasional

Cara berpikir analitis yang matang terhadap suatu masalah atau kejadian yang sesuai fakta yang dapat diterima oleh lingkungan sekitar. Rasional bersifat normatif, artinya didasarkan atas evaluasi terhadap keyakinan dan keputusan yang diambil untuk dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Daradjat (Azhar, 2017) juga menyebutkan bahwa ada empat (4) aspek kepercayaan diri, yaitu :

a. Rasa aman

Perasaan bebas dari ketakutan dan keraguan di dalam suatu situasi serta dapat mengendalikan dengan tenang.

b. Ambisi Normal

Dorongan untuk menyelesaikan tugas-tugas sesuai kemampuan yang dimiliki, dapat menyelesaikan masalah, berani membuat keputusan, dan bertanggung jawab terhadap resikonya.

c. Kemandirian

Kemandirian merupakan kemampuan seseorang dalam bertindak laku sesuai keinginannya, mengambil keputusan sendiri dan bertanggung jawab tanpa bergantung kepada orang lain.

d. Toleransi

Kemampuan seseorang untuk menghadapi situasi yang sulit, dapat menghargai satu sama lain, serta terbuka dan menerima diri sendiri.

Kumara (Yulianto & Nashori, 2006) juga menyebutkan empat (4) aspek kepercayaan diri yaitu :

a. Kemampuan menghadapi masalah

Kemampuan intelektual yang lebih tinggi dan kompleks dalam memecahkan masalah dan mencapai tujuan yang diinginkan.

b. Bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakan

Kesadaran akan tingkah laku seseorang baik sengaja maupun tidak sengaja dalam mengambil keputusan dan bertindak.

c. Kemampuan dalam bergaul

Kemampuan seseorang dalam menjalin hubungan dengan orang lain dalam proses timbal balik yang saling mempengaruhi, mengubah, dan memperbaiki perilaku masing-masing individu.

d. Kemampuan menerima kritik

Kemampuan individu untuk menerima keberadaan dirinya sendiri serta kemampuan untuk mengenali kekurangan dan kelebihan dalam dirinya sendiri.

Menurut beberapa aspek kepercayaan diri yang diungkapkan oleh beberapa tokoh di atas maka dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan aspek-aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster (2002) yaitu aspek keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, obyektif, bertanggung jawab dan rasional merupakan aspek-aspek yang akan digunakan untuk mengukur kepercayaan diri dalam penelitian ini. Menurut pemikiran peneliti, aspek-aspek tersebut merupakan aspek-aspek yang paling sesuai dengan kondisi remaja yang ada di panti asuhan.

2.1.3 Faktor-faktor Kepercayaan Diri

Ghufron dan Risnawati (Syam , 2017) mengemukakan ada tiga (3) faktor kepercayaan diri yaitu:

a. Konsep diri

Merupakan gambaran diri seseorang yang diperoleh melalui interaksi dengan orang lain. Konsep diri secara umum bersifat konkrit seperti karakter seseorang, barang-barang yang dimiliki, serta tingkah lakunya sehari-hari.

b. Harga diri

Seseorang yang memiliki harga diri yang tinggi berarti seseorang yang memiliki penilaian yang tinggi terhadap dirinya sendiri sehingga menimbulkan perasaan aman berada di lingkungan sosial dan dapat berinteraksi serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

c. Pendidikan

Pendidikan merupakan proses belajar secara aktif yang dijalani oleh individu untuk dapat mengembangkan potensi-potensinya serta memperbaiki perilaku individu agar menjadi lebih baik dan berkarakter.

Tokoh yang lain yaitu Lindenfield (Utomo & Harmiyanto ,2016) menyatakan bahwa kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh beberapa faktor di bawah ini:

a. Komunikasi

Dasar dari seluruh interaksi manusia dengan sesamanya. Komunikasi sangat dibutuhkan agar individu dapat berinteraksi dengan sesamanya baik secara perorangan, kelompok, maupun organisasi. Komunikasi yang melibatkan interaksi antara dua orang atau lebih disebut komunikasi interpersonal (Gamble & Gamble, 2014).

b. Ketegasan

Merupakan sikap dan tingkah laku individu yang berani tampil di depan, dapat menyesuaikan diri, dan mencapai tujuan tertentu.

c. Penampilan diri

Sikap seseorang yang memperhatikan ukuran dan bentuk tubuhnya, seperti tinggi badan, berat badan, serta postur badan seseorang. Penampilan diri dipengaruhi oleh teman sebaya, konsep diri, keluarga dan lingkungan sekitar.

Santrock (2003) juga menyebutkan ada empat (4) faktor dalam kepercayaan diri yaitu :

a. Penampilan fisik

Adalah gerakan dan tindakan seseorang yang dapat meningkatkan kepercayaan diri. Penampilan fisik disini bukan hanya soal pemandangan fisik saja namun juga

terkait dengan kesehatan mental seseorang ketika menjaga penampilan fisiknya, yang pada akhirnya dapat meningkatkan rasa percaya diri seseorang.

b. Konsep diri

Kumpulan representasi diri yang terbentuk melalui pengalaman pribadi dan interpretasi individu terhadap lingkungannya. Pengalaman pribadi yang dimiliki seseorang seperti keterlibatannya dalam kelompok pertemanan dapat meningkatkan rasa percaya diri orang tersebut.

c. Hubungan dengan orang tua

Kemampuan individu dalam menjalin hubungan yang harmonis dengan orangtuanya dapat meningkatkan rasa percaya diri seseorang. Hal itu membuat individu mampu menilai dirinya secara positif dan selalu objektif dalam memandang segala hal.

d. Hubungan dengan teman sebaya

Individu yang mampu menjalin hubungan dengan teman sebaya akan memperoleh dukungan positif terhadap dirinya dan mengembangkan kemampuan berinteraksi serta keterbukaan.

2.2. Harga Diri

2.2.1. Pengertian Harga Diri

Baron dan Bryne (2004) menjelaskan bahwa harga diri merupakan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dari sangat negatif sampai sangat positif. Rosenberg (Stets & Burke, 2014) juga menjelaskan bahwa harga diri merupakan sikap negatif atau positif yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri.

Harga diri merupakan evaluasi terhadap diri sendiri yang mengakibatkan timbulnya reaksi emosional dalam diri sendiri (Wang dan Ollendick, 2001). Murphy, Stosny, dan Morrel (2005) juga menjelaskan bahwa harga diri merupakan evaluasi diri yang melibatkan penilaian kognitif individu terhadap diri sendiri secara global yang menimbulkan pengalaman afektif dari diri sendiri. Berdasarkan pengertian kedua tokoh tersebut maka dapat disimpulkan bahwa harga diri merupakan evaluasi atau penilaian kognitif terhadap diri sendiri yang memicu timbulnya reaksi emosional atau pengalaman afektif dalam diri seseorang. Coopersmith (Henggaryadi, 2012) menjelaskan bahwa harga diri merupakan sikap evaluatif seseorang terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan penerimaan atau penolakan dalam dirinya dan mengindikasikan keyakinan bahwa seseorang itu mampu, berhasil, signifikan, dan berharga.

Menurut beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa harga diri (*self esteem*) merupakan sikap dan keyakinan terhadap diri sendiri berdasarkan evaluasinya secara

global terhadap keterampilan, kemampuan, keberhasilan, serta hubungan sosial yang dimiliki sehingga menimbulkan reaksi emosional berupa penerimaan atau penolakan dalam diri sendiri.

2.2.2. Dimensi Harga Diri

Stets dan Burke (2014) mengemukakan ada tiga (3) dimensi besar dalam harga diri yaitu:

a. Perasaan keberhargaan diri (*sense of self-worth*)

Tingkat perasaan positif yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri. Individu yang memiliki perasaan positif terhadap dirinya sendiri adalah individu yang merasa bahwa dirinya baik dan berharga. Individu yang memiliki perasaan demikian adalah individu yang dapat menghormati dirinya sendiri dengan cara memaafkan diri sendiri.

b. Perasaan efikasi diri (*sense of self-efficacy*)

Perasaan yakin akan kemampuan seseorang untuk memengaruhi lingkungannya. Efikasi diri juga mengacu pada keyakinan yang penuh optimisme dan harapan seseorang untuk dapat memecahkan persoalan tanpa rasa putus asa, serta mampu melakukan sesuatu sesuai dengan yang diinginkan oleh orang lain dalam suatu situasi.

c. Perasaan diri yang otentik (*sense of authenticity*)

Individu merasa bahwa dirinya benar-benar memahami identitas diri mereka yang sebenarnya. Individu mengenali perasaan dan pikiran apa yang mewakili diri mereka yang sebenarnya, mengekspresikan diri secara konsisten sesuai dengan pikiran dan perasaan batin mereka, serta memiliki perasaan positif yang timbul akibat keberhasilan memenuhi harapan dan komitmen pribadi. Dimensi ini dapat menjadi dasar dari evaluasi individu tentang apa yang salah dan apa yang nyata dari dalam dirinya.

Carlock (1999) menjelaskan bahwa harga diri terdiri dari dua (2) dimensi yaitu harga diri rendah dan harga diri tinggi. Harga diri rendah berhubungan erat dengan depresi, hubungan yang buruk, serta berhubungan dengan banyak gejala lainnya. Harga diri yang tinggi berkaitan dengan ketenangan, kebahagiaan, kepuasan, dan kesuksesan.

Harga diri secara keseluruhan juga memiliki dua (2) dimensi besar menurut Tafarodi dan Swann (1995) yaitu *self-liking* dan *self-competence*. *Self-liking* adalah pandangan individu yang berkaitan dengan penerimaan dirinya secara sosial yang berasal dari internalisasi penilaian orang lain terhadap dirinya. Individu yang memiliki *self-liking* yang tinggi akan merasa positif terhadap dirinya sendiri, menerima dirinya sendiri, dan merasa nyaman berada di berbagai lingkungan sosial. Individu dengan *self-liking* yang rendah sebaliknya akan merasa negatif

terhadap dirinya sendiri, menarik diri, dan mengalami disfungsi sosial. Dimensi *Self-competence* merupakan perasaan individu terhadap dirinya sendiri secara keseluruhan sebagai orang yang mampu, efektif, serta memiliki kendali. Dimensi ini secara kognitif dapat dicirikan dengan adanya harapan yang dimiliki seseorang untuk sukses.

Berdasarkan uraian beberapa dimensi yang dijelaskan oleh tokoh-tokoh yang ada, maka dimensi-dimensi menurut Stets dan Burke (2014) yaitu perasaan keberhargaan diri, perasaan efikasi diri, serta perasaan diri yang otentik merupakan dimensi-dimensi yang akan digunakan dalam mengukur harga diri pada penelitian ini. Dimensi-dimensi tersebut digunakan sebab dimensi-dimensi tersebut adalah yang paling rinci dan komprehensif sehingga dapat menjelaskan harga diri remaja panti asuhan secara keseluruhan.

2.2.3. Faktor-faktor Harga Diri

Frey dan Carlock (Anindyajati & Karima, 2004) menyebutkan beberapa faktor harga diri yaitu :

a. Interaksi sosial.

Interaksi sosial dimulai dari sejak anak dilahirkan yaitu dengan figur ibu yang kemudian meluas ke figur-figur lain dalam kehidupan individu. Afeksi, minat, dan kehangatan yang diberikan ibu kepada anak akan menimbulkan harga diri yang positif pada anak karena anak merasa dirinya diterima sepenuhnya dan dicintai.

Thibaut dan Kelley (Yunistiati, Djalali, & Farid, 2014) menjelaskan bahwa interaksi sosial merupakan peristiwa saling mempengaruhi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih secara bersama dan saling menciptakan suatu hasil yaitu berupa komunikasi. Pada pengertian tersebut dapat dijelaskan bahwa komunikasi merupakan hasil yang diciptakan oleh masing-masing pihak agar tercipta suatu interaksi di antara kedua belah pihak tersebut. Penjelasan tersebut juga dikuatkan oleh DeVito (2016) yang menyatakan interaksi baik verbal maupun non verbal yang dilakukan antara dua orang atau lebih yang saling bergantung disebut komunikasi interpersonal.

b. Sekolah.

Lingkungan sekolah penting khususnya bagi remaja. Remaja yang mempersepsikan sekolah dengan baik maka harga dirinya akan tinggi, namun apabila sekolah dinilai tidak memberi umpan balik positif bagi remaja, maka harga dirinya akan rendah. Kesuksesan akademik dalam hal ini sangat berpengaruh pada harga diri remaja.

- 1) Pola asuh. Pola asuh disini terkait dengan bagaimana orangtua mengasuh anaknya sehingga berpengaruh pada harga diri anak itu.

- 2) Keanggotaan kelompok. Individu yang merasa bahwa dirinya diterima oleh kelompoknya akan mengembangkan harga diri yang positif daripada individu yang merasa terasing dari kelompoknya.
- 3) Kepercayaan dan nilai yang dianut individu. Harga diri yang tinggi dicapai oleh individu apabila nilai dan kepercayaan yang ada dalam dirinya sesuai dengan kenyataan yang dialaminya sehari-hari.
- 4) Kematangan dan herediter. Individu yang tidak matang atau tidak sempurna secara fisik dapat memiliki perasaan yang negatif terhadap dirinya.

Coopersmith (Anindyajati & Karima, 2004) menjelaskan beberapa faktor yang dapat memengaruhi harga diri seseorang yaitu :

a. Penerimaan atau penghinaan terhadap diri

Harga diri yang tinggi dapat bersumber dari penghargaan dan penerimaan individu terhadap dirinya sendiri, tidak memandang rendah dirinya sendiri, serta mengenali keterbatasan dan potensi dalam dirinya dan mempunyai harapan untuk maju dan berkembang. Sebaliknya, individu yang cenderung menyendiri dan tidak puas akan dirinya sendiri akan mengakibatkan harga diri yang rendah dalam dirinya.

b. Kepemimpinan atau popularitas

Harga diri dipengaruhi oleh seberapa baik kemampuan seseorang membedakan dirinya dari orang lain dan lingkungannya sehingga individu dapat menerima dirinya sendiri serta mampu bersaing, membuktikan kepopulerannya serta kepemimpinannya.

c. Keluarga – Orangtua

Peran keluarga dan orangtua sangat berkontribusi besar dalam pembentukan harga diri seseorang. Hal itu dikarenakan keluarga merupakan lingkungan pertama dalam proses imitasi dan perasaan dihargai dalam keluarga sangat mempengaruhi harga diri seseorang.

d. Keterbukaan – Kecemasan

Harga diri dipengaruhi oleh seberapa terbuka individu dalam menerima nilai-nilai, keyakinan, moral, serta sikap dari seseorang maupun lingkungannya. Sebaliknya, individu yang merasa kecewa terhadap lingkungannya akan mengalami kecemasan.

2.3. Komunikasi Interpersonal

2.3.1. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah interaksi verbal dan nonverbal antara dua (atau kadang-kadang lebih dari dua) orang yang saling bergantung (DeVito, 2016). Gamble dan

Gamble (2014) mengemukakan pendapatnya bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses yang terus berubah selama kita berinteraksi dengan orang lain serta membentuk hubungan yang bersifat *dyadic* (berpasangan). Pendapat lain juga dikemukakan oleh Wood (2015) yang mengatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses transaksional dimana masing-masing pihak yang berkomunikasi secara simultan mendengarkan dan berbicara.

Wijaya (2013) mengatakan bahwa komunikasi Interpersonal merupakan komunikasi baik verbal maupun non verbal yang dilakukan secara tatap muka dan memungkinkan setiap orang menangkap reaksi dari orang lain secara langsung. Selanjutnya Hardjana (Suseno, 2009) juga berpendapat bahwa komunikasi interpersonal merupakan interaksi yang dilakukan secara tatap muka dimana pengirim pesan dapat menyampaikan pesan secara langsung dan penerima pesan dapat menanggapi pesan secara langsung.

Berdasarkan pemaparan beberapa tokoh yang ada maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses interaksi baik verbal maupun non verbal secara tatap muka antara dua orang atau lebih yang bersifat timbal balik dan memiliki bentuk serta konten komunikasi tertentu.

2.3.2. Aspek Komunikasi Interpersonal

Ada beberapa aspek dari komunikasi interpersonal menurut DeVito (2016) yaitu :

a. Aspek keterbukaan

Seberapa mampu seseorang mengungkapkan dirinya dan menceritakan informasi tentang dirinya kepada orang lain sebagaimana mestinya. Keterbukaan mencakup keinginan untuk mendengarkan orang lain secara terbuka dan jujur dalam bereaksi terhadap pesan orang lain.

b. Aspek Empati

Seberapa baik orang dapat memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain. Kemampuan seseorang untuk merasakan apa yang dialami orang lain dari sudut pandang orang itu tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri. Empati paling baik diekspresikan dengan dua cara yaitu berpikir empati dan merasakan empati.

c. Aspek Sikap Mendukung (*Supportiveness*)

Diwujudkan dengan memberikan tanggapan pesan secara deskriptif dan bukan evaluatif. Tanggapan yang deskriptif lebih objektif dan sesuai apa yang kita lihat dan rasakan daripada tanggapan yang bersifat evaluatif seperti menghakimi atau mengkritik

pesan yang disampaikan orang lain. sikap mendukung juga ditunjukkan dari komitmen masing-masing pihak untuk mendukung terselenggaranya interaksi secara terbuka.

d. Aspek sikap positif

Ditunjukkan seseorang dengan memberikan pesan positif seperti halnya pujian kepada orang lain yang menandakan penerimaan dan persetujuan terhadap orang tersebut.

e. Aspek kesetaraan

Mengacu pada seberapa baik kita berkomunikasi dengan orang lain yang berbeda dari diri kita sendiri misal memiliki jabatan lebih tinggi, lebih berpengetahuan, atau lebih efektif secara interpersonal. Sikap superioritas dalam berkomunikasi harus dihindari untuk menciptakan komunikasi interpersonal yang efektif.

Tokoh yang lain yaitu Rakhmat (2007) mengungkapkan ada tiga (3) aspek komunikasi interpersonal yaitu:

a. Konsep Diri

Pemahaman seseorang tentang dirinya sendiri yang berasal dari persepsi dan tanggapan yang berbeda-beda dari orang lain mengenai dirinya seiring dengan terjadinya proses interaksi dengan orang lain.

b. Atraksi Interpersonal

Bagaimana seseorang dapat menghadirkan dirinya dalam sebuah kelompok dengan latar belakang yang berbeda-beda dari orang-orang di dalamnya yang menumbuhkan sikap terbuka, empati, kedekatan, dan daya tarik fisik guna membangun kedekatan secara personal.

c. Hubungan Interpersonal

Interaksi seseorang dengan orang lain secara konsisten yang dapat menumbuhkan sikap suportif, sikap percaya, dan sikap terbuka.

Menurut Hartley (1999), terdapat dua (2) aspek dalam komunikasi interpersonal yang selalu muncul bergiliran selama proses komunikasi yaitu :

a. *Representation* (informasi)

Ketika kita berkomunikasi, kita menyampaikan beberapa pernyataan atau informasi mengenai segala sesuatu yang ada di sekitar kita.

b. *Presentation* (hubungan)

Ketika kita menyampaikan informasi kepada orang lain, kita mencerminkan hubungan yang kita jalin antara satu dengan lainnya dalam suatu cara komunikasi tertentu.

Berdasarkan beberapa aspek komunikasi interpersonal yang disampaikan oleh beberapa tokoh yang ada, maka aspek-aspek yang menurut DeVito (2016) yaitu aspek keterbukaan, empati, sikap positif, sikap mendukung, dan kesetaraan merupakan aspek-aspek yang paling tepat digunakan sebagai bahan pelatihan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini sebab aspek-aspek tersebut merupakan aspek-aspek yang paling sesuai dan praktis untuk diaplikasikan dan dilatihkan untuk remaja di panti asuhan.

2.3.3. Pengertian Pelatihan Komunikasi Interpersonal

Pelatihan menurut Mukijat (Murhadi & Karnawati, 2017) adalah suatu bentuk dari pendidikan yang mengajarkan keterampilan dengan menggunakan metode praktek daripada teori dan berlangsung dalam waktu yang relatif singkat Selain itu, Murhadi dan Karnawati (2017) juga menjelaskan bahwa pelatihan merupakan suatu program yang terencana dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan, membangun, dan meningkatkan pengetahuan individu sehingga dapat bekerja. Barry Chusway (Elfrianto, 2016) juga menjelaskan bahwa pelatihan merupakan proses memberikan pengetahuan dan mengajarkan keahlian yang diperlukan dan implementasi sikap kepada orang lain agar dapat melaksanakan tugasnya sesuai standar.

Berdasarkan pengertian para ahli tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan komunikasi interpersonal merupakan proses yang terencana untuk mengajarkan pengetahuan, keterampilan, serta pembinaan sikap berkomunikasi interpersonal kepada orang lain sesuai dengan aspek-aspeknya yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan dalam waktu yang relatif singkat agar orang tersebut dapat melakukan komunikasi interpersonal sesuai standar.

2.4. Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri

Lindenfield (Utomo & Harmiyanto, 2016) menjelaskan salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah komunikasi. Pelatihan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pelatihan komunikasi antar pribadi. Pelatihan Komunikasi antar pribadi

dipengaruhi oleh lima aspek menurut (DeVito, 2016) seperti keterbukaan, empati, sikap positif, dukungan dan kesetaraan.

Keterbukaan dalam komunikasi antar pribadi mencakup keinginan untuk mendengarkan secara terbuka dan bereaksi jujur terhadap pesan orang lain. Individu yang mengikuti pelatihan komunikasi antar pribadi diharapkan lebih mampu mengungkapkan informasi tentang dirinya dan mampu mendengar orang lain secara terbuka, sehingga mempengaruhi kepercayaan dirinya dibandingkan sebelum mengikuti pelatihan. Hal ini dibuktikan oleh hasil penelitian Rahmawati (2015) dan Maharani & Hikmah (2015) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara keterbukaan dan kepercayaan diri.

Empati dalam komunikasi antar pribadi menunjukkan perasaan dengan kepekaan yang diberikan individu dengan individu lain. Melalui pelatihan komunikasi antar pribadi ini individu mampu menangkap arti perasaan orang lain, sehingga terjalin komunikasi yang hangat serta meningkatkan rasa percaya diri dalam kepedulian sosial. Hal ini dibuktikan oleh hasil penelitian Tiyas (2017) bahwa terdapat pengaruh yang signifikan empati terhadap kepercayaan diri.

Sikap positif dalam komunikasi antar pribadi merupakan perasaan positif yang ada didalam diri sendiri, yang memberikan dorongan kepada individu lain sehingga mampu menciptakan kondisi yang efektif dalam berkomunikasi serta mampu menunjukkan sikap rasa percaya diri kepada individu lain. Hal ini dibuktikan oleh hasil penelitian Amri (2018) mengatakan terdapat pengaruh yang signifikan sikap positif terhadap kepercayaan diri.

Dukungan dalam komunikasi antar pribadi menunjukkan sikap suportif yang fleksibel saat komunikasi, dimana saling mendengarkan satu dengan yang lain serta berbagi ide dan pendapat. Individu yang mengikuti pelatihan komunikasi antar pribadi mampu percaya diri dalam menyampaikan pendapat dan ide serta saling memberikan respon yang positif kepada individu lain. Hasil penelitian Evitasari (2016) juga menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dukungan terhadap kepercayaan diri.

Kesetaraan dalam komunikasi antar pribadi menunjukkan pengakuan antara dua pihak yang saling berkomunikasi, saling menghargai, berguna dan mempunyai sesuatu ide, pendapat sehingga adanya rasa kepercayaan diri yang disumbangkan. Hasil penelitian Nurlis (2008) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kesetaraan dan kepercayaan diri.

Hasil penelitian sebelumnya juga menguatkan adanya hubungan komunikasi interpersonal dengan kepercayaan diri yaitu penelitian yang dilakukan Utomo & Harmiyanto (2016) dan Prasetya (2016) bahwa keterampilan komunikasi interpersonal dengan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif.

2.4. Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Harga Diri

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap harga diri menurut Frey & Carlock (Anindyajati & Karima, 2004) adalah interaksi dengan orang lain/sosial atau disebut juga interaksi interpersonal. Thibaut dan Kelley (Yunistiati, Djalali, & Farid, 2014) menyatakan bahwa interaksi social merupakan suatu peristiwa yang terjadi ketika dua orang atau lebih hadir bersama dimana terjadi saling berkomunikasi dan mempengaruhi satu sama lain sehingga menciptakan suatu hasil. Pengertian ini mengandung komponen utama yaitu adanya hasil yang diciptakan satu sama lain yang berupa komunikasi. Selanjutnya, DeVito (2016) juga menegaskan bahwa interaksi baik verbal maupun non verbal yang dilakukan antara dua orang atau lebih yang saling bergantung disebut komunikasi interpersonal.

Komunikasi interpersonal sendiri memiliki beberapa aspek menurut DeVito (2016), yaitu aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan terakhir aspek kesetaraan. Aspek pertama yaitu keterbukaan. Keterbukaan akan mendorong seseorang untuk jujur dalam mengungkapkan informasi mengenai dirinya yang sebenarnya, apa yang dia pikirkan dan apa yang dia rasakan (DeVito, 2016). Gamble dan Gamble (2014) juga menjelaskan bahwa kesadaran akan diri kita ini akan membentuk jati diri seseorang. Pembentukan jati diri ini dapat terjadi ketika kita melakukan komunikasi interpersonal dengan seseorang dari konteks yang berbeda dan selanjutnya dapat mencari tahu apa yang disukai atau tidak sukai (Gamble & Gamble, 2014). Kesadaran akan diri yang terkandung pada aspek keterbukaan tersebut dapat meningkatkan pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri yang juga dapat meningkatkan perasaan diri yang otentik dalam dirinya. Perasaan diri yang otentik yang dimiliki tersebut membuat remaja memiliki harga diri yang tinggi (Stets & Burke, 2014).

Aspek kedua dari komunikasi interpersonal yaitu empati. Empati merupakan kemampuan seseorang dalam memikirkan dan merasakan apa yang dialami oleh orang lain (DeVito, 2016). Menurut Goleman, seseorang yang memiliki kemampuan empati yang baik pasti memiliki keterbukaan terhadap emosi-emosi atau perasaan yang ada dalam dirinya untuk dapat memahami emosi atau perasaan orang lain (Irawati, 2015). Jika seseorang berempati terhadap orang lain, maka orang tersebut sudah terlebih dahulu menerima emosi-emosi atau perasaan yang ada dalam dirinya sendiri. Penerimaan ini akan mengarah kepada penerimaan diri sendiri (*self-acceptance*) yang kemudian akan meningkatkan harga diri seseorang (Stets & Burke, 2014).

Aspek ketiga dari komunikasi interpersonal yaitu sikap mendukung. Masturi (2010) menyatakan bahwa salah satu faktor yang menumbuhkan relasi sosial yang baik dalam komunikasi empatik adalah sikap mendukung, yaitu sikap yang mengurangi sikap defensif

dalam komunikasi. Sikap mendukung dalam komunikasi dapat menumbuhkan relasi sosial yang baik. Relasi sosial secara umum akan melibatkan interaksi sosial yang merupakan salah satu faktor dari harga diri (Carlock, 1999). Jika interaksi sosial terjalin baik karena adanya sikap mendukung dalam komunikasi, maka harga diri pun akan meningkat.

Aspek keempat dari komunikasi interpersonal yaitu sikap positif. Sikap positif dapat ditunjukkan dengan penggunaan pesan positif misalnya dengan memuji menerima dan memberikan persetujuan (DeVito, 2016). Sikap positif seperti memuji orang lain menunjukkan penilaian positif yang diberikan kepada orang lain. Sari, Rejeki dan Mujab (2006) menjelaskan bahwa penilaian positif kepada orang lain diawali dari kesediaan individu menerima dirinya sendiri dan memiliki penilaian yang positif terhadap diri sendiri. Orang yang menilai orang lain secara positif juga memiliki penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri. Penilaian positif yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri tersebut mengacu pada harga diri yang positif dalam diri individu (Baron & Bryne, 2004). Penerimaan diri sendiri pada individu yang mampu memberi penilaian positif kepada orang lain ini juga mencerminkan harga diri yang positif dalam diri individu (Coopersmith dalam Henggaryadi, 2012).

Aspek ke lima (5) dari komunikasi interpersonal yaitu kesetaraan. Kesetaraan mengacu pada sikap atau pendekatan yang memperlakukan setiap orang sebagai kontributor penting dan vital dalam berinteraksi (DeVito, 2016). Situasi kesetaraan dalam komunikasi harus menghindari sikap superioritas. Seseorang yang mampu berkomunikasi dalam suasana kesetaraan akan mampu berkomunikasi dengan orang yang berbeda peran dan posisi strukturalnya yang juga berarti memiliki kemampuan untuk memengaruhi lingkungannya. Kemampuan untuk memengaruhi lingkungannya ini akan meningkatkan perasaan efikasi diri dalam diri seseorang (Gecas, 1989). Orang yang mampu berkomunikasi dalam suasana kesetaraan juga berarti memiliki perasaan efikasi diri yang baik dan maka harga diri pada orang tersebut juga akan tinggi (Stets & Burke, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Bagaswuri dan Indrawati (2018) menemukan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan positif yang signifikan dengan harga diri.

2.5. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ada dua yaitu:

- a. Ada pengaruh antara pelatihan komunikasi interpersonal dengan kepercayaan diri. Setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal maka kepercayaan diri akan lebih tinggi jika dibandingkan sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Jika

hypothesis diterima maka pelatihan komunikasi interpersonal ini efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri.

- b. Ada pengaruh antara pelatihan komunikasi interpersonal dengan harga diri. Setelah mengikuti pelatihan interpersonal maka harga diri akan lebih tinggi jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Jika hypothesis diterima maka pelatihan komunikasi interpersonal ini efektif untuk meningkatkan harga diri.

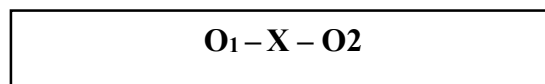
BAB 3

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experiment*, khususnya pada *pre-experimental research*. Thyer (2012) menjelaskan bahwa *pre-experimental research* merupakan jenis penelitian yang hanya melibatkan sekelompok tunggal subjek penelitian sebagai fokus penelitian yang menerima perlakuan.

Desain *pre-experimental research* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan desain *the one-group pretest–posttest design*. *The one-group pretest–posttest design* ini dilakukan dengan menilai respon peserta pelatihan dua kali yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pemberian intervensi atau perlakuan dengan cara yang sama persis. Respon peserta pelatihan setelah pemberian intervensi (*posttest*) ini kemudian dibandingkan dengan respon peserta sebelum pemberian intervensi (*pretest*) untuk mengetahui apakah ada perubahan seperti peningkatan atau penurunan, atau justru tidak ada perubahan sama sekali baik sebelum maupun setelah diberikan intervensi (Thyer, 2012). Adapun desain experimennya adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1. Rancangan Pelatihan *The One-Group Pretest–Posttest Design*.

Keterangan :

- Q1 : Pretest
- a. Tes Kepercayaan Diri
 - b. Tes Harga Diri

- X : Pelatihan Komunikasi Interpersonal
- Q2 : Posttest
- a. Tes Kepercayaan Diri
 - b. Tes Harga Diri
 - c. Angket Evaluasi Pelatihan

Dalam pelatihan ini ada beberapa tahap yang dilakukan. Pertama, sebelum melakukan pelatihan, peserta pelatihan diminta untuk mengisi lembar pre-test yang berisi Tes Kepercayaan diri dan Tes Harga Diri. Kedua, pelaksanaan Pelatihan Komunikasi Interpersonal selama empat (4) jam dengan materi keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Ketiga, pada akhir pelatihan, para peserta diminta untuk mengisi angket evaluasi pelatihan. Angket evaluasi pelatihan diberikan untuk mengetahui evaluasi pelatihan dari sudut pandang peserta pelatihan.. Evaluasi pelatihan berisi evaluasi tentang isi/materi, pelatih, sarana, dan pelaksanaannya Selain angket evaluasi pelatihan, peserta pelatihan juga diminta untuk mengisi sekali lagi Tes Kepercayaan Diri dan Tes Harga Diri dengan soal yang sama, yang telah diberikan sebelum pelatihan dimulai.

3.2. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini ada tiga (3) variable yang digunakan yaitu satu variabel bebas (Pelatihan Komunikasi Interpersonal) dan dua variabel tergantung (Kepercayaan Diri dan Harga Diri). Marczyk, DeMatteo, dan Festinger (2005) menjelaskan bahwa variabel bebas merupakan faktor yang dapat dikontrol atau dimanipulasi sendiri oleh peneliti. Variabel bebas dilibatkan untuk meneliti pengaruhnya pada variabel tergantung (Marczyk dkk., 2005). Variabel tergantung merupakan variabel yang menentukan seberapa besar pengaruh dari variabel bebas. Lebih lanjut, Marczyk dkk menjelaskan bahwa variabel ini disebut “tergantung” sebab dipengaruhi oleh variabel bebas.

3.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian

a. Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan proses interaksi baik verbal maupun non verbal secara tatap muka antara dua orang atau lebih yang bersifat timbal balik dan memiliki bentuk serta konten komunikasi tertentu. Komunikasi interpersonal memiliki lima aspek yaitu aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Aspek-aspek tersebut kemudian akan dijadikan sebagai bahan pelatihan yang disusun dalam bentuk

modul pelatihan komunikasi interpersonal yang berjudul “Speak Out”. Modul pelatihan komunikasi interpersonal ini terdiri dari dua sesi yaitu sesi pertama berjudul “Talk it out” dan sesi kedua berjudul “Rasa Mu-Rasa Ku”. Terdapat dua aktivitas dalam setiap sesi tersebut yaitu “Aktivitas 1” dan “Aktivitas 2”. Pelatihan ini berlangsung selama 4 (empat) jam.

b. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian yang sangat penting bagi remaja agar remaja memiliki keyakinan yang penuh optimisme dan apresiasi terhadap kelebihan yang dimiliki berupa keterampilan dan kemampuan agar dapat memutuskan segala sesuatu dan mampu mencapai tujuan yang maksimal. Aspek-aspek dalam kepercayaan diri yaitu aspek keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab dan rasional merupakan aspek-aspek yang akan digunakan dalam penyusunan skala kepercayaan diri. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka akan semakin tinggi pula kepercayaan dirinya.

c. Harga Diri

Harga diri (*self esteem*) merupakan sikap dan keyakinan terhadap diri sendiri berdasarkan keterampilan, kemampuan, keberhasilan, serta hubungan sosial yang dimiliki sehingga menimbulkan reaksi emosional berupa penerimaan atau penolakan dalam diri sendiri. Tiga dimensi dalam harga diri yaitu perasaan keberhargaan diri (*sense of self-worth*), perasaan efikasi diri (*sense of self-efficacy*), dan perasaan diri yang otentik (*sense of authenticity*) merupakan dimensi-dimensi yang akan dijadikan sebagai bahan penyusunan skala pengukuran harga diri. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka akan semakin tinggi pula harga dirinya.

3.4. Subjek Penelitian

Populasi merupakan sekelompok individu yang menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian (Marczyk, DeMatteo, dan Festinger, 2005). Populasi dalam penelitian eksperimen ini adalah remaja perempuan panti asuhan yang berusia 16 – 18 tahun yang tinggal di panti asuhan Santo Thomas Bergas dan sedang menempuk pendidikan di SMK dan bersedia untuk mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dari awal sampai akhir. Dari 23 orang yang tinggal di Panti Asuhan terdiri dari 22 perempuan dan 1 (satu) laki-laki. Hanya 18 orang

perempuan yang bersedia mengikuti seluruh agenda pelatihan dan kesemuanya dijadikan subyek penelitian.

3.5. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan alat ukur berupa skala kepercayaan diri dan skala harga diri yang disusun berdasarkan model skala Likert. Joshi, Kale, Chandel, dan Pal (2015) mengatakan bahwa skala Likert merupakan jenis skala untuk mengukur pendapat atau persepsi individu mengenai suatu variabel tertentu yang diimplementasikan dalam beberapa item/ Pernyataan. Skala kepercayaan diri dan skala harga diri ini nantinya akan digunakan sebagai alat ukur pengumpulan data *pretest* dan *posttest* dalam penelitian ini.

Skala Likert yang digunakan untuk penyusunan skala kepercayaan diri dan harga diri ini adalah skala likert yang berjenis asimetris dimana sisi netralitas dari jawaban responden tidak dipertimbangkan. Skala kepercayaan diri dan harga diri dalam penelitian ini hanya memuat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Menurut Widoyoko (2017) skala Likert memiliki dua jenis item pernyataan di dalamnya yaitu item-item *favorable* (bersifat positif) dan item-item *unfavorable* (bersifat negatif). Item-item *favorable* dalam skala kepercayaan diri dan harga diri dimulai dari skor 1 sampai 4, sedangkan item-item *unfavorable*-nya dimulai dari skor 4 sampai 1.

Skala kepercayaan diri pada penelitian ini terdiri dari 20 item yang disusun berdasarkan lima aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab, serta rasional. 20 item tersebut semuanya hanya bersifat *favorable*. Berikut *blue print* skala kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel 3.1 di bawah ini:

Tabel 3.1. *Blueprint* Skala Kepercayaan Diri

No	Aspek	Item		Total
		Favorable	Unfavorable	
1.	Kayakinanan akan kemampuan diri	4	-	4
2.	Optimisme	4	-	4
3.	Objektif	4	-	4
4.	Bertanggung jawab	4	-	4
5.	Rasional	4	-	4

Total	20	0	20
-------	----	---	----

Skala harga diri dalam penelitian ini yang terdiri dari tiga dimensi yaitu perasaan keberhargaan diri, perasaan efikasi diri, dan perasaan diri yang otentik diimplementasikan ke dalam 15 item pernyataan yang juga terdiri dari beberapa item *favorable* dan beberapa item *unfavorable*. Berikut *blueprint* dari skala harga diri dapat dilihat pada tabel 3.2 dibawah ini :

Tabel 3.2. *Blueprint* Skala Harga Diri

Aspek / Dimensi	Item Favorable	Item Unfavorable	Jumlah
Perasaan Keberhargaan Diri (<i>sense of self-worth</i>)	4	1	5
Perasaan Efikasi Diri (<i>sense of self-efficacy</i>)	3	2	5
Perasaan Diri Yang Otentik (<i>sense of authenticity</i>)	4	1	5
Jumlah	11	4	15

Kedua skala dalam penelitian ini yaitu skala kepercayaan diri dan skala harga diri tersebut diuji cobakan terhadap sampel remaja yang memiliki karakteristik serupa dengan subjek penelitian ini yaitu remaja yang sedang menempuk pendidikan di SMK, berusia 16.-18 tahun. Skala harga diri yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya ini akan digunakan sebagai alat ukur pengumpulan data *pretest* dan *posttest* harga diri subjek penelitian eksperimen ini.

3.6. Rancangan Eksperimen

3.6.1. Prosedur Pelaksanaan

Susunan tahapan prosedur pelaksanaan pada penelitian eksperimen ini yaitu sebagai berikut :

a. Persiapan

Peneliti melakukan Training Needs Analysis (TNA) terhadap remaja di panti asuhan X untuk mengetahui permasalahan yang berhubungan dengan kepercayaan diri dan harga diri remaja di panti asuhan tersebut, melakukan kajian faktor-faktor yang mempengaruhiny ada dan menentukan bahwa komunikasi interpersonal adalah

salah satu waktor yang menghambat pada subyek. Setelah itu ditentukan bahwa intervensi akan dilakukan melalui Pelatihan Komunikasi Interpersonal.

- 1) Peneliti menyusun modul pelatihan komunikasi interpersonal yang terdiri dari :
 - a. Pemilihan judul untuk modul pelatihan yaitu “Speak Out”
 - b. Pembuatan konsep dasar komunikasi interpersonal
 - c. Pembuatan sesi-sesi dalam modul pelatihan yaitu sesi “Talk It Out” dan sesi “Rasa Mu-Rasa Ku”
 - 2) Validasi isi modul oleh para pakar yang berkompeten (*expert judgement*).
 - 3) Pemilihan *trainer* / pelatih bagi pelatihan komunikasi interpersonal yang terdiri dari dosen dan dua mahasiswa sarjana psikologi Unika Soegijapranata yang sedang mengambil skripsi.
 - 4) Pembuatan kesepakatan jadwal dengan pihak panti asuhan untuk pengambilan data *pretest* kepercayaan diri dan harga diri, pelatihan, *action plan*, *follow up*, pengambilan data *posttest* kepercayaan diri dan harga diri subjek penelitian, serta evaluasi akhir pelatihan.
 - 5) Penyusunan matriks atau susunan acara pelatihan komunikasi interpersonal menurut waktu yang telah disepakati bersama dengan pihak panti asuhan.
 - 6) Pengisian *informed consent* oleh subjek penelitian sebagai persetujuannya mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dari awal sampai akhir.
 - 7) Pengisian skala kepercayaan diri dan harga diri oleh subjek penelitian yang akan digunakan sebagai data *pretest* dalam penelitian eksperimen ini sebelum subjek mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal.
- b. Pelaksanaan
- 1) Persiapan pelatihan komunikasi interpersonal oleh peneliti di panti asuhan X pada hari dan jam yang sudah disepakati bersama yang meliputi :
 - a. Pengecekan perlengkapan yang dibutuhkan untuk pelatihan seperti laptop, sound system, *file* presentasi pelatihan, mic, lcd proyektor, modul pelatihan untuk peserta, serta kertas-kertas misi untuk permainan komunikasi kata gaya (sesi “Rasa Mu- Rasa Ku”)
 - b. *Setting* ruangan dan posisi duduk subjek penelitian
 - c. Pembagian modul pelatihan komunikasi interpersonal kepada seluruh subjek penelitian

- 2) Pelaksanaan pelatihan komunikasi interpersonal yang diberikan kepada seluruh subjek penelitian sesuai dengan modul pelatihan komunikasi interpersonal dan matriks yang ada.
 - 3) Penyusunan daftar rencana-rencana perilaku (*action plans*) oleh subjek penelitian yang disesuaikan dengan aspek-aspek dalam komunikasi interpersonal yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan (DeVito, 2016) menurut kesanggupan masing-masing untuk dilakukan dalam waktu satu bulan setelah pembuatannya. Daftar *action plans* tadi ditulis di lembar HVS polos yang dibagikan kepada subjek penelitian, dan proses pembuatannya dibimbing oleh *trainer*.
 - 4) Penerapan *action plans* yang telah dibuat oleh masing-masing subjek penelitian selama jangka waktu satu bulan setelah pembuatan *action plans* tadi.
 - 5) *Follow up* hasil *action plans* oleh subjek penelitian yang dibimbing oleh *trainer* dengan cara memberi tanda centang (*checklist*) pada kolom realisasi yang dibuat di kertas HVS di samping daftar rencana perilaku apabila rencana perilaku tersebut berhasil dilakukan oleh subjek, dan memberi catatan evaluasi pada masing-masing rencana perilaku yang telah berhasil dilakukan subjek tersebut dalam waktu satu bulan tadi.
- c. Evaluasi
- 1) Pengisian lembar evaluasi akhir pelatihan komunikasi interpersonal oleh subjek penelitian yang meliputi : isi pelatihan, fasilitas / sarana prasarana, fasilitator / pelatih, pelaksanaan pelatihan, beserta usul dan saran.
 - 2) Pengisian skala kepercayaan diri dan harga diri oleh subjek penelitian sebagai pengumpulan data *posttest* kepercayaan diri dan harga diri subjek penelitian sesudah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal.

3.6.2 Perlengkapan dan Peralatan Pelatihan Komunikasi Interpersonal

Untuk menyelenggarakan pelatihan komunikasi interpersonal, ada beberapa peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan, yaitu:

- a. Lembar pretest skala kepercayaan diri dan harga diri
- b. Lembar posttest skala kepercayaan diri dan harga diri
- c. *Informed consent*
- d. Kertas HVS polos (digunakan untuk lembar *action plan* dan *follow up*)

- e. Ruang aula
- f. Karpet
- g. Alat tulis
- h. Sound system
- i. LCD proyektor
- j. Microphone
- k. Modul pelatihan komunikasi interpersonal “Speak Out”
- l. Kertas-kertas misi komunikasi kata gaya
- m. Lembar evaluasi akhir pelatihan yang meliputi : isi pelatihan, fasilitas / sarana prasarana, fasilitator / pelatih, pelaksanaan pelatihan, beserta usul dan saran

3.7. Metode Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis nonparametrik. Menurut Hidayat dan Istiadah (2011), analisis non parametrik memiliki ciri yaitu distribusi data tidak diketahui atau tidak normal. Junaidi (2010) menjelaskan bahwa data yang tidak memenuhi asumsi normalitas ini pada dasarnya berjumlah kecil yaitu kurang dari 30 subjek. Pada penelitian eksperimen ini, jumlah sampel yang tersedia adalah 18 orang sehingga data diasumsikan tidak berdistribusi normal.

Teknik analisis nonparametrik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *Wilcoxon Signed Rank Test* pada SPSS. Hidayat dan Istiadah (2011) mengatakan bahwa *Wilcoxon Signed Rank Test* merupakan teknik untuk melakukan uji beda pada dua sampel yang berpasangan apakah kedua sampel tersebut memiliki rata-rata yang secara nyata berbeda atau tidak. Teknik Wilcoxon dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan data kepercayaan diri dan harga diri sebelum dan sesudah subjek mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal.

Hidayat dan Istiadah (2011) juga menjelaskan Wilcoxon tidak hanya menguji perbedaan antara kedua sampel yang berpasangan, namun juga mencari perbedaan skor yang diperoleh antara keduanya yang kemudian disusun dalam suatu peringkat mulai dari skor terkecil hingga skor tertinggi (*rank order*). Analisis Wilcoxon yang akan digunakan dalam penelitian ini juga dapat mengetahui apakah terdapat peningkatan skor kepercayaan diri dan harga diri subjek setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dengan melihat perbedaan skor antara data kepercayaan diri dan harga diri sebelum (*pretest*) dan data harga diri sesudah pelatihan (*posttest*).

Signifikansi nilai peningkatan yang terjadi antara *pretest* dan *posttest* data harga diri tersebut juga ditunjukkan oleh nilai *p value* (*Asymp. Sig 2 tailed*). Nilai *p value* yang dihasilkan pada tabel Wilcoxon tersebut akan dibagi dua terlebih dahulu karena hipotesis dalam penelitian ini merupakan hipotesis satu arah (*one tailed*) baru kemudian dibandingkan dengan taraf signifikansi 0.05. Jika nilai *p value* yang telah dibagi dua tersebut kurang dari 0.05 maka nilai peningkatan yang ditunjukkan tersebut berarti signifikan, namun jika nilai tersebut lebih dari 0.05, maka nilai peningkatan tersebut berarti tidak signifikan (Hidayat & Istiadah, 2011). Apabila nilai *p value* yang telah dibagi dua tersebut terbukti signifikan, maka hipotesis dalam penelitian ini diterima.

BAB 4

HASIL PENELITIAN

4.1. Orientasi Kancan Penelitian

Penelitian ini mengambil tempat di Panti Asuhan X. Panti Asuhan. Sejak didirikannya Panti Asuhan X sudah ditempati kurang lebih empat (4) tahun. Panti asuhan ini khusus untuk menampung anak-anak remaja yang duduk di jenjang pendidikan SMK. Remaja di panti asuhan itu diasuh oleh seorang suster yang menjadi kepala di panti asuhan tersebut yang bernama Sr. Floren, serta terdapat satu suster lainnya sebagai pendamping. Jumlah keseluruhan remaja yang menempati panti asuhan Santo Thomas Bergas adalah 23 remaja yang diantaranya terdapat 22 remaja perempuan, dan satu remaja laki-laki. Remaja tersebut berasal dari berbagai suku dan agama, namun mayoritas remaja tersebut beragama katolik.

Terdapat beberapa fasilitas yang ada di Panti asuhan Santo Thomas Bergas yaitu diantaranya aula yang serbaguna, kamar tidur, kamar mandi, serta ruang makan. Para remaja biasanya belajar di aula dan menyimpan semua buku-buku mereka di setiap meja yang telah disediakan untuk tiap remaja di aula tersebut. Ruang makan biasanya digunakan remaja untuk makan bersama, sebab bentuk ruang makan ini seperti koridor dengan meja yang panjang serta terdapat deretan tempat mencuci tangan di samping meja makan tersebut. Beberapa kamar mandi juga disediakan dekat di seberang kamar tidur para remaja. Masing-masing kamar tidur para remaja panti asuhan ini diisi oleh lebih dari dua orang remaja di dalamnya. Ruangan kedua suster yang ada di panti asuhan ini berada di sebelah kamar para remaja tersebut.

Remaja yang berasal dari latar belakang yang berbeda-beda di panti asuhan Santo Thomas Bergas ini juga memiliki permasalahan yang beragam. Mereka berasal dari Nusa Tenggara Timur (NTT), Nias, Kalimantan, Papua, dan Jawa.

4.2. Persiapan Pengumpulan Data

Peneliti melakukan persiapan pengumpulan data yang dimulai dari penyusunan alat ukur yang meliputi kepercayaan diri, harga diri serta modul pelatihan komunikasi interpersonal. mengurus perijinan penelitian di panti asuhan X.

4.2.1. Penyusunan Alat Ukur

a. Kepercayaan Diri

Alat ukur kepercayaan diri yang berbentuk skala Likert berdasarkan lima aspek kepercayaan diri yaitu keyakinan akan kemampuan diri, optimisme, objektif, bertanggung jawab, serta rasional (Lauster, 2002). Masing-masing aspek terdiri dari 4 item pernyataan positif/*favorable* yang dapat dilihat di table 4.1.

Tabel 4.1. Persebaran Item-item Skala Kepercayaan Diri

Aspek- aspek Kepercayaan diri	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Tanggung Jawab	1,2,3,4	-	4
Rasional	6,5,7,8	-	4
Optimis	9,10,11,12	-	4
Obyektif	13,14,15,16	-	4
Keyakinan akan kemampuan diri	17, 18,19,20	-	4
Total	20	0	20

b. Harga Diri

Alat ukur harga diri yang berbentuk skala Likert berdasarkan ketiga dimensi harga diri yaitu perasaan keberhargaan diri (*sense of self-worth*), perasaan efikasi diri (*sense of self-efficacy*), serta perasaan diri yang otentik (*sense of authenticity*) (Stets & Burke, 2014). Masing-masing aspek terdiri dari 5 item pernyataan positif/*favorable* dan *negative/unfavorable* yang dapat dilihat di table 4.2.

Tabel 4.2. Persebaran Item-item Skala Harga Diri

Dimensi-dimensi Harga Diri	Nomor Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Perasaan keberhargaan diri	1, 3, 5, 14	7	5
Perasaan efikasi diri	2, 6, 11	4, 13	5
Perasaan diri yang otentik	8, 9, 10, 15	12	5

Total	11	4	15
--------------	-----------	----------	-----------

c. Modul Pelatihan Komunikasi Interpersonal

Modul pelatihan komunikasi interpersonal dalam penelitian ini disusun berdasarkan lima aspek komunikasi interpersonal yang efektif menurut DeVito (2016) yaitu aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Judul yang diberikan peneliti untuk modul pelatihan komunikasi interpersonal ini yaitu “Speak Out”. Modul pelatihan ini memiliki beberapa bagian yaitu bagian awal yang berisi konsep dasar komunikasi interpersonal, tujuan pelatihan, serta rancangan pelatihan. Bagian kedua yang merupakan sesi “Talk it out” yang menekankan aspek sikap mendukung dan sikap positif dengan penerapannya. Bagian terakhir yaitu sesi “Rasa Mu-Rasa Ku” yang mengandung aspek keterbukaan, empati, dan kesetaraan dalam komunikasi interpersonal dengan penerapannya. Sesi “Talk it out” dan sesi “Rasa Mu-Rasa Ku” tersebut masing-masing terdiri dari dua aktivitas yaitu “Aktivitas 1” dan “Aktivitas 2”.

4.2.2. Perijinan Penelitian

Peneliti juga melakukan perijinan untuk melakukan penelitian ke Panti Asuhan X. Surat permohonan izin ditandatangani oleh Dekan Fakultas Psikologi, Unika Soegijapranata.

4.3. Validitas Modul Pelatihan

Validitas berbicara mengenai seberapa baik suatu tes atau instrumen pengukuran tertentu dapat mengukur atau mendekati mengukur apa yang seharusnya diukur (Marczyk, DeMatteo, & Festinger, 2005). Pengujian validitas pada penelitian ini dilakukan terhadap skala kepercayaan diri, skala harga diri, serta modul pelatihan komunikasi interpersonal. Berikut hasil pengujian validitas Modul Pelatihan Komunikasi Interpersonal.

Jenis pengujian validitas modul pelatihan komunikasi interpersonal ini adalah validitas isi. Hendryadi (2017) menjelaskan bahwa validitas isi merupakan validitas yang berasal dari seberapa layak atau seberapa relevan isi tes (pada penelitian ini yaitu modul komunikasi interpersonal) dengan konsep yang diaplikasikan pada tes tersebut. Lebih lanjut, Hendryadi menjelaskan bahwa uji validitas isi ini dilakukan oleh para pakar yang berkompeten melalui analisis rasional mereka (*expert judgement*). Para pakar yang berkompeten dalam penelitian eksperimen ini terdiri dari enam orang dosen Fakultas Psikologi, Unika Soegijapranata.

Enam dosen tersebut akan melakukan uji validitas terhadap modul komunikasi interpersonal menggunakan koefisien Aiken’s V. Hendryadi (2017) mengatakan bahwa

koefisien Aiken's V digunakan untuk mengukur peringkat setiap item yang ada dalam suatu alat ukur atau tes (pada penelitian ini yaitu modul komunikasi interpersonal). Peringkat yang diberikan oleh para pakar tersebut memiliki rentang skor 1 sampai 5 yang berjalan mulai dari sangat tidak relevan sampai sangat relevan. Peringkat tersebut diberikan pada bagian awal modul pelatihan komunikasi interpersonal yang berisi konsep dasar, yaitu seberapa sesuai konsep dasar yang dipaparkan dengan teori komunikasi interpersonal yang berlaku, kemudian tujuan, serta rancangan pelatihan. Peringkat selanjutnya diberikan pada bagian sesi pertama dari modul pelatihan komunikasi interpersonal yang berjudul "Talk it out" dimana di dalam sesi ini terdiri dari beberapa item yaitu tujuan, instruksi praktis, serta agenda kegiatan. Terakhir, peringkat diberikan pada bagian sesi kedua dari modul pelatihan komunikasi interpersonal yang berjudul "Rasa Mu- Rasa Ku" yang juga terdiri dari beberapa item yaitu tujuan, instruksi praktis, dan agenda kegiatan.

Peringkat yang telah diberikan oleh keenam pakar tersebut terhadap modul komunikasi interpersonal kemudian dianalisis menggunakan rumus Aiken's V untuk mengetahui validitasnya. Rumus Aiken's V yaitu $V = \sum S / [n(C-1)]$, dengan $S = R - Lo$. Rincian keterangan rumus tersebut yaitu R merupakan angka peringkat yang diberikan oleh pakar yang menilai modul ini, Lo merupakan peringkat terendah yang diberikan terhadap modul ini yaitu 1, n merupakan jumlah pakar yang memberikan peringkat dalam modul ini yaitu 6, dan C merupakan peringkat tertinggi yang diberikan terhadap modul ini yaitu 5.

Berdasarkan rumus koefisien Aiken's V tersebut maka peneliti mendapatkan validitas isi modul komunikasi interpersonal secara keseluruhan memiliki rata-rata koefisien Aiken's V sebesar 0.65. Validitas isi modul dengan koefisien Aiken's V tersebut memiliki rincian yaitu pada item konsep dasar sebesar 0.83, item tujuan sebesar 0.75, dan item rancangan pelatihan sebesar 0.54. Rincian rata-rata validitas isi dengan koefisien Aiken's V pada aktivitas 1 dan aktivitas 2 dalam sesi "Talk it out" sebesar 0.62 dan dalam sesi "Rasa Mu- Rasa Ku" sebesar 0.65. Hendryadi (2017) mengatakan bahwa koefisien Aiken's V memiliki rentang koefisien dari 0 sampai 1. Azwar (dikutip oleh Cahyani, 2019) mengatakan bahwa item-item yang dikatakan valid adalah item-item yang memiliki koefisien Aiken's V sama dengan atau di atas 0.30. Koefisien Aiken's V modul pelatihan komunikasi interpersonal secara keseluruhan ini berada di atas 0.30, dan koefisien Aiken's V pada masing-masing item di dalam modul ini juga berada di atas 0.30. Oleh sebab itu, modul pelatihan komunikasi interpersonal ini dapat dikatakan valid serta memadai untuk dipakai sebagai bahan pelatihan komunikasi interpersonal.

4.4. Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian

Pengumpulan data penelitian ini melalui beberapa tahapan yaitu dimulai dari pengambilan data *pretest* yang berisi pengisian: a). Tes Pengetahuan Komunikasi Interpersonal; b) Skala kepercayaan diri; dan c). Skala Harga Diri sebelum subjek mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Setelah mengisi *pretest*, subjek mengikuti Pelatihan Komunikasi interpersonal (dalam pelatihan ini subject juga dipandu untuk membuat *action plans* yang akan dijalankan selama sebulan). Pada akhir pelatihan dilakukan *posttest*, yaitu melakukan pengisian: a). Tes Pengetahuan Komunikasi Interpersonal; b) Skala kepercayaan diri; c). Skala Harga Diri, dan d) Skala Evaluasi Akhir Pelatihan. Proses pengumpulan data penelitian tersebut memakan waktu selama dua bulan yang dimulai dari akhir November 2019 sampai awal Januari 2020. Rincian jadwal proses pengumpulan data penelitian dapat dilihat pada Tabel 4.4.1 di bawah ini:

Tabel 4.4.1 Rincian Jadwal Proses Pengumpulan Data Penelitian

Sabtu, 23 November 2019			
No	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1.	Pengisian skala <i>pretest</i> harga diri	Pukul 18.30 – 19.00	Pengumpulan data <i>pretest</i>
Minggu, 24 November 2019			
No	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1.	Doa Pembuka	Pukul 08.45-08.50	-
2.	Semangat Pagi	Pukul 08.50-09.00	Menstimulasi reaksi positif subjek terhadap pelatihan
Sesi 1 : Talk It Out			
3.	Aktivitas 1	Pukul 09.00-10.00	Mengenal subjek dan pelatih serta menyebarkan semangat
4.	Aktivitas 2	Pukul 10.00-11.30	Mengenal elemen-elemen serta aspek sikap mendukung dan sikap positif serta penerapannya
Sesi 2 : Rasa Mu – Rasa Ku			
5.	Aktivitas 1	Pukul 11.30-11.45	Membangkitkan semangat subjek melalui <i>ice breaking</i>
6.	Aktivitas 2	Pukul 11.45-13.30	Mengenal keterbukaan, empati, dan kesetaraan dalam

			komunikasi serta penerapannya
Minggu, 1 Desember 2019			
1.	Pembuatan <i>action plan</i> komunikasi interpersonal dan penerapannya selama satu bulan	Pukul 09.00-11.00	Membuat daftar rencana perilaku sesuai dengan aspek-aspeknya untuk diterapkan selama sebulan.
Kamis, 2 Januari 2020			
1.	<i>Follow up</i> realisasi <i>action plan</i> komunikasi interpersonal	Pukul 18.00-19.00	Menandai perilaku yang telah berhasil dilakukan dalam sebulan
2.	Pengisian lembar evaluasi akhir pelatihan & pengisian skala <i>posttest</i> kepercayaan diri dan harga diri	Pukul 19.00-19.45	Pengisian evaluasi akhir pelatihan dan pengumpulan data <i>posttest</i> penelitian

4.5. Hasil Uji Hipothesis

4.5.1 Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri

Analisis uji beda pada data pretest dan posttest kepercayaan diri subject setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal pada penelitian ini menggunakan teknik Wilcoxon Signed Rank Test. Menurut Hidayat dan Istiadah (2011) *Wilcoxon Signed Rank Test* merupakan teknik untuk melakukan uji beda pada dua sampel yang berpasangan atau terikat apakah kedua sampel tersebut memiliki rata-rata yang secara nyata berbeda atau tidak. Teknik Wilcoxon dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat nilai peningkatan yang secara nyata berbeda atau signifikan pada data harga diri kelompok subjek penelitian sesudah diberi intervensi pelatihan dibandingkan dengan sebelum diberi pelatihan.

Hasil analisis menghasilkan nilai rata-rata data kepercayaan diri yang secara deskriptif lebih tinggi sesudah mengikuti pelatihan jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti pelatihan. Data perbedaan rata-rata dapat dilihat dari tabel 4.5.1 berikut ini:

Tabel 4.5.1 Perbedaan Rata-rata Pretest dan Posttest Kepercayaan Diri

Descriptive Statistics				
N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
18	40,33	4,366	26	46
18	42,67	4,256	30	49

Pada table 4.5.1 tersebut, nilai mean pretest harga diri subject sebesar 40.33 sedangkan nilai mean posttest sebesar 42.67. Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri subyek setelah mengikuti pelatihan meningkat/lebih tinggi. Selain itu, dalam table tersebut juga terlihat bahwa nilai maksimum posttest lebih tinggi (49) dari pada nilai maksimum pretest (46).

Jumlah urutsn ranking (rank order) yang berasal dari selisih antara data posttest dan pretest kepercayaan diri subjek beserta jumlah subjek dalam kategori negative ranks, positive ranks serta ties dapat dilihat di table 4.5.2. Tabel tersebut menunjukkan ada 2 (dua) subjek memiliki kepercayaan diri yang masih rendah setelah diberi pelatihan komunikasi interpersonal (negative ranks). Sedangkan subjek yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi setelah diberi pelatihan komunikasi interpersonal ada 12 orang (positive rank). Masih ada 4 (empat) orang yang sama sekali tidak mengalami perubahan kepercayaan diri setelah diberi pelatihan.

Selain itu, jumlah *ranking (sum of ranks)* subjek yang data kepercayaan dirinya lebih rendah sesudah diberi pelatihan komunikasi interpersonal sebesar 5, sedangkan jumlah *ranking* subjek yang data kepercayaan dirinya lebih tinggi sesudah diberi pelatihan sebesar 100 (jumlah subjek pada kategori *ties* dalam hal ini tidak diikutkan). Hal itu menunjukkan bahwa baik jumlah subjek maupun jumlah *ranking* subjek yang mengalami peningkatan harga diri sesudah diberi pelatihan komunikasi interpersonal melebihi jumlah subjek yang harga dirinya sama sekali tidak mengalami peningkatan atau bahkan menurun.

Tabel 4.5.2. Jumlah Ranking Dan Kategori Subjek

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	2 ^a	2,50	5,00
	Positive Ranks	12 ^b	8,33	100,00
	Ties	4 ^c		
	Total	18		

a. Posttest KD < Pretest KD

b. Posttest KD > Pretest KD

c. Posttest KD = Pretest KD

Hasil analisis untuk menguji hypothesis dalam penelitian ini dapat dilihat pada table 4.5.3 di bawah ini:

Tabel 4.5.3. Signifikansi Nilai Peningkatan Harga Diri

Test Statistics ^a	
	Posttest – Pretest
Z	-2.996 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,003

a. Wilcoxon Signed Ranks Test
 b. Based on negative ranks.

Pada tabel 4.5.3 tersebut, nilai *p value* (*Asymp. Sig. 2-tailed*) yang ditunjukkan adalah 0.003. Nilai tersebut kemudian dibagi dua untuk menentukan signifikansi yang sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan pengujian satu arah (*one tailed*). Nilai *p value* sebesar 0.067 yang dibagi dua menghasilkan nilai *p value* (*one tailed*) sebesar 0.0015. Nilai *p value* (*one tailed*) sebesar 0,0015 tersebut kurang dari 0.05 ($p < 0.05$), maka dapat dikatakan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada data kepercayaan diri subjek setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu bahwa ada pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap peningkatan kepercayaan diri. Setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal kepercayaan diri subjek lebih tinggi daripada sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Oleh sebab itu hypothesis pertama dalam penelitian ini diterima. Pelatihan Komunikasi Interpersonal efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Analisis lebih lanjut dilakukan untuk menguji perbedaan rata-rata peningkatan kepercayaan diri pada setiap aspek untuk mengetahui aspek mana yang memiliki rata-rata peningkatan yang terbesar. Hasil analisis perbedaan mean ada di tabel 4.5.4 dan table 4.5.5 di bawah ini

Tabel 4.5.4 hasil *mean* aspek- aspek kepercayaan diri *pretest* dan *posttest*

<i>Mean Pretest</i> Dan <i>Posttets</i> Aspek – Aspek Kepercayaan Diri	<i>N</i>	<i>Mean</i>	<i>Std.Deviation</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maksimum</i>
<i>Pretest</i> keyakinan akan kemampuan diri	18	8,17	.707	6	9
<i>Pretest</i> optimis	18	12,11	1.906	8	15
<i>Pretest</i> sikap obyektif	18	8,50	1.465	4	10
<i>Pretest</i> bertanggung jawab	18	4,06	,539	3	5
<i>Pretest</i> rasional	18	7,50	.786	5	8

<i>Posttest</i> keyakinan akan kemampuan diri	18	8,44	1.199	5	10
<i>Posttest</i> optimis	18	12,78	1,166	11	15
<i>Posttest</i> sikap obyektif	18	8,67	,907	7	10
<i>Posttest</i> bertanggung jawab	18	4,50	,618	3	5
<i>Posttest</i> rasional	18	8,28	1,364	4	10

Tabel 4.5.6 Mean Tertinggi Dan Terendah *Pretest* Serta *Posttest* Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Aspek- Aspek Kepercayaan Diri	<i>Mean Posttest</i> Aspek – Aspek Kepercayaan Diri	<i>Mean Pretest</i> Aspek – Aspek Kepercayaan Diri	Mean Peningkatan
Rasional	8,28	7,50	0,78
Optimis	12,78	12,11	0,67
Bertanggung jawab	4,50	4,06	0,44
Keyakinan akan kemampuan diri	8,44	8,17	0,27
Obyektif	8,67	8,50	0,17

Berdasarkan hasil analisis setiap aspek kepercayaan diri diketahui bahwa rata-rata peningkatan terbesar yang terjadi setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dibandingkan dengan sesbelum mengikuti pelatihan ternyata yang tertinggi peningkatannya adalah pada aspek rasional (0.78), sedangkan yang terendah adalah aspek obyektif (0.17).

Selanjutnya untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan disetiap aspek kepercayaan diri dapat dilihat di Tabel 4.5.7 berikut ini:

Tabel 4.5.7 Signifikansi Rata-rata Peningkatan Tiap Aspek Kepercayaan Diri

Test Statistics^a					
	Posttest - Pretest aspek Rasional	Posttest - Pretest aspek Optimis	Posttest - Pretest aspek Bertanggung- jawab	Posttest - Pretest aspek Keyakinan Kemampuan Diri	Posttest - Pretest aspek Obyektif
Z	-1,387 ^b	-1,477 ^b	-,557 ^b	-2,138 ^b	-2,581 ^b
Asymp. Sig. (2- tailed)	,166	,140	,564	,033	,010

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan table tersebut maka perbedaan yang terjadi pada aspek rasional adalah $z = -1.387$ dengan $p > 0.05$ ($p = 0.166$, 2 tail; 1 tail $p = 0.083$), yang berarti tidak signifikan. Selanjutnya untuk aspek optimis $z = -1,477$ dengan $p > 0.05$ ($p = 0.140$, 2 tail; $p = 0.70$ 1 tail) yang berarti juga tidak signifikan. Analisis perbedaan untuk aspek bertanggung jawab juga tidak signifikan $z = -0.557$ dengan $p > 0.05$ ($p = 0.564$, 2 tail; $p = 0.282$, 1 tail). Perbedaan yang signifikan baru ditemukan pada aspek keyakinan terhadap kemampuan diri yang ditunjukkan dengan $z = -2.138$ dengan $p < 0.05$ ($p = 0.033$, 2 tail; $p = 0.0165$, 1 tail) dan aspek obyektif dengan $z = -2,581$ dengan $p < 0.05$ ($p = 0.010$, 2 tail; $p = 0.005$, 1 tail).

4.5.2 Efektivitas Pelatihan Komunikasi Interpersonal dengan Harga Diri

Analisis uji beda pada data *pretest* dan *posttest* harga diri pada penelitian ini menggunakan teknik *Wilcoxon Signed Rank Test*. Menurut Hidayat dan Istiadah (2011) *Wilcoxon Signed Rank Test* merupakan teknik untuk melakukan uji beda pada dua sampel yang berpasangan atau terikat apakah kedua sampel tersebut memiliki rata-rata yang secara nyata berbeda atau tidak. Teknik Wilcoxon dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat nilai peningkatan yang secara nyata berbeda atau signifikan pada data harga diri kelompok subjek penelitian sesudah diberi intervensi pelatihan dibandingkan dengan sebelum diberi pelatihan.

Hasil analisis dengan teknik *Wilcoxon Signed Rank Test* menghasilkan nilai rata-rata data harga diri keseluruhan subjek penelitian setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal secara deskriptif lebih tinggi dari sebelum mengikuti pelatihan. Hal itu dapat dilihat pada tabel 4.5.8 berikut ini:

Tabel 4.5.8 Perbedaan Rata-rata *Pretest* dan *Posttest* Harga Diri

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	18	40,61	2,789	35	44
Posttest	18	42,28	4,496	32	51

Pada tabel 4.5.8 di atas, nilai rata-rata (*mean*) *pretest* harga diri subjek sebesar 40.61 sedangkan nilai rata-rata (*mean*) *post-test* harga diri subjek sebesar 42.28. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) *post-test* harga diri subjek lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata (*mean*) *pre-test* dengan nilai peningkatan sebesar 1.67. Pada tabel 4.5.1 tersebut juga

menunjukkan bahwa nilai maksimum *posttest* harga diri subjek sebesar 51, sedangkan nilai maksimum *pretest* harga diri subjek sebesar 44.

Jumlah urutan *ranking* (*rank order*) yang berasal dari selisih antara data *posttest* dan *pretest* harga diri subjek beserta jumlah subjek dalam kategori *negative ranks*, *positive ranks*, serta *ties* juga ditunjukkan pada tabel 4.5.9 di bawah ini:

Tabel 4.5.9 Jumlah Ranking Dan Kategori Subjek

Ranks		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	4 ^a	5,88	23,50
	Positive Ranks	10 ^b	8,15	81,50
	Ties	4 ^c		
	Total	18		

a. Posttest < Pretest

b. Posttest > Pretest

c. Posttest = Pretest

Tabel 4.5.9 di atas menunjukkan bahwa subjek yang data harga dirinya lebih rendah sesudah diberi pelatihan komunikasi interpersonal (*negative ranks*) sebanyak empat orang. Subjek yang data harga dirinya lebih tinggi sesudah diberi pelatihan komunikasi interpersonal (*positive ranks*) sebanyak 10 orang. Subjek yang sama sekali tidak mengalami perubahan dalam data harga dirinya setelah diberi pelatihan komunikasi interpersonal (*ties*) sebanyak empat orang. Selain itu, jumlah *ranking* (*sum of ranks*) subjek yang data harga dirinya lebih rendah sesudah diberi pelatihan komunikasi interpersonal sebesar 23.50, sedangkan jumlah *ranking* subjek yang data harga dirinya lebih tinggi sesudah diberi pelatihan sebesar 81.50 (jumlah subjek pada kategori *ties* dalam hal ini tidak diikutkan). Hal itu menunjukkan bahwa baik jumlah subjek maupun jumlah *ranking* subjek yang mengalami peningkatan harga diri sesudah diberi pelatihan komunikasi interpersonal melebihi jumlah subjek yang harga dirinya sama sekali tidak mengalami peningkatan atau bahkan menurun.

Hasil signifikansi nilai peningkatan harga diri yang terjadi setelah subjek mendapat pelatihan komunikasi interpersonal juga ditunjukkan pada tabel 4.5.10 di bawah ini:

Tabel 4.5.10 Signifikansi Nilai Peningkatan Harga Diri

Test Statistics^a	
Posttest – Pretest	
Z	-1,831 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,067

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Pada tabel 4.5.10 tersebut, nilai *p value* (*Asymp. Sig. 2-tailed*) yang ditunjukkan adalah 0.067. Nilai tersebut kemudian dibagi dua untuk menentukan signifikansi yang sesuai dengan hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan pengujian satu arah (*one tailed*). Nilai *p value* sebesar 0.067 yang dibagi dua menghasilkan nilai *p value* (*one tailed*) sebesar 0.03. Nilai *p value* (*one tailed*) sebesar 0,03 tersebut kurang dari 0.05 ($p < 0.05$), maka dapat dikatakan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada data harga diri subjek setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Berdasarkan hasil tersebut maka hipotesis dalam penelitian eksperimen ini diterima yaitu bahwa ada pengaruh pelatihan komunikasi interpersonal terhadap peningkatan harga diri. Setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal harga diri subjek lebih tinggi daripada sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Oleh sebab itu hypothesis pertama dalam penelitian ini diterima. Pelatihan Komunikasi Interpersonal efektif dalam meningkatkan harga diri.

Analisis descriptive juga digunakan untuk menguji perbedaan rata-rata peningkatan harga diri setiap aspeknya untuk mengetahui aspek mana yang memiliki rata-rata peningkatan terbesar. Berdasarkan hasil analisis setiap aspek harga diri diketahui bahwa rata-rata peningkatan terbesar yang terjadi sesudah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal dibandingkan dengan sebelum mengikuti pelatihan terdapat pada aspek kedua yaitu perasaan efikasi diri (*sense of self-efficacy*) dengan rata-rata peningkatan sebesar 0,94. Hal itu dapat dilihat pada tabel 4.5.11 di bawah ini:

Tabel 4.5.11 Perbedaan Rata-rata *Pretest* dan *Posttest* Setiap Aspek Harga Diri

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest aspek perasaan keberhargaan diri	18	15,22	1,517	12	18
Pretest aspek perasaan efikasi diri	18	14,00	1,237	11	15
Pretest aspek perasaan diri yang otentik	18	11,39	,979	10	13
Posttest aspek perasaan keberhargaan diri	18	15,50	1,689	11	18
Posttest aspek perasaan efikasi diri	18	14,94	1,697	12	19
Posttest aspek perasaan diri yang otentik	18	11,83	1,757	9	16

Pada tabel 4.5.11 di atas, rata-rata (*mean*) *pretest* aspek pertama yaitu perasaan keberhargaan diri (*sense of self-worth*) sebesar 15.22 sedangkan rata-rata *posttest*-nya sebesar 15.50, sehingga keduanya menunjukkan peningkatan sebesar 0.28. Rata-rata (*mean*) *pretest* aspek kedua yaitu perasaan efikasi diri (*sense of self-efficacy*) sebesar 14.00 sedangkan rata-rata *posttest*-nya sebesar 14.94, sehingga keduanya menunjukkan peningkatan sebesar 0.94. Rata-rata (*mean*) *pretest* aspek ketiga yaitu perasaan diri yang otentik (*sense of*

authenticity) sebesar 11.39 sedangkan rata-rata *posttest*-nya sebesar 11,83, sehingga keduanya menunjukkan peningkatan sebesar 0.44. Hal itu menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan terbesar setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal terjadi pada aspek kedua yaitu perasaan efikasi diri (*sense of self-efficacy*).

Signifikansi rata-rata peningkatan tiap aspek harga diri subjek setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal juga ditunjukkan pada tabel 4.5.5 di bawah ini:

Tabel 4.5.12 Signifikansi Rata-rata Peningkatan Tiap Aspek Harga Diri

Test Statistics^a			
	Posttest - Pretest aspek perasaan keberhargaan diri	Posttest - Pretest aspek perasaan efikasi diri	Posttest - Pretest aspek perasaan diri yang otentik
Z	-,749 ^b	-2,411 ^b	-,557 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,454	,016	,577

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan table 4.5.12 tersebut maka perbedaan yang terjadi pada aspek perasaan keberhargaan diri adalah $z = -0.749$ dengan $p > 0.05$ ($p = 0.454$, 2 tail; 1 tail $p = 0.227$), yang berarti tidak signifikan. Selanjutnya untuk aspek perasaan efikasi diri $z = -2.411$ dengan $p > 0.05$ ($p = 0.016$, 2 tail; $p = 0.008$, 1 tail) yang berarti signifikan. Hal itu berarti ada peningkatan yang secara nyata terjadi pada aspek perasaan efikasi diri setelah mengikuti pelatihan. Selanjutnya perbedaan yang terjadi pada aspek perasaan diri yang otentik diperoleh $z = -0.557$ dengan $p > 0.05$ ($p = 0.557$, 2 tail; $p = 0.288$, 1 tail) berarti tidak signifikan. Hal itu berarti tidak ada peningkatan yang secara nyata terjadi pada aspek perasaan diri yang otentik setelah mengikuti pelatihan.

4.6. Hasil *Follow Up Action Plan* Pelatihan Komunikasi Interpersonal

Hasil analisis data penelitian ini juga didukung oleh data hasil *follow up* yang diisi oleh seluruh subjek dalam penelitian ini setelah mereka melakukan beberapa rencana perilaku (*action plan*) yang mereka buat sendiri dalam kurun waktu satu bulan. Pada lembar *action plan* masing-masing subjek penelitian menuliskan jumlah rencana perilaku yang berbeda-beda menurut kesanggupan mereka masing-masing untuk melakukannya dalam kurun waktu satu bulan. Semua rencana perilaku yang dibuat oleh masing-masing subjek tersebut mengandung kelima aspek komunikasi interpersonal yang menurut DeVito (2016) yaitu aspek keterbukaan,

empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Subjek penelitian yang telah melakukan rencana-rencana perilaku yang mereka buat sendiri dalam kurun waktu satu bulan tersebut kemudian dievaluasi keberhasilan penerapan rencana-rencana perilaku tersebut pada sesi *follow up*. Evaluasi dilakukan dengan memberikan tanda *checklist* pada kolom realisasi yang diberikan hanya pada masing-masing rencana perilaku yang telah berhasil dilaksanakan. Berdasarkan jumlah *checklist* yang telah diberikan, oleh subjek penelitian dalam kolom realisasi tadi, kemudian dihitung besarnya presentase keberhasilan setiap subjek dalam menerapkan perilaku-perilaku terkait aspek-aspek komunikasi interpersonal tadi.

Berdasarkan data hasil *follow up* pada tabel 4.6.1 di bawah ini, diketahui bahwa sebagian besar subjek penelitian berhasil sepenuhnya melakukan rencana-rencana perilaku yang mereka buat sendiri dalam kurun waktu satu bulan. Ditemukan satu subjek yang hanya dapat melakukan empat dari enam rencana perilaku yang dibuatnya dalam waktu satu bulan. Subjek yang hanya dapat melakukan empat dari enam rencana perilaku yang dibuatnya tersebut hanya mencapai presentase keberhasilan penerapan perilaku komunikasi interpersonal sebesar 66,67%. Berdasarkan data keseluruhan hasil *follow up* subjek penelitian tersebut, maka rata-rata prosentase keberhasilan penerapan perilaku komunikasi interpersonal yang dicapai oleh seluruh subjek penelitian ini adalah 98%. Rata-rata presentase keberhasilan sebesar 98% tersebut sudah dapat dikatakan bahwa secara keseluruhan subjek penelitian telah berhasil dalam menerapkan perilaku komunikasi interpersonal sesuai dengan aspek-aspeknya yaitu aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan (DeVito, 2016).

Tabel 4.6.1. Presentase Keberhasilan subyek dalam melakukan perencanaan (action plan)

No.	Inisial	Jumlah Rencana	Jumlah Realisasi	Presentase Keberhasilan
1.	AG	6	6	100%
2.	RH	6	4	66,67%
3.	ME	6	6	100%
4.	VNF	6	6	100%
5.	PN	7	7	100%
6.	YPS	5	5	100%
7.	NB	6	6	100%
8.	MT	6	6	100%
9.	DP	6	6	100%
10.	ES	6	6	100%
11.	KA	6	6	100%
12.	AS	5	5	100%
13.	R	6	6	100%
14.	MNS	6	6	100%

15. MAWC	5	5	100%
16. FJH	6	6	100%
17. SPL	6	6	100%
18. H	5	5	100%
Presentase Keberhasilan		98%	

4.7. Hasil Evaluasi Akhir Pelatihan Komunikasi Interpersonal

Hasil analisis evaluasi akhir pelatihan meliputi 17 item yang dikelompokkan dalam empat kategori yaitu isi pelatihan, fasilitas/sarana prasarana, fasilitator/pelatih, dan pelaksanaan pelatihan, serta terdapat tambahan usul dan saran jika subjek ingin menambahkannya dalam bentuk uraian. Rentang skor penilaian pada tiap item evaluasi akhir pelatihan dimulai dari skor 1 sampai 10 dengan alternative pilihan jawaban sangat tidak memuaskan (STM) sampai sangat memuaskan (SM). Semakin mendekati angka 10 skor penilaian tiap item dalam evaluasi akhir pelatihan, maka tingkat kepuasan dari pelatihan semakin tinggi. Sebaliknya, jika skor penilaian tiap item dalam evaluasi akhir pelatihan semakin mendekati angka 1, maka tingkat kepuasan dari pelatihan semakin rendah.

Berdasarkan perhitungan hasil evaluasi akhir pelatihan dari 18 subjek penelitian, maka diperoleh rata-rata skor hasil evaluasi akhir pelatihan yaitu sebesar 8.1. Adapun rincian rata-rata skor hasil evaluasi akhir pelatihan secara berturut-turut: isi pelatihan sebesar 8.6, fasilitas/sarana prasarana 7.9, fasilitator/pelatih sebesar 8, dan pelaksanaan pelatihan sebesar 8.1. Rata-rata skor hasil evaluasi akhir pelatihan baik secara keseluruhan maupun tiap kategori menunjukkan skor yang lebih mendekati skor 10 sehingga dapat dikatakan tingkat kepuasan subjek terhadap pelatihan komunikasi interpersonal yang telah diikuti ini termasuk memuaskan. Seluruh Subjek penelitian eksperimen ini puas terhadap pelatihan komunikasi interpersonal yang telah diikutinya.

4.8. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menemukan faktor-faktor lain dari harga diri subjek penelitian yang tidak dapat dikontrol oleh peneliti yaitu seperti pola asuh, dan nilai yang dianut individu, hereditas atau faktor keturunan (Frey & Carlock dalam Anindyajati & Karima, 2004). Keterbatasan lainnya dalam penelitian ini yaitu waktu pelaksanaan pelatihan yang mendekati masa ujian semester dan libur natal. Situasi ini membuat pelatihan hanya diberikan waktu 4 (empat) jam. Situasi ini juga menyebabkan peneliti kurang dapat mengontrol pelaksanaan *action plan*. Oleh sebab itu, *follow up action plan* hanya dapat dilakukan di akhir bulan (rencana 2 minggu sekali).

BAB V

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan ditemukan bahwa hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima, yaitu ada pengaruh antara pelatihan komunikasi interpersonal dengan kepercayaan diri. Setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal maka kepercayaan diri akan lebih tinggi jika dibandingkan sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Jika hipotesis diterima maka pelatihan komunikasi interpersonal ini efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri. Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan sebelumnya. Sarinah dan Aziz (2010) meneliti tentang hubungan rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal dengan aktualisasi diri menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara rasa percaya diri dan komunikasi interpersonal. Penelitian yang dilakukan Dewanti, Yusmansyah, & Widyastuti (2014) mengenai hubungan antara kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan komunikasi interpersonal juga menyimpulkan bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan komunikasi interpersonal. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pradidina (2015) mengenai hubungan antara konsep diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal pada remaja menyimpulkan adanya hubungan positif konsep diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal.

Hasil analisis untuk hipotesis kedua dalam penelitian ini diperoleh hasil $z = -1.831$; $p < 0.05$ yang berarti hipotesis juga diterima. Ada pengaruh antara pelatihan komunikasi interpersonal dengan harga diri. Setelah mengikuti pelatihan interpersonal maka harga diri akan lebih tinggi jika dibandingkan dengan sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal ini efektif untuk meningkatkan harga diri.

Setelah mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal maka harga diri subjek lebih tinggi daripada sebelum mengikuti pelatihan komunikasi interpersonal. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Bagaswuri dan Indrawati (2018) yang menemukan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal memiliki hubungan positif yang signifikan dengan harga diri. Penelitian yang dilakukan oleh Purnomo dan Harmiyanto (2016) juga menemukan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal berhubungan signifikan dengan kepercayaan diri pada siswa kelas X. Selain itu, Pahlawani dan Yuwono (2010) juga menyatakan bahwa kepercayaan diri ini merupakan salah satu ciri yang dimiliki oleh orang dengan harga diri yang tinggi.

Penelitian ini juga menunjukkan adanya perubahan perilaku pada subjek penelitian yang ditunjukkan dengan hasil *follow up action plan* yang menunjukkan hasil 98% subjek penelitian

mampu melaksanakan rencana kegiatannya sesuai dengan aspek-aspek yang dilatihkan. Hasil evaluasi akhir pelatihan juga menunjukkan bahwa rata-rata skor evaluasi adalah 8.1 yang berarti peserta pelatihan termasuk puas dengan pelatihan yang diberikan.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan komunikasi interpersonal berpengaruh untuk meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri. Hal ini telah dibuktikan dengan meningkatnya harga diri dan kepercayaan diri setelah mengikuti pelatihan. Oleh sebab itu, pelatihan komunikasi interpersonal ini terbukti efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri.

Daftar Pustaka

- Afandi, T. (2017, Mei 22). Bonus Demografi 2030-2040: Strategi Indonesia Terkait Ketenagakerjaan Dan Pendidikan. Jakarta, DKI Jakarta, Indonesia
- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Rafflesia*. [https://ejournal.Unib.Ac.Id/Index.Php/Jpmr,03\(02\)](https://ejournal.Unib.Ac.Id/Index.Php/Jpmr,03(02))
- Anindyajati, M., & Karima, C. M. (2004). Peran Harga Diri Terhadap Asertivitas Remaja Penyalahguna Narkoba (Penelitian Pada Remaja Penyalahguna Narkoba di Tempat-Tempat Rehabilitasi Penyalahguna Narkoba). *Jurnal Psikologi*, 2(1), 49–73. Diambil dari <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4952-MaharsiAnindyajati,CitraMelisaKarima.pdf>
- Aristiani, R. (2016). Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audio visual. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2), 182–189. <https://doi.org/10.24176/jkg.v2i2.717>
- Azhar. (2017). Komunikasi Antarpribadi: Suatu Kajian dalam Perspektif Komunikasi Islam. *Jurnal Al-Hikmah*, IX(14). file:///C:/Users/LABKOM/Downloads/400-Article Text-936-1-10-20180422.pdf
- Bagaswuri, E. M., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan Antara Efektivitas Komunikasi Interpersonal Dengan Harga Diri Siswa Kelas Xii Sman 1 Semarang. *Empati*, 7(2), 361–367. Diambil dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/viewFile/21708/20077>
- Baron, R. A., & Bryne, D. (2004). *Psikologi Sosial: Jilid 1*. (W. C. Kristiaji & R. Medya, Ed.) (10 ed.). Jakarta: Erlangga
- Carlock, C. J. (1999). *Enhancing Self-Esteem* (Third Edit). New York: Routledge. Diambil dari https://books.google.co.id/books?id=FW9EAQAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_atb#v=onepage&q&f=false

- Deni, A. U. & Ifdil. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 43–52. Diambil dari <http://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/download/72/68>
- DeVito, J. A. (2016). *The interpersonal communication book*. (K. Fleming, Ed.) (14 ed.). London: Pearson. Diambil dari [http://93.174.95.29/main/2236000/de780f1dfecdb8e3149e6dcda0b0358d/DeVito%2C Joseph A. - The interpersonal communication book-Pearson %282016%29.pdf](http://93.174.95.29/main/2236000/de780f1dfecdb8e3149e6dcda0b0358d/DeVito%2CJoseph.A.-The.interpersonal.communication.book-Pearson%282016%29.pdf)
- Dewanti, A. R., Yusmansyah, & Widiastuti, R. (2014). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dalam Berkomunikasi Dengan Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Bimbingan Konseling (ALIBKIN)*; .Vol 3. No 1
- Elfrianto. (2016). Manajemen Pelatihan Sumber Daya Manusia Dalam Meningkatkan Mutu Lulusan. *EduTech: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 2(2), 46–58. Diambil dari <https://media.neliti.com/media/publications/54626-ID-manajemen-pelatihan-sumber-daya-manusia.pdf>
- Evitasari, T. S. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri pada siswa SMA inklusi. *JURNAL PSIKOLOGI*. <https://doi.org/10.1109/ciced.2018.8592188>
- Feist, J., & Feist, G. (2008). *Theories of personality (7th edition)*. USA: McGraw-Hill
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.29210/02017182>
- Gamble, T. K., & Gamble, M. (2014). *Interpersonal communication : building connections together*. Thousand Oaks (Calif.): Sage. Diambil dari https://books.google.co.id/books?id=ecogAQAAQBAJ&printsec=copyright&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Gecas, V. (1989). The social psychology of self-efficacy. *Annual Review of Sociology*, 15(1), 291–316. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.15.080189.001451>
- Hartley, P. (1999). *Interpersonal communication (2 ed.)*. London: Routledge. Diambil dari <https://libgen.is/book/bibtex.php?md5=2598E4B2249D5BDF5CA9E5102FB83EED>
- Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja. *Jurnal Analitika*, 6(2), 98–104. <http://ojs.uma.ac.id/index.php/analitika/article/view/850>
- Hendryadi, H. (2017). Validitas Isi: Tahap Awal Pengembangan Kuesioner. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, 2(2), 169–178. <https://doi.org/10.36226/jrmb.v2i2.47>
- Henggaryadi, G. (2012). Hubungan antara body image dengan harga diri pada remaja pria yang mengikuti latihan fitness/kebugaran. *Jurnal Universitas Gunadarma*, 00, 1–23. Diambil dari https://oldsite.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2009/Artikel_105

- Hidayat, T., & Istiadah, N. (2011). *Panduan Lengkap Menguasai SPSS 19 untuk Mengolah Data Statistik Penelitian*. (J. Setyaji, Ed.) (Cet. 1). Jakarta: MediaKita. Diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=j0KZjxjRXMC&printsec=frontcover&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Intan, G. (2019, Maret 7). *Pemerintah Fokus Tingkatkan Pembangunan SDM pada 2020*. Retrieved Oktober 3, 2019, from VoA Indonesia: <https://www.voaindonesia.com/a/pemerintah-fokus-tingkatkan-pembangunan-sdm-pada-2020/4816870.html>
- Irawati, N. (2015). *Hubungan Antara Empati Dengan Penerimaan Sosial Siswa Reguler Terhadap Siswa ABK di Kelas Inklusif (SMP N 2 Sewon)*. Universitas Negeri Yogyakarta. Diambil dari <https://core.ac.uk/download/pdf/33527362.pdf>
- Joshi, A., Kale, S., Chandel, S., & Pal, D. (2015). Likert Scale: Explored and Explained. *British Journal of Applied Science & Technology*, 7(4), 396–403. <https://doi.org/10.9734/bjast/2015/14975>
- Junaidi, J. (2010). *Statistika Non-Parametrik*. Diambil 14 April 2020, dari https://repository.unja.ac.id/114/1/non-parametrik_junaidi2010.pdf
- King, L. A. (2014). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif (Buku 2)*. (B. Marwensdy, Ed.). Jakarta: Salemba Humanika
- Lauster, P. (2002). *Tes Kepribadian (ketigabel)*. PT Bumi Aksara
- Maharani, L., & Hikmah, L. (2015). Hubungan Keterbukaan Diri dengan Interaksi Sosial Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama Minhajuth Thullab Way Jepara Lampung Timur. *Bimbingan Dan Konseling*, 02(2), 27–31
- Marczyk, G. R., DeMatteo, D., & Festinger, D. (2005). *Essentials of Research Design and Methodology (Essentials of behavioral science series)*. (A. S. Kaufman & N. L. Kaufman, Ed.) (1 ed.). Hoboken, N.J: John Wiley & Sons Inc. Diambil dari [http://93.174.95.29/main/57000/91f71317d0763cc57ccdbe5fa0869396/%28Essentials of behavioral science series%29 Geoffrey R. Marczyk%2C David DeMatteo%2C David Festinger - Essentials of Research Design and Methodology-John Wiley %26 Sons %282005%29.pdf](http://93.174.95.29/main/57000/91f71317d0763cc57ccdbe5fa0869396/%28Essentials%20of%20behavioral%20science%20series%29%20Geoffrey%20R.%20Marczyk%20David%20DeMatteo%20David%20Festinger%20-%20Essentials%20of%20Research%20Design%20and%20Methodology%20-%20John%20Wiley%20%26%20Sons%20%282005%29.pdf)
- Marwati, E., Prihartanti, N., & Hertinjung, W. S. (2016). Pelatihan Berpikir Optimis Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Remaja Di Panti Asuhan. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 23. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v1i1.1790>
- Masturi, A. (2010). Membangun Relasi Sosial Melalui Komunikasi Empatik (Perspektif Psikologi Komunikasi). *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 4(1), 14–31. <https://doi.org/10.24090/KOMUNIKA.V4I1.135>
- Mazaya, K. N., & Supradewi, R. (2011). Konsep diri dan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan. *Proyeksi*, 6(2), 103–112. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30659/p.6.2.103-112>

- Mirhan, J. B. K. J. (2016). Hubungan Antara Percaya Diri Dan Kerja Keras Dalam Olahraga Dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 12(1), 86–96
- Monnalisza, & Neviyarni. (2018). Kepercayaan diri remaja panti asuhan Aisyiyah dan implikasinya terhadap layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 3
- Murhadi, & Karnawati, R. A. (2017). Dampak Model Pelatihan Keterampilan dalam Meningkatkan Kompetensi Anak Jalanan untuk Memperoleh Pekerjaan di Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Widya*
- Murphy, C. M., Stosny, S., & Morrel, T. M. (2005). Change in self-esteem and physical aggression during treatment for partner violent men. *Journal of Family Violence*, 20(4), 201–210. <https://doi.org/10.1007/s10896-005-5983-0>
- Ningrum, N. (2012). Hubungan Antara Coping Strategy Dengan Kenakalan Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 7(1), 481–489. Diambil dari <http://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/201/72>
- Nurlis. (2008). *Pengaruh latihan membangun kepercayaan diri terhadap rasa percaya diri remaja di kelurahan sindang barang kota bogor.*
- Pahlawani, N., & Yuwono, S. (2010). Dinamika Psikologis Harga Diri Pada Waria. *Indigenous, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*, 12(2), 161–168. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/indigenous.v0i0.4755>
- Piran, A. Y. A., Yuliwar, R., & Ka'arayeno, A. J. (2017). Hubungan Antara Penerimaan Diri Dengan Kepercayaan Diri Dalam Interaksi Sosial Pda Remaja Penyandang Cacat Fisik Di Pantu Asuhan Bhakti Luhur Kecamatan Sukun Malang. *Nursing News*, 2
- Prasetya, T. B. (2016). Hubungan Komunikasi Interpersonal Dengan Kepercayaan Diri Siswa Kelas Vii Smp Negeri 2 Mojo. *Skripsi*. Kediri: UN PGRI
- Pratidina, G. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja. *Skripsi*. Semarang: Univesitas Diponegoro.
- Purnomo, D., & Harmiyanto, H. (2016). Hubungan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Sman 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 55–59. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p055>
- Raharjo, S. (2019). Cara Melakukan Uji Reliabilitas Alpha Cronbach's dengan SPSS. Diambil 13 April 2020, dari <https://www.spssindonesia.com/2014/01/uji-reliabilitas-alpha-spss.html>
- Rahmawati, P. A. (2015). Perilaku Memaafkan Pada Remaja Yang Mengalami Keluarga Broken Home Di Smkn 3 & Smkn 5 Samarinda. *EJournal Psikologi*, 3(1), 395–406
- Rakhmat, D. J., & M.Sc. (2007). *Psikologi Komunikasi* (T. Surjanan (ed.); edisi 24). PT. Remaja Rosdakarya

- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja* (W. C. Kristiaji & Y. Sumiharti (eds.); edisi 6). Erlangga
- Sari, R. P., Rejeki, T., & Mujab, A. (2006). Pengungkapan Diri Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3(2), 11–25. [https://doi.org/10.14710/jpu.3.2.11 - 25](https://doi.org/10.14710/jpu.3.2.11-25)
- Sarinah, & Aziz, A. (2010). Hubungan Komunikasi Interpersonal Dan Komitm Terhadap Organisasi Dengan Kepuasan Kerja Karyawan Pt. Perkebunan Nusantara III (Persero). *Jurnal Analitika*, 2, 82–94
- Stets, J. E., & Burke, P. J. (2014). Self-Esteem and Identities. *Sociological Perspectives*, 57(4), 409–433. <https://doi.org/10.1177/0731121414536141>
- Suaebah, S. (2018). “Komunikasi Keluarga Harmonis” (Studi Kasus Komunikasi Interpersonal Keluarga Bapak Mugiyatno Dan Ibu Suratini Juara Keluarga Harmonis Tingkat D.I.Y Tahun 2013). Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Diambil dari [http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/22705/12%29.NASKAH PUBLIKASI.pdf?sequence=12&isAllowed=y](http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/22705/12%29.NASKAH%20PUBLIKASI.pdf?sequence=12&isAllowed=y)
- Suseno, M. N. (2009). Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Efikasi Diri Sebagai Pelatih pada Mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 1(1), 93–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.20885/intervensipsikologi.vol1.iss1.art6>
- Syam, A. (2017). Pengaruh Kepercayaan diri (Self confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pengetahuan Universitas Muhammadiyah Pare-Pare). *Jurnal Biotek*, 5, 87–102. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/biotek/article/viewFile/3448/3243>
- Syam, A. (2017). Pengaruh Kepercayaan diri (Self confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pengetahuan Universitas Muhammadiyah Pare-Pare). *Jurnal Biotek*, 5, 87–102. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/biotek/article/viewFile/3448/3243>
- Tafarodi, R. W., & Swann, W. B. (1995). Self-Liking and Self-Competence as Dimensions of Global Self-Esteem.pdf. *Journal of Personality Assessment*, 65(2), 322–342. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6502>
- Thyer, B. A. (2012). Pre-Experimental Research Designs. In *Quasi-Experimental Research Designs* (hal. 29–76). Oxford: Oxford Univ. Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195387384.003.0002>
- Tiyas, N. E. (2017). Pengaruh Empati Terhadap Kepedulian Sosial Pada Remaja. *Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang*
- Utomo, D., & Harmiyanto, H. (2016). Hubungan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Sman 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 55–59. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p055>

- Utomo, D., & Harmiyanto, H. (2016). Hubungan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X Sman 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 55–59. <https://doi.org/10.17977/um001v1i22016p055>
- Wang, Y., & Ollendick, T. H. (2001). A Cross-Cultural and Developmental Analysis of Self-Esteem in Chinese and Western Children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4(3), 253–271. <https://doi.org/10.1023/A:1017551215413>
- Widoyoko, E. P. (2017). *Evaluasi Program Pembelajaran* (S. Z. Atijah (ed.); edisi ketu). Pustaka Pelajar
- Wijaya, I. S. (2013). Komunikasi Interpersonal Dan Iklim Komunikasi Dalam organisasi. *Jurnal Dakwah Tabligh*, 14(1), 115–126. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/jdt.v14i1.318>
- Wood, J. T. (2015). *Interpersonal Communication: Everyday Encounters* (8 ed.). Boston: Cengage Learning. Diambil dari [http://93.174.95.29/main/1371000/eb7e73fb5d75ee97d5d1b9c26ee442d9/Julia T. Wood - Interpersonal Communication_ Everyday Encounters-Cengage Learning %282015%29.pdf](http://93.174.95.29/main/1371000/eb7e73fb5d75ee97d5d1b9c26ee442d9/Julia%20Wood%20-%20Interpersonal%20Communication%20-%20Everyday%20Encounters-Cengage%20Learning%202015%29.pdf)
- Wulandari, F. (2019, Juli 15). *Pembangunan SDM, Jokowi: Ini Kunci Indonesia Ke Depan*. Retrieved Oktober 3, 2019, from Tribunnews: <https://www.tribunnews.com/pilpres-2019/2019/07/15/pembangunan-sdm-jokowi-ini-kunci-indonesia-ke-depan>
- Yulianto, F., & Nashori, H. F. (2006). Kepercayaan Diri Dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*. <https://doi.org/10.14710/jpu.3.1.55>
- Yunistiati, F., Djalali, M. A., & Farid, M. (2014). Keharmonisan Keluarga , Konsep Diri Dan Interaksi Sosial Remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01), 71–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.371>
- Yunistiati, F., Djalali, M. A., & Farid, M. (2014). Keharmonisan Keluarga , Konsep Diri Dan Interaksi Sosial Remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01), 71–82. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/persona.v3i01.371>
- Zima, B. T., Bussing, R., Freeman, S., Yang, X., Belin, T. R., & Forness, S. R. (2000). Behavior problems, academic skill delays and school failure among school-aged children in foster care: Their relationship to placement characteristics. *Journal of Child and Family Studies*, 9(1), 87–103. <https://doi.org/10.1023/A:1009415800475>
- Zvolensky, M. J., Bonn-Miller, M. O., Feldner, M. T., Leen-Feldner, E., McLeish, A. C., & Gregor, K. (2006). Anxiety sensitivity: Concurrent associations with negative affect smoking motives and abstinence self-confidence among young adult smokers. *Addictive Behaviors*, 31(3), 429–439. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2005.05.027>