





Pre	Post
48	48
51	55
55	54
48	49
52	54
45	51
56	57
51	50
53	52
48	52
48	50
45	48
46	48
53	57
31	36
47	46
48	54
50	52





Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Pendidikan :

Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan (yang merupakan pendapat pribadi) akan dirahasiakan dan hanya digunakan sebagai data penelitian.

### PETUNJUK UMUM

1. Jawablah seluruh pernyataan secara jujur, sesuai dengan keadaan senyatanya dan tidak perlu merasa takut karena apapun jawaban anda tidak akan mempengaruhi kondisi anda.
2. Tidak ada jawaban salah, semua jawaban yang anda berikan adalah benar selama jawaban tersebut sesuai dengan keadaan senyatanya yang anda alami.
3. Bacalah pernyataan dan sesuaikan jawaban Anda dengan alternatif jawaban yang diberikan. Ada lima alternatif jawaban yang diberikan yaitu :

SS : Sangat Sesuai  
 S : Sesuai  
 KS : Kurang Sesuai  
 TS : Tidak Sesuai  
 STS : Sangat Tidak Sesuai

4. Berilah tanda centang (√) pada setiap pernyataan yang ada di dalam setiap kolom.

Contoh :

NO.	PERNYATAAN	SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya berpikir bahwa senam itu menyehatkan		√			

Jawaban ini menandakan bahwa, anda setuju dengan pernyataan tersebut dan anda sangat menyukai pekerjaan yang sekarang anda jalani.

NO	PERTANYAAN	SS	S	KS	TS	STS
1.	Mempertimbangkan keputusan yang akan diambil sehingga tidak terjadi masalah.					
2.	Bersedia menanggung resiko yang mungkin terjadi.					
3.	Saya bersedia mengerahkan tenaga untuk menyelesaikan tugas.					
4.	Mengetahui akar masalah sebelum menyelesaikannya.					
5.	Mencari jalan keluar yang sesuai dengan permasalahan yang ada.					
6.	Dalam memecahkan masalah saya selalu berpikir rasional.					
7.	Mengambil jalan keluar sesuai dengan fakta yang ada.					
8.	Mengetahui bahwa setiap manusia berharga.					
9.	Setiap orang memiliki keunikan masing-masing.					
10.	Memahami semua tindakan yang saya lakukan.					
11.	Saya melakukan sesuatu tanpa ragu-ragu.					
12.	Mampu melakukan semua kegiatan yang harus saya jalani.					
13.	Saya percaya dapat membawa dampak positif bagi orang lain.					
14.	Mengesampingkan urusan pribadi saat menghadapi masalah.					
15.	Bersedia menerima kritikan.					
16.	Memahami semua tindakan yang saya lakukan.					
17.	Mengetahui apa yang harus dikerjakan.					

18.	Saya melakukan sesuatu tanpa ragu-ragu.					
19.	Mampu melakukan semua kegiatan yang harus saya jalani.					
20.	Saya mampu mengerjakan sesuatu sesuai rencana.					







## A. Perputaran 1

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,608	,643	20

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	80,17	2,556	,375		,629
VAR00002	80,17	2,310	,388		,586
VAR00003	79,21	2,040	,744		,534
VAR00004	80,19	2,208	,694		,565
VAR00005	80,17	2,380	,191		,600
VAR00006	80,21	2,003	,469		,550
VAR00007	80,19	2,129	,752		,550
VAR00008	80,19	2,129	,752		,550
VAR00009	79,21	1,975	,666		,528
VAR00010	80,18	2,384	,280		,598
VAR00011	80,17	2,310	,388		,586
VAR00012	80,16	2,648	-,522		,646
VAR00013	80,16	2,495	-,114		,627
VAR00014	80,16	2,745	-,763		,661
VAR00015	80,17	2,486	-,115		,617
VAR00016	79,19	2,208	,694		,565
VAR00017	80,16	2,579	-,344		,635
VAR00018	80,23	1,945	,358		,568
VAR00019	79,44	1,693	,374		,573
VAR00020	79,54	2,152	,032		,674

## B. Perputaran 2

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,831	,890	13

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	51,48	2,876	,243		,833
VAR00003	50,51	2,446	,886		,796
VAR00004	51,49	2,682	,760		,814
VAR00005	51,48	2,973	,000		,841
VAR00006	51,52	2,307	,690		,801
VAR00007	51,50	2,585	,831		,806
VAR00008	51,50	2,586	,831		,806
VAR00009	50,52	2,363	,800		,795
VAR00010	51,48	2,849	,470		,827
VAR00011	51,48	2,876	,243		,833
VAR00016	50,49	2,724	,646		,818
VAR00018	51,54	2,250	,526		,823
VAR00019	50,74	2,039	,461		,862

## C. Perputaran 3

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,841	,907	12

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	47,48	2,876	,208		,845
VAR00003	46,51	2,432	,889		,807
VAR00004	47,49	2,668	,762		,825
VAR00006	47,52	2,265	,728		,809
VAR00007	47,50	2,571	,833		,817
VAR00008	47,50	2,571	,833		,817
VAR00009	46,52	2,349	,803		,806
VAR00010	47,48	2,821	,522		,837
VAR00011	47,48	2,876	,208		,845
VAR00016	46,49	2,724	,610		,830
VAR00018	47,54	2,236	,528		,835
VAR00019	46,74	2,025	,463		,875



**LAMPIRAN D**  
**HASIL WILCOXON**

## A. Hasil Wilcoxon kepercayaan diri

**Wilcoxon Signed Ranks Test**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
POSTTEST - PRETEST	Negative Ranks	4 <sup>a</sup>	3,50	14,00
	Positive Ranks	13 <sup>b</sup>	10,69	139,00
	Ties	1 <sup>c</sup>		
	Total	18		

a. POSTTEST &lt; PRETEST

b. POSTTEST &gt; PRETEST

c. POSTTEST = PRETEST

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	POSTTEST - PRETEST
Z	-2,980 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,003

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

## B. Hasil wilcoxon pengetahuan komunikasi interpersonal

**Wilcoxon Signed Ranks Test**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
pretest - posttest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	,00	,00
	Positive Ranks	18 <sup>b</sup>	9,50	171,00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	18		

a. pretest &lt; posttest

b. pretest &gt; posttest

c. pretest = posttest

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	pretest - posttest
Z	-3,750 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.



## A. Surat ijin penelitian

020/Unika/FP/R-QSR/1/07

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
Jl. Pawiyatan Luhur IV/1 Bendan Dukur Semarang 50234  
Telp. (024) 841525, 850500 (hunting) Fax. (024) 8415429 - 8445265  
e-mail: unika@unika.ac.id http://www.unika.ac.id

**Unika**  
**SOEGIJAPRANATA**

Nomor : 1064/B.7.3/FP/VI/2020 Semarang, 15 Juni 2020  
Lamp. : -  
Hal : Ijin Penelitian

Kepada Yth.  
Sr. Floren, S.K  
Panti Asuhan Santo Thomas  
Bergas

Dengan hormat,  
Kami mohon bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i, untuk berkenan memberikan ijin kepada mahasiswa/i Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang tersebut di bawah ini :

Nama	Sunni Putri Pambajeng Wijasih
NIM / NIRM	16.E1.0003
Tempat / Tgl / Lahir	Sukoharjo, 3 Juli 1998
Alamat	Gebahan RT.03 RW.01, Wetu, Sukoharjo

untuk mengadakan penelitian di Panti Asuhan Santo Thomas Bergas dalam rangka penyusunan tugas Skripsi dengan judul "Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Panti Asuhan", di bawah bimbingan Dosen Pembimbing *Dr. Kelsiana Naryanti, M.Si*

Demikian atas bantuan serta kerjasama Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Ka. Prodi. Sarjana Psikologi,  
*Dr. Kelsiana Naryanti, M.Si*  
NPP:054.1.1992.105

**Tembusan :**  
- Yang bersangkutan

Doc. by D/srt penelitian



## B. Surat bukti penelitian dari instansi



YAYASAN SANTA MARIA ABDI KRISTUS  
 PANTI ASUHAN TAMAN PAMARDI SANTO THOMAS  
 TERAKREDITASI A  
 SKTD No. : 460/295/2020 Tanggal 3 Maret 2020  
 JL. DIPONEGORO 741 UNGARAN 50511 KAB. SEMARANG, JAWA TENGAH  
 Phone. 081326066976 Email : santothomasung@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**  
 No. : 031/PA.ST/Ket/VI/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sr. Maria Florentina, AK  
 Jabatan : Pimpinan Panti Asuhan Taman Pamardi Santo Thomas  
 Alamat : Jl. Diponegoro 741 Ungaran Kab Semarang

Menerangkan bahwa :

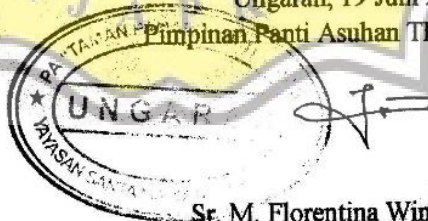
Nama : Priscilla Lasty Fera  
 Nomor Induk Mahasiswa : 16.E1.0176  
 Alamat : Jl. Pemuda no. 21, Demak

Telah benar-benar melaksanakan **Penelitian melalui Google Form** di Panti Asuhan Taman Pamardi Santo Thomas dalam rangka penyusunan tugas Skripsi dengan judul : **“ Pengaruh Pelatihan Komunikasi Interpersonal Terhadap Peningkatan Harga Diri Pada Remaja Panti Asuhan ”** dengan Dosen Pembimbing : Dr. Kristiana Haryanti, M.Si.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Ungaran, 19 Juni 2020

Pimpinan Panti Asuhan TP St. Thomas



Sr. M. Florentina Winarsi, AK





MODUL PELATIHAN KOMUNIKASI  
INTERPERSONAL

“SPEAK OUT”



## I. Konsep Dasar Pelatihan

Komunikasi adalah dasar seluruh interaksi antar manusia (Gamble & Gamble, 2014) Tanpa komunikasi, interaksi antar manusia, baik secara perorangan, kelompok maupun organisasi tidak mungkin terjadi. Komunikasi dibedakan menjadi komunikasi interpersonal, komunikasi intrapersonal dan komunikasi massa.

Menurut DeVito (2016) komunikasi interpersonal adalah interaksi verbal dan nonverbal antara dua (atau kadang-kadang lebih dari dua) orang yang saling bergantung. Komunikasi interpersonal dilakukan minimal 2 orang. Ciri- ciri komunikasi interpersonal yaitu terdapat interaksi verbal dan non-verbal (DeVito, 2016), proses interaksi terus berubah dan hubungan yang terbentuk bersifat *dyadic* (Gamble & Gamble, 2014), serta interaksi terjadi secara simultan dimana pihak yang satu berbicara dan pihak yang lain mendengarkan (Wood, 2015).

Menurut DeVito (2016) terdapat beberapa elemen dalam komunikasi interpersonal, yaitu sebagai berikut :

- a. Konsep penerima-sumber (*source-receiver concept*) yaitu konsep yang menekankan bahwa kita mengirim dan menerima pesan antar pribadi secara bersamaan melalui *encoding* dan *decoding* dengan kompetensi dan pengalihan kode
- b. *Encoding* merupakan proses penerjemahan makna ke dalam pesan verbal dan nonverbal

- c. *Decoding* merupakan proses menerjemahkan makna pesan yang diterima dari orang lain
- d. Pesan (*message*) adalah sinyal yang berfungsi sebagai rangsangan bagi penerima
- e. Pesan umpan balik (*feedback messages*) adalah pesan yang dikirim kembali oleh penerima ke sumber pesan sebagai tanggapan terhadap pesan dari sumber pemberi pesan
- f. Saluran (*channels*) adalah media melalui mana pesan dapat disalurkan dan yang bertindak sebagai jembatan antara sumber dan penerima pesan
- g. Kebisingan (*noise*) adalah gangguan fisik, fisiologis, psikologis, dan semantik yang tak terhindarkan yang mendistorsi pesan
- h. Konteks adalah lingkungan fisik, sosial-psikologis, keduniawian, dan budaya di mana komunikasi terjadi
- i. Etika adalah dimensi moral dari komunikasi, studi tentang apa yang menjadikan perilaku bermoral atau baik sebagai lawan dari tindakan amoral dan buruk

Komunikasi Interpersonal yang efektif bisa diwujudkan dengan beberapa aspek (DeVito, 2016) :

#### 1. Aspek keterbukaan

Keterbukaan dalam komunikasi interpersonal mengacu pada kesediaan seseorang untuk mengungkapkan diri atau informasi tentang dirinya

sebagaimana mestinya. Keterbukaan juga mencakup keinginan untuk mendengarkan secara terbuka dan bereaksi jujur terhadap pesan orang lain.

## 2. Aspek Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain dari sudut pandang orang itu tanpa kehilangan identitas diri sendiri. Langkah pertama dalam empati, tentu saja, adalah memahami apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Empati memungkinkan seseorang untuk memahami secara emosional apa yang dialami orang lain.

Empati paling baik diekspresikan dalam dua bagian berbeda yaitu berpikir empati dan merasakan empati. Dalam berpikir empati, kita mengekspresikan pemahaman tentang apa yang orang lain maksudkan. Misalnya, ketika kita memparafrasekan komentar seseorang, menunjukkan bahwa kita memahami arti yang orang tersebut komunikasikan, itulah yang disebut berkomunikasi dengan berpikir empati. Bagian kedua adalah perasaan empati; di sini kita mengekspresikan perasaan kita tentang apa yang dirasakan orang lain; dengan kata lain, kita menunjukkan kesamaan antara apa yang kita rasakan dan apa yang orang lain rasakan. Seringkali kita akan merespon dengan pemikiran dan perasaan empati dalam tanggapan singkat yang sama.

### 3. Aspek Dukungan (*Supportiveness*)

Dukungan dalam komunikasi adalah perilaku yang deskriptif daripada evaluatif dan sementara bukan tertentu (Gibb dalam DeVito, 2016). Pesan deskriptif menyatakan secara relatif obyektif apa yang Anda lihat atau apa yang Anda rasakan — berlawanan dengan pesan evaluatif, yang mengekspresikan pendapat dan penilaian Anda. Pesan deskriptif dapat membuat orang lain merasa didukung; dibandingkan dengan menghakimi atau mengevaluasi, yang di sisi lain, dapat menimbulkan sikap defensif.

Adanya sikap mendukung (*supportiveness*) ini juga ditunjukkan dengan adanya komitmen dari masing-masing pihak yang berkomunikasi untuk mendukung terselenggaranya interaksi secara terbuka.

### 4. Aspek sikap positif

Sikap positif dapat ditunjukkan dengan penggunaan pesan positif yang mengekspresikan sikap ini (seperti memuji orang lain) bersamaan dengan penerimaan dan persetujuan.

### 5. Aspek kesetaraan

Dalam komunikasi interpersonal, istilah kesetaraan mengacu pada sikap atau pendekatan yang memperlakukan setiap orang sebagai kontributor penting dan vital bagi interaksi. Dalam situasi apa pun, tentu saja, ada beberapa ketidaksetaraan; satu orang lebih tinggi

dalam hierarki organisasi, lebih berpengetahuan, atau lebih efektif secara interpersonal. Terlepas dari kenyataan ini, sikap superioritas harus dihindari. Komunikasi interpersonal umumnya lebih efektif ketika terjadi dalam suasana kesetaraan.

## II. Tujuan Pelatihan

Setelah mengikuti pelatihan ini, peserta mampu :

1. Memahami pengertian, elemen, serta aspek-aspek dalam komunikasi interpersonal.
2. Mengaplikasikan komunikasi interpersonal yang baik sesuai dengan aspek-aspeknya dalam kehidupan sehari-hari .

## III. Rancangan Program Pelatihan

### 1. Metode

Pelatihan ini menggunakan beberapa metode pelatihan. Setiap metode yang digunakan disesuaikan dengan kebutuhan per sesi. Metode-metode yang digunakan dalam pelatihan ini meliputi metode tatap muka, ceramah, presentasi, diskusi, role playing, ice breaking, sharing, aktivitas di ruangan, refleksi, dan menulis.

### 2. Kegiatan

Pelatihan komunikasi interpersonal ini terdiri dari beberapa kegiatan. Berikut ini adalah kegiatan-kegiatan dan metode yang akan diberikan dalam pelatihan ini :

No.	Kegiatan	Metode
1.	Pengisian Skala Pre Test	Menulis
2.	Sambutan dari Dosen	Tatap muka, ceramah
3.	Doa	Tatap muka
4.	Semangat Pagi	Aktivitas di ruangan
Sesi 1 : Talk It Out		
(Aktivitas 1)		
5.	Perkenalan	Sharing
6.	Ice Breaking	Ice breaking
7.	Jingle	Aktivitas di ruangan
(Aktivitas 2)		
8.	Talk it out	Ceramah, presentasi film, menulis, dan diskusi
Sesi 2 : Rasa Mu – Rasa Ku		
(Aktivitas 1)		
9.	Ice breaking	Ceramah
(Aktivitas 2)		
10.	Rasa Mu – Rasa Ku	Ceramah, role playing, game dan menulis
12.	Pengisian lembar kerja komunikasi interpersonal	Refleksi, diskusi, menulis
13.	Pengisian lembar evaluasi dan post test pelatihan komunikasi interpersonal	Menulis



### Sesi 1 :Talk it out

Aktivitas 1: Perkenalan, Jingle, Ice breaking

❖ Tujuan – pada akhir aktivitas ini, para peserta akan mampu :

- a. Mengenal para trainer dan para trainee
- b. Menyebarkan semangat

❖ Waktu yang dibutuhkan : 45 menit

❖ Metode : aktivitas diruangan

❖ Jingle : melompat lebih tinggi – Sheila on 7

❖ Ice breaking : Ea Ea, Semangat Su , Potong bebek angsa (wik, wek, wok)

Langkah langkah :

1. EA EA

- Ketika fasilitator mengucapkan A , silahkan trainee mengucapkan E dan sebaliknya.

2. Semangat Su

- Ketika fasilitator mengucapkan “Semangat 1” silahkan meengucapkan “Su”
- Ketika fasilitator mengucapkan “Semangat 2” silahkan meengucapkan “Su Su”
- Ketika fasilitator mengucapkan “Semangat 3” silahkan meengucapkan “Susu saya susu semangat”

3. Potong bebek angsa (wik,wek, wok)

- Menyanyikan potong bebek angsa dengan lirik diganti wik wek wuk

Aktivitas 2 : Talk it out

❖ Tujuan – pada akhir aktivitas ini, para peserta akan mampu :

Peserta mampu mengenali elemen-elemen dalam berkomunikasi serta sikap positif dan dukungan yang dapat diberikan ke komunikan dalam kehidupan sehari-hari. Dimana sikap positif bertujuan untuk menamakan perasaan positif dalam diri sendiri dan memberikan dorongan kepada orang lain untuk lebih berpartisipasi. Sedangkan dukungan memiliki tujuan menanamkan sifat suportif dan fleksibel dalam berkomunikasi.

❖ Waktu yang dibutuhkan : 35 menit

❖ Kelompok sasaran : 20-30 orang

❖ Metode : Ceramah, presentasi film, menulis, dan diskusi

- ❖ Media dan alat : alat tulis, lcd proyektor, mic
- ❖ Instruksi
  1. Trainer mengajak trainee untuk mengemukakan pendapat tentang apa itu komunikasi
  2. Trainer menjelaskan unsur yang penting dalam komunikasi
  3. Trainer mengajak menonton video contoh komunikasi yang gagal atau salah.
  4. Trainer mengajak diskusi dengan trainee tentang apa saja yang menyebabkan komunikasi gagal dalam video yang sudah ditonton.
  5. Trainer menjelaskan elemen-elemen dalam komunikasi seiring dengan apa yang telah didiskusikan
  6. Trainer meminta peserta untuk menuliskan sikap positif dan dukungan yang telah dilakukan.
  7. De brief
- ❖ Hasilku
  1. Ceritakan pengalaman komunikasi yang paling unik yang pernah kalian alami !



## Sesi 2 : Rasa Mu- Rasa Ku

### Aktivitas 1: Ice breaking

- ❖ Tujuan – pada akhir aktivitas ini, para peserta akan mampu :
  - a. Membangkitkan semangat peserta
- ❖ Waktu yang dibutuhkan : 15 menit

- ❖ Metode : aktivitas diruangan
- ❖ Ice breaking : suara saru

Langkah-langkah

1. Ketika fasilitator mengangkat tangan kanan ke atas trainee menyuarakan “Yes”
2. Ketika fasilitator mengangkat tangan kiri ke atas, trainee menyuarakan ‘No”
3. Ketika fasilitator mengangkat tangan kiri ke atas, trainee menyuarakan “No”

Aktivitas 2 : Rasa Mu- Rasa Ku

- ❖ Tujuan – pada akhir aktivitas ini, para peserta akan mampu :  
Peserta mampu terbuka dalam berkomunikasi, berempati dengan lawan bicara dan mengetahui kesetaraan dalam berkomunikasi dengan baik. Aspek keterbukaan memiliki tujuan untuk ketersediaan peserta untuk saling berbagi informasi satu dengan yang lain dan ketersediaan untuk mendengarkan. Aspek empati memiliki tujuan agar peserta peka terhadap perasaan orang lain yang berada disekitarnya. Aspek kesetaraan mempunyai tujuan agar peserta dapat mengenali kesetaraan yang ada dalam berkomunikasi.
  - ❖ Waktu yang dibutuhkan : 35 menit
  - ❖ Kelompok sasaran : 20-30 orang
  - ❖ Metode : Ceramah, role playing, *game* dan menulis
  - ❖ Media dan alat : alat tulis
  - ❖ Instruksi
1. Membagi trainee secara berpasangan dengan kriteria bukan teman sekamar.
  2. Trainee dipersilahkan menceritakan pengalaman-pengalamannya selama seminggu terakhir kepada pasangan selama 10 menit.
  3. Trainee menceritakan perasaan dan pengalamannya selama sesi roleplay dengan tunjuk tangan.
  4. Trainer debrief dengan materi komunikasi interpersonal.
  5. Trainer akan membagi trainee menjadi dua kelompok .

6. Setiap kelompok akan memilih salah satu dari mereka untuk di jadikan sebagai ketua kelompok.
7. Tugas kelompok adalah membuat Gerakan dari kertas yang di berikan oleh trainer.
8. Semua kelompok akan menghadap kebelakang kecuali ketuanya.
9. Ketua kelompok akan meyalurkan informasi menggunakan Gerakan tanpa bersuara.
10. Untuk orang yang ada dipaling belakang akan menebak gaya yang diberikan dari orang yang paling depan.
11. *De brief*

❖ Game : Komunikasi kata gaya

Langkah- langkah

- Peserta akan di bagi menjadi 3 kelompok .
- Setiap kelompok akan dipimpin oleh ketua kelompok.
- Dalam permainan ini akan di pimpin trainer/ fasilitator.
- Trainer/ fasilitator memberikan misi berupa kalimat-kalimat yang sudah disediakan.
- Misi misi berisi : timun emas, bintang kecil, ular berbisa, polisi tidur, sosis goreng, buaya darat, kuli panggul, matahari bersinar, anjing mandi dikali, saya makan pisang, adik naik sepeda, atlet panjat tebing, kucing mengejar tikus, putri duyung berenang, petani menanam padi.

❖ Hasilku

1. Ekspresi apa yang sering temen-temen perlihatkan !

2. Apa yang kamu dapat dari permainan disesi ini !





	A		B	C	D	
1						
2	<b>Penilai</b>		<b>Konsep Dasar</b>	<b>Tujuan</b>	<b>Rancangan Pelatihan</b>	
3						
4	Kuriake Kharisma, S.Psi, M.Si, Psil		4	4	3	
5	Monika Windriya Satya, S.Psi, M.Ps		5	3	3	
6	Widawati Hapsari, S.Psi, M.Psi		4	5	4	
7	Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi, M.		4	3	2	
8	Leonardus Devi Heryanto, S.Psi, C		4	4	3	
9	Bagas Reshal Wicaksono, S.Psi		5	5	4	
10	Rata-rata		4,333333333	4	3,166666667	
11						
	E	F	G	H	I	J
	<b>SESI 1 "Talk It Out"</b>					
	<b>Aktivitas 1</b>			<b>Aktivitas 2</b>		
	<b>Tujuan</b>	<b>Agenda Kegiatan</b>	<b>Instruksi Praktis</b>	<b>Tujuan</b>	<b>Agenda Kegiatan</b>	<b>Instruksi Praktis</b>
	3	3	3	3	3	4
	4	3	3	4	3	3
	4	3	3	4	3	3
	4	2	3	4	2	3
	4	3	3	4	4	4
	5	4	4	5	4	4
	4	3	3,166666667	4	3,166666667	3,5
	Rata-rata Sesi 1					3,472222222
	<b>RATA-RATA MODUL PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL</b>					
	3,588888889					
	M	N	O	P	Q	R
	<b>SESI 2 "Rasa Mu- Rasa Ku"</b>					
	<b>Aktivitas 1</b>			<b>Aktivitas 2</b>		
	<b>Tujuan</b>	<b>Agenda Kegiatan</b>	<b>Instruksi Praktis</b>	<b>Tujuan</b>	<b>Agenda Kegiatan</b>	<b>Instruksi Praktis</b>
	4	3	3	4	4	4
	4	4	4	5	3	3
	4	3	3	4	3	3
	4	2	3	3	2	3
	3	3	3	4	4	4
	5	4	4	5	4	4
	4	3,166666667	3,333333333	4,166667	3,333333333	3,5
	Rata-rata Sesi 2					3,583333333





SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN  
UNTUK IKUT SERTA DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama lengkap        :

Usia                    :

Tempat/tgl lahir     :

Menyatakan bersedia dan tidak keberatan menjadi responden penelitian *training soft skill* dengan tema *leadership*, motivasi, kesadaran diri, dan komunikasi yang dilakukan mahasiswa/i psikologi Unika Soegijapranata yang bertempat di Panti Asuhan St.Thomas Bergas.







	pelatihan													
14	Kemampuan pelatih dalam mengelola kelas													
D	PELAKSANAAN PELATIHAN													
15	Ketepatan jadwal pelatihan													
16	Efektifitas waktu pelatihan													
17	Variasi kegiatan pelatihan sehingga tidak membosankan													

USUL DAN SARAN



## B. Hasil evaluasi reaksi

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	<b>SUBYEK</b>	<b>ITEM 1</b>	<b>ITEM 2</b>	<b>ITEM 3</b>	<b>ITEM 4</b>	<b>ITEM 5</b>	<b>ITEM 6</b>	<b>ITEM 7</b>	<b>ITEM 8</b>	<b>ITEM 9</b>
2	DP	10	9	9	8	10	9	10	10	10
3	ES	10	10	10	10	10	10	10	10	10
4	KA	9	9	8	8	9	8	8	6	7
5	AS	8	8	8	8	9	9	10	10	9
6	R	9	8	10	10	10	9	10	9	8
7	MNS	10	9	9	9	10	10	10	1	10
8	AG	7	7	7	7	6	6	6	6	6
9	RH	4	10	10	6	10	10	1	10	6
10	ME	9	8	9	9	10	10	7	10	10
11	VNF	10	9	9	8	7	7	7	7	8
12	MAWC	10	9	8	8	8	10	10	1	1
13	FJH	5	9	10	6	8	7	6	7	10
14	SPL	7	7	8	8	8	8	8	8	8
15	H	9	9	9	8	8	8	2	6	7
16	PN	10	10	10	10	10	10	10	10	10
17	YPS	7	7	7	10	9	9	8	8	7
18	NB	9	10	9	9	9	9	1	4	7
19	MT	8	9	10	9	7	8	5	5	5
20	Kategori ISI					Kategori Sarana dan prasarana				
	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	
	<b>ITEM 10</b>	<b>ITEM 11</b>	<b>ITEM 12</b>	<b>ITEM 13</b>	<b>ITEM 14</b>	<b>ITEM 15</b>	<b>ITEM 16</b>	<b>ITEM 17</b>	<b>JUMLAH</b>	
	10	10	10	10	10	10	10	10	165	
	10	10	10	10	10	10	10	10	170	
	7	9	9	9	9	8	8	8	139	
	9	9	8	9	8	9	9	9	149	
	8	8	8	9	8	8	8	8	148	
	7	8	6	7	5	5	7	8	131	
	6	6	6	7	7	7	7	7	111	
	6	2	4	3	7	1	6	4	100	
	8	8	7	7	8	8	7	8	143	
	7	8	8	9	8	6	6	9	133	
	5	8	8	8	8	10	10	4	126	
	9	9	7	6	7	9	10	9	134	
	7	8	8	8	7	9	10	9	136	
	7	7	8	8	8	8	8	8	128	
	10	10	10	10	10	10	10	10	170	
	7	7	8	7	7	7	8	7	130	
	10	10	10	10	10	9	8	8	142	
	9	9	8	10	8	8	8	9	135	
	Kategori Fasilitator					Kategori Pelaksanaan Pelatihan			8,1372549	
	8,033333333					8,092592593				

## C. Skala pengetahuan komunikasi interpersonal

## Soal Tes

1. Komunikasi interpersonal dilakukan minimal ... orang. (Knowledge)
  - a. 1
  - b. 2 \*
  - c. 3
  - d. 4
2. Berikut ciri-ciri komunikasi interpersonal :
  - 1) Terdapat interaksi verbal dan non-verbal yang terus berubah
  - 2) Pihak yang satu berbicara dan pihak yang lain mendengarkan
  - 3) Interaksi tidak terjadi secara simultan
  - 4) Adanya hubungan yang bersifat *dyadic*
 Berdasarkan ciri-ciri di atas, manakah yang bukan merupakan ciri-ciri komunikasi interpersonal ? (Knowledge)
  - a. 1)
  - b. 2)
  - c. 3) \*
  - d. 4)
3. Berikut beberapa elemen komunikasi interpersonal :
  - 1) Encoding
  - 2) Message
  - 3) Frekuensi
  - 4) Feedback
  - 5) Noise
  - 6) Decoding
  - 7) Resonansi
 Berdasarkan ciri-ciri di atas, manakah yang termasuk elemen dari komunikasi interpersonal ? (Comprehension)
  - a. 1, 2, 4, 5, 7
  - b. 1, 2, 3, 4, 7
  - c. 1, 2, 4, 5, 6 \*
  - d. 1, 2, 3, 4, 6
4. Gangguan berupa fisik, fisiologis, psikologis, dan semantik yang mengakibatkan pesan yang ditangkap oleh komunikan berbeda dengan pesan yang disampaikan oleh komunikator kepadanya disebut ...(Knowledge)
  - a. Noise \*
  - b. Message
  - c. Channel
  - d. Encoding
5. Proses penerjemahan pikiran ke dalam bentuk simbol-simbol khusus yang berupa pesan verbal dan nonverbal disebut ... (Knowledge)
  - a. Noise
  - b. Message
  - c. Channel
  - d. Encoding \*

6. Memberi pujian kepada orang lain termasuk dalam salah satu aspek komunikasi yaitu ... (Application)
  - a. Aspek keterbukaan
  - b. Aspek sikap positif \*
  - c. Aspek empati
  - d. Aspek kesetaraan
7. Kemampuan seseorang untuk merasakan apa yang orang lain rasakan, dapat memahami sesuatu yang sedang dialami orang lain tanpa kehilangan identitas diri sendiri merupakan salah satu aspek komunikasi interpersonal, yaitu ... (Knowledge)
  - a. Aspek keterbukaan
  - b. Aspek sikap positif
  - c. Aspek empati \*
  - d. Aspek kesetaraan
8. Adanya komitmen dari masing-masing pihak yang berkomunikasi untuk mendukung terselenggaranya interaksi secara terbuka termasuk salah satu ciri dalam aspek .. (Knowledge)
  - a. Aspek sikap mendukung \*
  - b. Aspek sikap positif
  - c. Aspek empati
  - d. Aspek kesetaraan
9. Adanya orang yang lebih tinggi dalam hierarki organisasi, lebih berpengetahuan, atau lebih efektif secara interpersonal dapat menghambat salah satu aspek dalam komunikasi interpersonal, yaitu ... (Knowledge)
  - a. Aspek sikap mendukung
  - b. Aspek sikap positif
  - c. Aspek empati
  - d. Aspek kesetaraan \*
10. Berikut ciri-ciri salah satu aspek komunikasi interpersonal :
  - 1) Komunikasi interpersonal berlangsung secara adil
  - 2) Komunikasi interpersonal berlangsung dua arah
  - 3) Bersifat transparan
  - 4) Dapat diterima oleh semua pihak.
 Ciri-ciri tersebut termasuk dalam aspek .. (Knowledge)
  - a. Aspek sikap positif
  - b. Aspek empati
  - c. Aspek keterbukaan \*
  - d. Aspek kesetaraan
11. Budi tiba-tiba sakit dan tidak bisa masuk sekolah. Budi menggunakan LINE untuk mengabari temannya. Temannya kemudian menyampaikanapa yang dikatakan Budi pada Gurunya. Disini LINE termasuk dalam elemen komunikasi yaitu...
  - a. Konteks
  - b. Noise
  - c. Channel
  - d. Encoding
12. Mimi bertemu dengan temannya ketika sedang menonton konser Sheila on 7. Mimi bercakap-cakap dengan temannya namun temannya kesulitan



mendengar apa yang dikatakan Mimi karena suara konser yang sangat keras. Suara yang berasal dari konser ini termasuk dalam elemen komunikasi yaitu... (Noise)

- a. Etika
- b. Noise
- c. Channel
- d. Encoding

13. Pius ingin mengatakan “selamat pagi” pada temannya yang berasal dari Inggris. Pius akhirnya berkata “Good Morning” agar teman dia yang berasal dari Inggris ini paham apa yang dikatakan Pius. Proses diatas termasuk dalam elemen komunikasi yaitu... (Encoding)

- a. Decoding
- b. Source
- c. Etika
- d. Encoding

14. Ade adalah seorang akuntan. Setelah menyelesaikan laporan keuangan, Ade mengecek apakah saldo dan uang fisik yang ada di brankas. Ternyata uang di brankas ada kekurangan sebesar Rp. 250.000,00-. Pada saat jatuh tempo laporan, Ade mengatakan bahwa saldo sudah sesuai dengan uang yang ada. Aspek komunikasi interpersonal yang tidak ada pada Ade adalah... (keterbukaan).

- a. Keterbukaan
- b. Empati
- c. Sikap Positif
- d. Sikap Mendukung

15. Femy ingin curhat pada Sola. Sola menyetujui dan mendengarkan curhat dari Femy. Femy curhat tentang ketidakmampuannya mengerjakan tugas dari gurunya. Sola kemudian merespon “kamu sih tidak mendengarkan bu guru”. Femy merasa tersinggung karena dia merasa sudah memperhatikan hanya saja menurut Femy, Guru menjelaskan terlalu cepat dan dia tidak bisa mengikuti. Aspek komunikasi interpersonal yang hilang dari Sola adalah... (empati).

- a. Kesetaraan
- b. Empati
- c. Keterbukaan
- d. Sikap Positif



## D. Pretest dan posttest pengetahuan komunikasi interpersonal

Pre	Post
2	7
3	7
4	7
3	7
3	7
3	9
6	9
4	9
4	10
4	10
5	10
6	9
6	10
7	10
5	11
7	11
7	11
4	12





A. Lembar *follow up*

# LEMBAR FOLLOW UP

NAMA PRAKTIKAN :



### S.M.A.R.T

Setiap individu memiliki tujuan hidup namun seringkali bingung untuk memulainya darimana. Oleh karena itu, konsep S.M.A.R.T menjadi salah satu alternatif untuk merumuskan tujuan secara efektif. S.M.A.R.T merupakan singkatan dari *Spesific, Measureable, Achiveable, Relevant, Time bound*. Berikut penjelasan langkah – langkah merumuskan tujuan dengan konsep S.M.A.R.T :

1. *Spesific*, individu dapat menentukan tujuan yang diinginkan secara terperinci. Individu dapat menentukan tujuan yang spesifik dengan memikirkan hal yang ingin di capai dan apa saja yang bisa dilakukan untuk mencapai tujuannya. Misal : Saya ingin mendapat nilai 100 pada mata pelajaran matematika. Saya akan mengerjakan soal matematika setiap hari.
2. *Measurable*, individu menentukan jumlah atau frekuensi kegiatan yang dilakukan untuk mencapi tujuan. Misal : Saya akan mengerjakan minimal dua soal matematika setiap malam.
3. *Achievable*, individu harus memastikan bahwa kegiatan dapat dicapai, sesuai dengan standar, dan sesuai dengan kemampuan.
4. *Relevant*, individu harus memastikan bahwa sasaran atau kegiatan yang dilakukan sesuai dengan kebutuhan diri.
5. *Time bound*, individu menentukan jangka waktu untuk mencapai tujuan. Misal : dalam waktu seminggu, dua minggu, dan seterusnya.

Nama Peserta : \_\_\_\_\_

Tujuan : Memahami komunikasi yang baik dalam lingkungan sekolah maupun lingkungan kerja.

No.	Rencana	Realisasi	Evaluasi
1.	Bercerita tentang kegiatan sehari atau curcol dengan teman dekat. ( <i>seminggu 2 kali</i> )		
2.	Mengerjakan tugas bersama-sama setiap dengan teman-teman panti.		
3.	Memberikan pujian kepada teman yang berperilaku positif dan Mengucapkan rasa terimakasih dan mengucapkan minta tolong kepada orang-orang sekitar dalam <i>satu minggu</i> .		
4.	Bersikap sopan dengan orang yang lebih tua seperti Suster dan Bapak/Ibu Guru.		
5.	Mengepresikan perasaan tentang apa yang dialami orang-orang disekitar kita.		

B. Hasil follow up

Sri Pita liana

Rencana	Realisasi	Evaluasi
Bercerita (ngompi)	✓	Saya merasa lebih nyaman dan merasa tenang karena udah berbuka dgn bercerita dgn teman
kerja kelompok	✓	Bekerja sama
Memberi Pujian dgn teman	✓	Memberikan dgn kata " yang sopan hingga teman saya merasa tersanjung
Berbagi Pena, Pensil dan lain "	✓	Merasa senang karena udah membagikan apa ya kita miliki dgn teman
Mendengarkan Cerita teman	✓	Mendengarkan, kadang tidak terkecual Janglek, kura
Memberi Masukan/ Saran	✓	Poran hingga teman saya kadang akan menjadi yg lebih baik dan sebelumnya.



Nama Peserta : Yepi Perendah Satnani Lawolo

Tujuan : \_\_\_\_\_

Rencana	Realisasi	Evaluasi
1) Mendengarkan curhat teman.	✓	Komunikasi dengan pasangan (pacar/sahabat) antara yang dewasa & yang seumuran kita, saya mendapatkan pengetahuan / pengalaman baru. Jadi antara orang dewasa itu lebih mengatur / memmanagement waktu & harus saya lakukan. Tapi kalau yang seumuran saling mengingatkan itu kegiatan yang kecil.
2) Mengerjakan tugas	✓	Dapat nilai bagus, Tapi kadang ada aja teman yang ingin menghakimi atau saya nanya suatu materi yang belum saya ngerti tapi yang saya tanya cuek. Dapat nilai pas-pasan juga ketika berhasil melaksanakan sesuatu saya mendapat pujian saya merasa lebih percaya diri, lebih semangat, & melakukanya bisa
3) Membaca puisi & menerima Pujian	✓	* ketika teman saya kehilangan barang/baju saya mencoba menerangkan agar dia tidak terlalu panik * ketika teman saya kehilangan ortu saya berbagi pengalaman & beri dia motivasi agar tetap kuat
4) Berempati	✓	
5) Membenarkan kembali	✓	saya akan lebih ngontrol emosi & mendengarkan orang lain.

Nama Peserta : Katharina Abadeu

Tujuan : Komunikasi Inter Personal

Rencana	Realisasi	Evaluasi
• Ber cerita dengan Teman	✓	Mendapatkan informasi
• Mendengarkan Teman yang lagi curhat	✓	karena mendengarkan curhatan dari teman itu, saya merasa kasihan dan
• Terima kasih	✓	Memberi pujian kepada teman karena itu salah satu bentuk kebiasaan
• Menevanti Teman	✓	merasa sangat senang karena bisa menemani teman yg lagi sendirian
• Berbicara dengan orang yang lebih tua atau tinggi	✓	sangat senang berkeanongkan dengan orang yg lebih tua selain merasa agak minder dan ragu-ragu
• Mengesprasikan perasaan teman yang lagi curhat	✓	merasa sangat terhibur dan menepertuikan saat teman



Nama Peserta: Lidia Sali Kurniati

Tujuan: Komunikasi Interpersonal

Rencana	Realisasi	Evaluasi
* Bercerita dengan Teman	✓	dapat informasi dari teman.
* Menghargai teman yg sedang curhat	✓	Bisa mengerti apa yg dirasakan Teman curhat.
* Memberi pujian / berterima kasih	✓	Supaya teman yg kita beri Pujian senang dan akan berbuat lebih baik lagi.
* Membantu ke Orang lain	✓	Merasa ikut Sed senang karena teman membantu org lain.
* Berbicara dg Orang yang lebih tua/datar	✓	Merasa agak gugup saat bicara
* Mengalirkan Perasaan teman yg curhat	✓	Kaget, memberi masukan dan Penghiburan

## C. Daftar Presensi

DAFTAR PESERTA PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL

Nomor	Daftar Peserta	Tanda Tangan
1.	Hima	✓
2.	Ros Harefa	✓
3.	Marsela Eli	✓
4.	Yepi Perendah Satriani	✓
5.	Popi Novita	✓
6.	Vindy Nur Fitriani	✓
7.	Natalia Belanita	✓
8.	Fira Juwita Harefa	✓
9.	Delsi Plestari	✓
10.	Eselia Sela	✓
11.	Maria Anisa Wong Cing	✓
12.	Agustina Selmi	✓
13.	Rini	✓
14.	Mikawati Nur Savitri	✓
15.	Katharina Abaseu	✓
16.	Maria Timo	✓
17.	Sri Pita Liana	✓
18.	Anjelita Gea	✓





	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9	y10	y11	y12	y13	y14	y15	y16	y17	y18	y19	y20
1	4	4	4	3	5	1	3	3	4	3	4	5	5	5	4	5	5	3	3	5
2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	5	4	4	4	5	4	3	3	5
3	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	1	4	4
4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	5	4	4	4	3	3	4
5	4	5	4	4	4	3	4	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	1	5	4
6	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
7	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
8	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
9	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
10	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
11	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
12	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
13	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
14	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
15	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
16	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
17	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
18	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
19	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	3
20	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
21	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
22	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
23	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
24	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
25	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
26	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
27	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
28	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4

	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9	y10	y11	y12	y13	y14	y15	y16	y17	y18	y19	y20
29	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
30	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
31	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
32	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
33	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
34	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
35	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
36	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
37	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
38	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
39	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
40	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
41	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
42	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
43	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
44	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
45	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
46	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
47	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
48	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	3
49	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
50	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
51	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
52	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
53	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
54	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
55	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
56	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5

	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9	y10	y11	y12	y13	y14	y15	y16	y17	y18	y19	y20
57	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
58	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
59	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
60	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
61	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
62	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
63	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
64	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
65	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
66	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
67	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
68	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
69	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
70	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
71	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
72	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
73	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
74	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
75	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
76	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
77	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
78	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
79	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
80	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
81	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
82	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
83	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
84	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5



	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9	y10	y11	y12	y13	y14	y15	y16	y17	y18	y19	y20
85	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
86	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
87	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
88	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
89	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
90	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
91	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
92	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
93	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
94	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
95	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
96	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
97	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
98	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
99	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
100	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
101	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
102	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
103	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
104	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
105	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
106	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
107	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
108	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
109	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
110	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
111	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
112	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5



	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9	y10	y11	y12	y13	y14	y15	y16	y17	y18	y19	y20
113	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
114	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
115	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
116	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
117	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
118	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
119	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
120	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
121	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
122	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
123	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
124	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
125	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4
126	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	3	4
127	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
128	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
129	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
130	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4
131	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
132	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
133	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
134	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
135	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
136	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
137	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4
138	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
139	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
140	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5

	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9	y10	y11	y12	y13	y14	y15	y16	y17	y18	y19	y20
140	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	5	5
141	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
142	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
143	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
144	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5
145	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	5





**LAMPIRAN L**  
**HASIL FOLLOW UP**

No.	Inisial Subjek	Jumlah Rencana	Jumlah Checklist Realisasi	Presentase Keberhasilan
1.	DP	6	6	100%
2.	ES	6	6	100%
3.	KA	6	6	100%
4.	AS	5	5	100%
5.	R	6	6	100%
6.	MNS	6	6	100%
7.	AG	6	6	100%
8.	RH	6	4	66,67%
9.	ME	6	6	100%
10.	VNF	6	6	100%
11.	MAWC	5	5	100%
12.	FJH	6	6	100%
13.	SPL	6	6	100%
14.	H	5	5	100%
15.	PN	7	7	100%
16.	YPS	5	5	100%
17.	NB	6	6	100%
18.	MT	6	6	100%
	Rata-rata	Presentase	Keberhasilan	98 %



**LAMPIRAN M**  
**DOKUMENTASI**












**4.9%** PLAGIARISM  
APPROXIMATELY

**4.11%** IN QUOTES

## Report #11126410

32 BAB 1 PENDAHULUAN Latar Belakang Masalah Masa remaja merupakan masa sebagai periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional ADDIN (Santrock, 2007). Masa remaja berlangsung antara usia 17 tahun sampai 20 tahun. Karakteristik pertumbuhan dan perkembangan remaja adalah pertumbuhan fisik, kemampuan berpikir, mengenali identitas dan menjalin hubungan dengan teman sebaya dan orang tua ADDIN (Wulandari, 2014). Pada masa remaja terjadi perubahan sangat cepat baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan-perubahan yang terjadi yaitu, peningkatan emosional hasil dari perubahan fisik terutama hormon yang terjadi pada remaja, kematangan seksual membuat mereka tidak yakin akan kemampuan diri sendiri, dan sikap ambivalen dimana mereka menginginkan kebebasan tetapi takut memikul tanggung jawab ADDIN (Putro, 2017) Remaja mempunyai tugas-tugas perkembangan yang harus disosialisasikan dengan baik. Masa ini merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan remaja. Tugas-tugas perkembangan remaja seperti, mengembangkan keterampilan komunikasi dan bergaul dengan teman sebaya baik individu maupun kelompok, menemukan model yang dijadikan sebagai identitas diri dan menerima diri