

**PELATIHAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL UNTUK MENINGKATKAN  
KEMATANGAN EMOSI P2M IKASI KOTA SURAKARTA**

**Nurrudin Priya Budi Santoso<sup>1</sup>, Shodiq Hutamono<sup>2</sup>  
Erik Teguh Prakoso<sup>3</sup>, Muh Ikhwan Iskandar<sup>4</sup> Laras Ayu Putri Budiarti<sup>5</sup>**

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan

\*e-mail: [erik@lecture.utp.ac.id](mailto:erik@lecture.utp.ac.id)

**Abstract**

*Community service on Interpersonal Communication training to enhance emotional maturity in P2M Ikasi Surakarta City is an effort to provide new soft skills to enable them to assertively implement it in directed communication. This is related to fostering good interpersonal relationships among parents, athletes, and coaches, contributing to improved performance in their current sports pursuits. The context involves establishing positive interpersonal relationships to manage emotions according to the characteristics of each individual. The aim of this community service is to provide new skills to users in P2M Ikasi Surakarta City, including parents, coaches, managers, and athletes in the field of sports. By utilizing interpersonal communication effectively and modifying emotional maturity control, it is hoped to cultivate mutual respect and appreciation. Through directed methods and guidance from practitioners and academics, an improvement in interpersonal communication and emotional maturity is expected, especially in the context of communication. Observations by the service team reveal a low level of interpersonal communication among some individuals in the P2M Ikasi Surakarta City organization, particularly in interactions with older individuals, managers, and coaches. This has the potential to negatively impact relationships among individuals within the organization. In addressing these issues, the role of academics is crucial in collaborating with practitioners, especially Counselors at UTP Surakarta. This collaboration is manifested through community service activities supported by higher education institutions, focusing on Interpersonal Communication training to enhance emotional maturity for members of P2M Ikasi Surakarta City.*

**Keywords:** *Interpersonal Communication, emotional maturity*

**Abstrak**

Pengabdian kepada masyarakat tentang pelatihan Komunikasi Interpersonal dalam meningkatkan kematangan emosi di P2m Ikasi Kota Surakarta merupakan upaya pemberian soft skill baru kepada agar mampu untuk mengimplementasikan secara asertif terkait dengan bentuk komunikasi yang terarah antara orangtua, atlet maupun pelatih didalam meningkatkan prestasi di bidang olahraga yang saat ini di pelajarnya. konteksnya adalah hubungan interpersonal terjalin dengan baik dalam mengelola emosional yang ada sesuai dengan karakteristik masing –masing individu. Pengabdian kepada masyarakat ini memiliki tujuan yakni memberikan keterampilan baru bagi para pengguna dalam bidang olahraga khususnya P2m IKASi Kota Surakarta yang terdiri dari berbagai unsur, baik orang tua, pelatih, pengurus maupun atlet. Dalam memanfaatkan Komunikasi interpersonal dengan baik dan benar dengan memodifikasi kontrol kematangan emosi, yang hal ini mengalir melalui hubungan antara individu satu dengan lainnya dapat menumbuhkan rasa saling menghormati dan menghargai. Dengan metode yang terarah dengan pendampingan kepada para Praktisi dan akademisi diharapkan mampu meningkatkan komunikasi interpersonal serta dapat meningkatkan kematangan emosi yng lebih stabil, khususnya dalam hal komunikasi. Berdasarkan hasil observasi dari tim pengabdian, ditemukan beberapa individu dalam organisasi P2m IKASI Kota Surakarta, terlihat akan rendahnya komunikasi interpersonal baik dengan orang yang lebih tua, dengan pengurus ataupun juga dengan pelatih. hal inilah yang nantinya akan berdampak pada proses hubungan yang kurang baik antar individu yang ada di organisasi tersebut. Berkaitan dengan permasalahan tersebut diatas, maka sangat diperlukanya peran dari para akademisi untuk bersinergi kepada para praktisi secara khusus, dalam hal ini adalah Konselor yang ada di UTP Surakarta. Salah satu bentuk sinergi yng dilakukan adalah melalui kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang didukung oleh lembaga Perguruan Tinggi, dimana dalam hal ini secara eksplisit dilaksanakanya kegiatan pelatihan Komunikasi Interpersonal untuk meningkatkan Kematangan emosi bagi P2m Ikasi Kota Surakarta.

**Kata Kunci:** komunikasi interpersonal, kematangan emosi

Submitted: 2024-02-5

Revised: 2024-02-5

Accepted: 2024-02-5

---

## **Pendahuluan**

Setiap individu akan mengalami tahapan perkembangan dan salah satunya adalah masa remaja yaitu periode transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa. Individu yang memasuki masa remaja akan mengalami perubahan-perubahan, baik dari sisi biologis, kognitif, maupun sosio-emosional. Saat memasuki masa remaja, individu mengalami proses untuk menemukan tempat dalam masyarakat yang biasa dikenal dengan proses pencarian identitas.

Menurut Kay ( dalam Yusuf, 2001:72) untuk menuju pertumbuhan yang matang remaja dihadapkan pada tugas-tugas perkembangan yang tidak sedikit jumlahnya diantaranya yaitu : menerima fisiknya sendiri, mencapai kemandirian emosional, mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya, menemukan manusia model yang dijadikan identitas, menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan sendiri, mampu mengendalikan emosi dan mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri yang kekanak-kanakan.

Melihat dari beberapa tugas perkembangan serta permasalahan-permasalahan remaja diatas, remaja diharapkan memiliki komunikasi interpersonal dalam dirinya karena hal ini berhubungan dengan komunikasi yang dilakukan kepada pihak lain untuk mendapatkan umpan balik, baik secara langsung (face to face) maupun dengan media

Individu yang sering melakukan hubungan sosial dengan baik serta seringnya dapat memecahkan masalah yang dihadapi, dengan pengalamannya maka dia akan mudah memberikan keyakinan dalam dirinya kalau dia akan mampu melakukan tindakan untuk mencapai tujuan dengan berhasil. Dalam melakukan hubungan sosial tersebut dibutuhkan kematangan emosi agar dapat mengontrol emosi serta mengekspresikan emosi tersebut secara wajar tidak berlebihan, selain itu mampu merespon suatu masalah dengan dewasa yakni mampu memberikan solusi yang tepat dan dapat diterima oleh lingkungan.

Dengan komunikasi interpersonal maka berbagai bentuk unjuk kerja dapat tercapai sesuai dengan keinginan. Unjuk kerja seseorang dipengaruhi oleh komunikasi interpersonal dalam dirinya, karena komunikasi interpersonal merupakan suatu kekuatan yang mampu mendorong individu dalam berperilaku, dengan kekuatan dan keyakinan tersebut individu mampu menyelesaikan tugas atau pekerjaan tertentu. Unjuk kerja tersebut bisa juga dipengaruhi oleh kematangan emosi, karena dengan kematangan emosi individu akan berpikir dewasa dalam menampilkan emosinya sehingga mampu mengambil keputusan serta penguasaan keterampilan dan meraih beberapa prestasi yang dihadapi..

### **Permasalahan Mitra**

Permasalahan yang dihadapi mitra saat ini secara spesifik adalah, kurang terjalinnya hubungan secara harmonis didalam organisasi P2m Ikasi Kota Surakarta, yang dimana didalam organisasi banyak terjadi kesenjangan berkomunikasi anatar sesama anggota, masih belum matangnya secara emosional karena di pengurusan lebih cenderung untuk mencapai prestasi kerjanya, sehingga mengesampingkan komunikasi terarah antara individu satu dengan yang lainnya.

Pertanyaan tersebut di atas juga menjadi perhatian bagi tim pengabdian serta perhatian khusus Kondisi seperti ini banyak terjadi dan terbiarkan begitu saja serta sering terkalahkan oleh alasan klasik, yakni karena kurang adanya perhatian dalam kegiatan di organisasi tersebut, kecenderungan yang ada adalah kurang muncul keinginan untuk berekspresif, berkegiatan yang positif, kurang adanya kreatifitas yang dapat memunculkan inovasi produktif dari diri dalam mengembangkan pengelolaan emosi secara matang.

---

## Metode

Metode yang digunakan Tim Pengabdian dalam pemberian pelatihan aplikasi Instrumentasi dalam konseling adalah : metode ceramah, metode diskusi, metode pengelolaan pengadministrasian, metode intrepetasi hasil.

Adapun dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, menggunakan beberapa metode yaitu. (a) Metode ceramah merupakan bentuk langkah-langkah yang dilakukan dalam metode ceramah ini dimaksudkan untuk memberikan penjelasan/penyegaran tentang Art Therapy dengan modifikasi Konseling Krein, yang tentunya sebagaimana besar mahasiswa belum mengetahuinya. (b) Metode diskusi yakni Hal ini dimaksudkan agar mahasiswa penjas secara proaktif mampu menganalisa berbagai macam informasi art therapy dan konseling krein yang nantinya digunakan sebagai bentuk kajian praktek dan penggunaannya. (c) Metode Pengelolaan dan Pengadministrasian dan kegiatan, metode ini dimaksudkan agar dalam pengelolaan administrasi kegiatan berjalan sesuai target, maka mahasiswa diwajibkan untuk membawa laptop pribadi, yang nantinya para konselor, dosen dan praktisi memberikan pendampingan kepada para peserta pelatihan. (d) Metode Intrepetasi Hasil, metode ini dimaksudkan agar para peserta pelatihan mampu untuk menyampaikan danya perubahan baik dari aspek kognitif, afeksi serta psikomotor dari dirinya.

Adabeberapa kegiatan selain dari penjelasan diatas, yakni (a) Workshop Komunikasi Interpersonal: Menyelenggarakan serangkaian workshop yang melibatkan teknik komunikasi efektif, mendengarkan aktif, dan penyelesaian konflik. (b) Sesi Konseling Emosional: Menyediakan sesi konseling kelompok untuk membahas masalah emosional dan memberikan strategi pengelolaan stres. (c) Pelatihan Kematangan Emosi: Memberikan informasi tentang kematangan emosi dan mengajarkan teknik-teknik untuk meningkatkannya. (d) Aktivitas Kelompok: Melibatkan siswa dalam aktivitas kelompok yang mempromosikan kerjasama, saling pengertian, dan dukungan emosional.

## Hasil dan Pembahasan

Dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, ada beberapa hal yang dilaksanakan terkait dengan membantu permasalahan yang sekarang ini dihadapi oleh para peserta pelatihan yakni Peningkatan kemampuan individu dalam berkomunikasi secara efektif dan terbuka, perubahan positif dalam sikap dan respon emosional siswa terhadap tekanan lembaga dan kehidupan sehari-hari, perbaikan hubungan interpersonal antar staf dan karyawan sebagai peserta pelatihan, peningkatan keterampilan penyelesaian konflik dan toleransi.

Dampak:

1. Penurunan tingkat stres dan kecemasan pada individu peserta pelatihan
2. Peningkatan kesejahteraan mental dan emosional peserta pelatihan.
3. Meningkatnya atmosfer positif di lingkungan kerja/organisasi.
4. Peningkatan kinerja akademik karena fokus yang lebih baik dan kerjasama yang lebih baik antar individu satu dan lainnya..

Kesimpulan: Program pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa pelatihan komunikasi interpersonal dan kematangan emosi dapat memberikan manfaat positif bagi individu, tidak hanya dalam aspek organisasi dan instansi tetapi juga dalam pengembangan pribadi dan hubungan sosial mereka. Program ini dapat diadaptasi dan diperluas untuk memberikan dampak positif yang lebih luas dalam komunitas yang ada di organisasi maupun kelembagaan/instansi.

### Daftar Pustaka

- Abror. 2014. *Hubungan Faktor Psikologis Dan Faktor Lingkungan Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja SMP Negeri Di Kecamatan Percut Sei Tuan*. Jurnal. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Ahmadi, Abu. 2013. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Asyhar, Rayanda. 2011. *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta : Gaung Persada (GP) Press Jakarta
- AW, Suranto. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Azwar, S. 2012. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bimo, Walgito. 2013. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Bimo, Walgito. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: C.V Andi.
- Dewi Lianasari dan Edy Purwanto. 2016. *Model Bimbingan Kelompok dengan Teknik Brainstorming untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa*. Semarang: Universitas Negeri Semarang
- Gerungan, 2010, *Psikologi Sosial*. Bandung : PT. Refika aditama
- Marwarnard. 2014. *Prinsip dan Prosedur Penulisan Modul*. Diakses melalui [Http://marwarnard.blogspot.com/2011/11/11blog-spot.html](http://marwarnard.blogspot.com/2011/11/11blog-spot.html). Diakses pada tanggal 5 Mei 2017
- Mulyana, Deddy. 2011. *Ilmu Komunikasi*. Bandung: PT. Rosdakarya.
- Nursalim, Mochamad. 2015. *Pengembangan Profesi Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Erlangga
- Rakhmat, Jalaludin. 2012. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT. Remaja
- Rivai, Veithzal dan Sagala, Ella Jauvani. 2011. *Manajemen Sumber Daya Manusia untuk Perusahaan dari Teori ke Praktik*. Jakarta: PT Raja Grafindo.
- Sanjaya, Wina. 2012. *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan* .Jakarta : PT. Bina Pustaka.
- [Siregar](#), Marabonggala Mukafih . 2015. *Penerapan Metode Sociodrama Untuk Meningkatkan Kemampuan Interpersonal Siswa Kelas Vii Smp Negeri 5 Depok Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi, Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suranto Aw. 2011. *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Taufiq, Sahendra. 2016. *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Interaksi Sosial Siswa Kelas Iv Sdn Se-Kecamatan Bambanglipuro Bantul*. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta