

## Psikoedukasi Membangun Komunikasi Interpersonal Untuk Lingkungan Kerja Yang Positif Di SIT Nurul Fikri Makassar

Rahmawati Syam<sup>1</sup>, Zahwa<sup>2</sup>, Himmah Auliyah<sup>3</sup>, Dahlan<sup>4</sup>, Syamsul Bakhri Gaffar<sup>5</sup>,  
Magfira Diah Lestari<sup>6</sup>, Muhammad Arafah<sup>7</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

<sup>4</sup>Fakultas Ilmu Administrasi Institut Ilmu Sosial dan Ilmu Politik YAPIS Biak, Papua, Indonesia

<sup>5</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

<sup>6</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia

<sup>7</sup>Administrasi Pendidikan Pascasarjana, Universitas Puangrimaggalatung, Sulawesi Selatan, Indonesia

Email: [rahmawatisyam@unm.ac.id](mailto:rahmawatisyam@unm.ac.id), [himmaulia@gmail.com](mailto:himmaulia@gmail.com)

**Abstrak** – Komunikasi merupakan salah satu elemen kunci dalam membentuk lingkungan kerja yang positif di antara karyawan. Komunikasi yang efektif menjadi penting karena melibatkan interaksi langsung antar individu di dalam organisasi. Komunikasi interpersonal bagi karyawan memainkan peran penting dalam membangun hubungan yang kuat, saling pengertian, dan saling mendukung di tempat kerja. Metode yang diterapkan adalah psikoedukasi melalui kegiatan seminar yang bertujuan untuk memberikan informasi dan pelatihan yang bermanfaat dalam mengubah pemahaman mental atau psikis individu. Psikoedukasi merupakan upaya untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan sebagai langkah pencegahan terhadap timbulnya atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka dengan mengadakan seminar dan mengundang ahli sebagai narasumber utama. Kegiatan ini dilakukan secara luring dalam bentuk kegiatan seminar dengan menghadirkan ahli sebagai narasumber utama. Kegiatan seminar psikoedukasi ini dilaksanakan pada 17 Juni 2023 dengan jumlah peserta sebanyak 58 orang. Melalui kegiatan seminar psikoedukasi ini, karyawan SIT Nurul Fikri Makassar mendapatkan tambahan pengetahuan serta gambaran terkait komunikasi interpersonal yang efektif sehingga dapat terbangun lingkungan kerja yang positif.

**Kata Kunci:** Komunikasi Interpersonal, Psikoedukasi, Seminar

*Abstract* – Communication is one of the key elements in shaping a positive work environment among employees. Effective and interpersonal communication is important as it involves direct interaction between individuals within the organization. Interpersonal communication plays a crucial role for employees in building strong relationships, mutual understanding, and support in the workplace. The method employed is psychoeducation through seminar activities aimed at providing valuable information and training to transform individuals' mental or psychological understanding. Psychoeducation is an effort to enhance understanding and skills as a preventive measure against the emergence or escalation of psychological disorders within a group. This activity is conducted through face-to-face seminars, inviting experts as the main speakers. The seminar is also conducted offline, in the form of a seminar, with experts being the main speakers. The psychoeducational seminar took place on June 17, 2023, with a total of 58 participants. Through this psychoeducational seminar, it is expected that the employees of SIT Nurul Fikri Makassar will gain knowledge and insights related to interpersonal communication, thus fostering a positive work environment.

**Keywords:** Interpersonal Communication, Psychoeducation, Seminar

### 1. PENDAHULUAN

Individu memiliki dorongan untuk menjalin hubungan dengan orang lain dimanapun dan kapanpun ia berada. Terutama ketika seseorang menjadi bagian dari sebuah komunitas atau organisasi, individu diharapkan dapat berinteraksi dan bekerja sama dengan rekan kerja, baik dalam lingkungan kerja maupun dalam kehidupan sehari-hari di tempat kerja. Menurut Muhammad (dalam Yuliana & Rahadi, 2021) komunikasi adalah gagasan atau informasi secara langsung maupun tidak langsung dari pengirim pesan kepada penerima pesan, dengan tujuan untuk mempengaruhi sikap atau perilaku.

Pace dan Faules (dalam Ashfahani, 2019) mengemukakan bahwa proses komunikasi dalam organisasi dapat terjadi secara formal maupun informal, dan salah satu karakteristik yang paling kentara dalam komunikasi organisasi adalah adanya konsep hubungan. Komunikasi merupakan landasan utama dalam interaksi manusia, dan komunikasi interpersonal adalah bentuk komunikasi

yang paling fundamental dan berdampak signifikan dalam hubungan antarindividu. Menurut Rahmat (dalam, Yunita dan Purba, 2020) komunikasi interpersonal memiliki peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena merupakan alat yang membantu individu dalam berinteraksi dan pengambilan keputusan.

Komunikasi interpersonal sangat dibutuhkan dalam kegiatan di dunia kerja, agar atasan maupun bawahan dapat lebih memahami kinerja setiap karyawan. Bangun (dalam, Putri & Nasution, 2021) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal adalah bentuk komunikasi antar individu di dalam suatu kelompok masyarakat dengan menggunakan bahasa yang sederhana guna mencapai tujuan yang ditentukan.

Komunikasi interpersonal antara karyawan memainkan peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang positif. Komunikasi yang efektif dan terbuka antar karyawan dapat menghasilkan rasa saling percaya dan menghormati. Melalui komunikasi interpersonal yang baik, karyawan dapat berbagi informasi, pendapat, dan gagasan yang memperkaya pemahaman mereka. Komunikasi interpersonal yang positif juga memungkinkan terjalinnya hubungan erat dan kolaborasi yang kuat dalam tim. Dengan mendengarkan dengan baik, menghargai sudut pandang masing-masing, dan memberikan umpan balik yang konstruktif, karyawan dapat menciptakan interaksi yang harmonis. Hal ini tidak hanya meningkatkan kinerja tim, tetapi juga menciptakan iklim kerja yang nyaman dan menyenangkan. Oleh karena itu, organisasi perlu mendorong komunikasi interpersonal yang baik di antara karyawan untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan produktif.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pemberian psikoedukasi mengenai cara membangun lingkungan kerja yang positif melalui komunikasi interpersonal pada karyawan SIT Nurul Fikri Makassar dilakukan berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang telah dilakukan. Karyawan membutuhkan edukasi mengenai bagaimana cara berkomunikasi yang baik dengan atasan maupun dengan sesama rekan kerja guna membangun komunikasi yang efektif dan lingkungan kerja yang positif. Tujuan diadakannya psikoedukasi ini adalah untuk memberikan informasi, ilmu dan edukasi kepada karyawan SIT Nurul Fikri Makassar.

## 2. METODE

Metode yang digunakan adalah melakukan psikoedukasi dalam bentuk seminar. Psikoedukasi dapat diartikan sebagai upaya untuk memberikan pemahaman psikologis tentang masalah yang ada dalam masyarakat agar individu dapat mengembangkan keterampilan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi serta mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang masalah-masalah terkait (Rinaldi & Hardika, 2022). Psikoedukasi juga memiliki manfaat dalam memberikan pengetahuan, pemahaman, serta strategi terapeutik yang berguna untuk meningkatkan kualitas hidup seseorang. Dalam pasal 68 ayat (3) dalam buku Kode Etik Psikologi Indonesia (HIMPSI, 2010) psikoedukasi merupakan kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan/atau keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya dan/atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas atau masyarakat serta kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman bagi lingkungan mengenai gangguan yang dialami oleh individu setelah menjalani psikoterapi.

Psikoedukasi dapat dilakukan dalam bentuk pelatihan maupun non-pelatihan. Psikoedukasi mengenai cara membangun lingkungan kerja yang positif melalui komunikasi interpersonal ini dilakukan dengan menggunakan metode psikoedukasi non-pelatihan dalam bentuk kegiatan seminar. Peserta dalam kegiatan seminar psikoedukasi ini adalah karyawan SIT Nurul Fikri Makassar. Kegiatan seminar psikoedukasi ini dilakukan secara luring dengan menggunakan metode ceramah dan bermain. Tahapan kegiatan seminar psikoedukasi adalah sebagai berikut:

### 1. Merancang kegiatan psikoedukasi

Merancang kegiatan psikoedukasi merupakan langkah pertama yang diambil dalam pelaksanaan kegiatan tersebut. Dalam merencanakan seminar ini, terdapat beberapa tahap,

yaitu menganalisis kebutuhan, menentukan tema dan judul, menghubungi narasumber, serta membuat evaluasi.

2. Menyiapkan teknis kegiatan psikoedukasi

Persiapan teknis dilakukan dengan langkah-langkah seperti menyiapkan semua peralatan dan materi yang terkait dengan pelaksanaan seminar. Hal ini mencakup pembuatan poster kegiatan, sertifikat, absensi peserta, evaluasi kegiatan, serta *reward games*.

3. Melaksanakan kegiatan psikoedukasi

Pelaksanaan kegiatan seminar ini merupakan fokus utama dari kegiatan seminar psikoedukasi yang dilakukan. Pelaksanaan kegiatan tersebut melibatkan semua tahapan acara yang telah disusun, mulai dari pembukaan hingga penutupan.

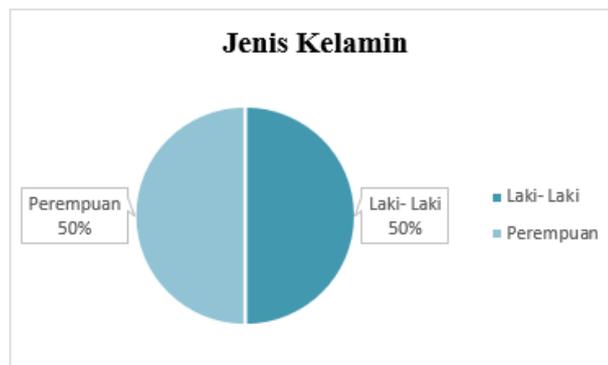
4. Menyusun laporan kegiatan psikoedukasi

Setelah kegiatan seminar psikoedukasi selesai dilaksanakan, langkah terakhir adalah menyusun laporan kegiatan. Laporan kegiatan ini merupakan bentuk pertanggung jawaban atas pelaksanaan seminar psikoedukasi yang telah dilakukan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan seminar psikoedukasi yang mengangkat tema komunikasi dengan judul kegiatan, “Membangun Lingkungan Kerja yang Positif melalui Komunikasi Interpersonal” yang dilaksanakan pada hari sabtu tanggal 17 Juni 2023 di SIT Nurul Fikri Makassar. Kegiatan ini merupakan rangkaian kegiatan BKP Magang Mandiri Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Peserta kegiatan merupakan karyawan SIT Nurul Fikri Makassar sebanyak 58 orang. Berikut adalah data dari peserta kegiatan seminar psikoedukasi:

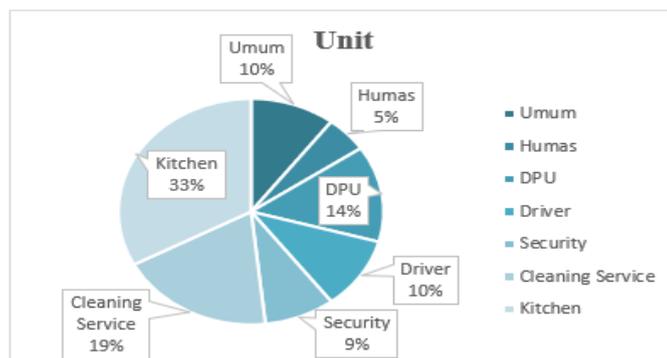
1. Jenis Kelamin



Gambar 1. Jenis Kelamin

Dari keseluruhan peserta kegiatan, 50% atau 29 orang peserta berjenis kelamin perempuan dan 50% atau 29 orang lainnya berjenis kelamin laki-laki.

2. Unit



Gambar 2. Unit

Sebaran unit peserta kegiatan seminar psikoedukasi adalah 10% atau sebanyak 6 orang berasal dari departemen umum, 5% atau sebanyak 3 orang berasal dari Humas, 14% atau sebanyak 8 orang berasal dari unit DPU, 10% atau sebanyak 6 orang berasal dari unit driver, 9% atau sebanyak 5 orang berasal dari unit security, 19% atau sebanyak 11 orang berasal dari unit cleaning service, dan 33% atau sebanyak 19 orang berasal dari unit kitchen.

Kegiatan seminar psikoedukasi dilakukan dengan memberikan edukasi kepada karyawan mengenai pentingnya komunikasi interpersonal dalam dunia kerja. Pemberian edukasi ini dilakukan langsung oleh ahli sehingga informasi yang diberikan akurat dan efisien untuk membantu mengembangkan pengetahuan serta kesadaran karyawan dalam mengembangkan kemampuan komunikasi. Berikut adalah keterangan detail mengenai pelaksanaan kegiatan seminar psikoedukasi:

A. Nama Kegiatan

Tema dari kegiatan adalah komunikasi interpersonal. Nama dari kegiatan seminar psikoedukasi adalah “Membangun Lingkungan Kerja yang Positif melalui Komunikasi Interpersonal”. Selaras dengan tema kegiatan, nama kegiatan psikoedukasi mengangkat judul mengenai bagaimana komunikasi merupakan media yang digunakan oleh manusia untuk saling berhubungan satu sama lain.

B. Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan seminar psikoedukasi dilaksanakan pada 17 Juni 2023 bertempat di Aula Sakinah Lantai 3 SDIT Nurul Fikri Makassar.

C. Tujuan Kegiatan

Melalui kegiatan seminar ini, diharapkan karyawan di sekolah dapat mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal yang efektif, memperbaiki hubungan dengan rekan kerja, meningkatkan efektivitas tim kerja, mengelola konflik dengan baik, dan meningkatkan kualitas komunikasi internal. Semua ini akan berkontribusi pada peningkatan kualitas kerja dan lingkungan belajar di sekolah.

D. Tahapan Kegiatan

Tahapan kegiatan seminar psikoedukasi komunikasi interpersonal adalah sebagai berikut:

1. Merancang kegiatan psikoedukasi

Tahap pertama adalah merancang kegiatan psikoedukasi secara menyeluruh dengan mempertimbangkan kebutuhan karyawan sekolah. Tahapan merancang kegiatan seminar psikoedukasi dilakukan dengan menentukan tema serta topik psikoedukasi. Melakukan identifikasi tujuan utama dari kegiatan seminar psikoedukasi, kemudian mendiskusikan materi yang akan disampaikan kepada narasumber. Rancangan kegiatan seminar psikoedukasi juga termasuk merancang pamflet kegiatan, spanduk kegiatan, susunan acara, dan *ice breaking*. Berikut adalah rancangan pamflet serta spanduk kegiatan:



**Gambar 3.** Pamflet Kegiatan



Gambar 4. Spanduk Kegiatan

2. Menyiapkan teknis kegiatan psikoedukasi

Tahap kedua melibatkan persiapan teknis untuk kegiatan psikoedukasi. Pelaksanaan kegiatan seminar psikoedukasi melibatkan departemen-departemen yang ada di SIT Nurul Fikri Makassar. Persiapan teknis dilakukan dengan berkoordinasi bersama *supervisor* dan departemen Tarbiyah dan Umum. Tahapan persiapan teknis kegiatan meliputi penentuan jadwal pelaksanaan seminar dilakukan dengan mempertimbangkan jadwal karyawan sekolah, lokasi serta fasilitas yang digunakan selama kegiatan, seperti aula yang cukup untuk menampung peserta. Persiapan materi dan sumber daya yang diperlukan, termasuk *PowerPoint* sebagai media presentasi psikoedukasi, hadiah untuk peserta, serta media yang digunakan dalam agenda *ice breaking*.

3. Melaksanakan kegiatan psikoedukasi

Tahap utama adalah melaksanakan kegiatan seminar psikoedukasi komunikasi interpersonal untuk karyawan sekolah. Kegiatan seminar psiedukasi terlaksana dengan jumlag peserta kegiatan sebanyak 58 orang peserta. Rangkaian susunan acara kegiatan seminar psikoedukasi adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Susunan Acara Kegiatan Seminar Psikoedukasi

No.	Waktu		Acara
	Jam (WITA)	Durasi	
1.	07.30 – 08.30	1 Jam	Registrasi Peserta
2.	08.30 – 08.50	20 menit	Pembukaan
3.	08.50 – 08.55	5 menit	Pembacaan Ayat Suci Al-Qur'an
5.	09.15 – 09.20	5 menit	Sambutan
7.	09.20 – 09.35	15 menit	<i>Ice Breaking</i>
8.	09.35 – 10.35	1 jam	Materi
10.	10.35 – 11.00	25 menit	<i>Games</i>
11.	11.00 – 11.10	10 menit	Penutupan

Pelaksanaan kegiatan didasarkan pada susunan acara dan dipandu oleh *Master of Ceremony* (MC) dan moderator. Dalam kegiatan juga hadir *supervisor* mitra sebagai

perwakilan pembimbing kegiatan BKP Magang Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar. Berikut adalah dokumentasi kegiatan seminar psikoedukasi:



**Gambar 5.** Pembukaan



**Gambar 6.** Penyampaian Materi



**Gambar 7.** Ice Breaking



**Gambar 8.** Games



**Gambar 9.** Foto Bersama

4. Menyusun laporan kegiatan psikoedukasi

Tahap terakhir adalah menyusun laporan hasil kegiatan seminar psikoedukasi. Laporan kegiatan seminar psikoedukasi dibuat sebagai pertanggungjawaban atas kegiatan yang telah diselenggarakan.

Kegiatan seminar psikoedukasi komunikasi interpersonal berlangsung selama tiga jam di aula. Acara ini melibatkan kehadiran seorang ahli sebagai narasumber. Selain itu, kegiatan seminar

psikoedukasi juga dirancang untuk memberikan hiburan kepada karyawan dengan menyertakan agenda *ice breaking* dan *games* di dalamnya. Permainan yang dipilih adalah yang dapat meningkatkan komunikasi efektif antara karyawan, sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai. Evaluasi dari direktur tarbiyah dan umum terhadap kegiatan seminar psikoedukasi ini berimplikasi positif dan menyenangkan, dengan narasumber yang berinteraksi secara aktif selama proses psikoedukasi.

Lebih lanjut hasil evaluasi peserta psikoedukasi menyatakan bahwa kegiatan ini berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan khususnya berkaitan dengan kemampuan komunikasi interpersonal baik dengan rekan kerja maupun dengan atasan. Hal ini tentunya turut meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia pada SIT Nurul Fikri Makassar.

#### **4. KESIMPULAN**

Komunikasi interpersonal pada karyawan sangat penting dalam konteks lingkungan kerja. Efektivitas komunikasi interpersonal dapat mempengaruhi produktivitas, kepuasan kerja, kolaborasi tim, dan keseluruhan kinerja organisasi. Untuk itu kegiatan seminar psikoedukasi dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan serta gambaran terkait komunikasi interpersonal sehingga dapat terbangun lingkungan kerja yang positif. Kegiatan ini di desain dengan adanya *ice breaking* yang membuat karyawan merasa senang dan dapat menghilangkan kejenuhannya dengan bermain *games* di tengah kegiatan psikoedukasi. Kegiatan seminar psikoedukasi komunikasi interpersonal ini berhasil memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai komunikasi interpersonal pada karyawan, dilihat dari *feedback* yang di berikan oleh karyawan, mereka rata-rata menjawab bahwa kegiatan ini sangat memberikan manfaat bagi mereka. Karyawan menjadi paham mengenai apa saja yang dapat dilakukan dan tidak dapat dilakukan jika berkomunikasi antar rekan kerja dan juga antara atasan dan bawahan.

#### **REFERENSI**

- Ashfahani, S. (2019). Implementasi Keterbukaan dan Dukungan dalam Komunikasi Antarpribadi (Studi Komunikasi Pimpinan dan Karyawan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju). *Jurnal Ilmiah Komunikasi (JIKOM) STIKOM IMA*, 11(01), 38-52.
- Himpri. (2010). *Kode Etik Psikologi Indonesia*.
- Putri, N. F., & Nasution, M. A. (2021). Pengaruh Komunikasi Interpersonal, Reward, dan Punishment Terhadap Motivasi Karyawan. *Network Media*, 4(1), 35-43.
- Rinaldi, M. R., & Hardika, J. (2022). Psikoedukasi Antisipasi Stres Akademik Di Masa Pandemi Covid-19 Melalui Seminar Daring. *Jpkmi (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 3(3), 230-238. <https://doi.org/10.36596/jpkmi.V3i3.434>
- Yunita, D., & Purba, A. W. D. (2020). Hubungan Persepsi Komunikasi Interpersonal Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Pt. Wesen Jayatama Cabang Medan. *Jurnal islamika granada*, 1(1), 11-17.
- Yuliana, R., & Rahadi, D. R. (2021). Komunikasi Interpersonal Dalam Meningkatkan Motivasi Karyawan Di Masa Pandemi Covid-19. *Magisma: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Bisnis*, 9(1), 27-35.