

**PELATIHAN PERAN KOMUNIKASI INTRAPERSONAL
DALAM KESADARAN DIRI DAN PERTUMBUHAN
PRIBADI SMP NEGERI 8 METRO UTARA**



OLEH:

- 1. Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos**
- 2. Rudi Hanafi, M.Sos**
- 3. Tri Ayu Indriyani Putri**

**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (LP2M)
IAI DARUL AMAL LAMPUNG
TAHUN 2022**

HALAMAN PENGESAHAN**LAPORAN PROGRAM PENGABDIAN PADA MASYARAKAT**

- a. Judul Program : Pelatihan Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Kesadaran Diri Dan Pertumbuhan Pribadi SMP Negeri 8 Metro Utara
- b. Jenis Program : Pendampingan
- c. Bidang Kegiatan : Pengembangan
- d. Identitas Pelaksana :
1. Ketua
 Nama : Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos
 Pangkat/ Golongan : Tenaga Pengajar
 Alamat Kantor : Jl. Pesantren Mulyojati 16B Kec. Metro Barat Kota Metro
2. Anggota 1
 Nama : Rudi Hanafi, M.Sos
 Alamat Kantor : Jl. Pesantren Mulyojati 16B Kec. Metro Barat Kota Metro
3. Anggota 2
 Nama : Tri Ayu Indriyani Putri
 Alamat Kantor : Jl. Pesantren Mulyojati 16B Kec. Metro Barat Kota Metro
- e. Biaya yang diperlukan : Rp. 5.000.000 (Lima juta rupiah)
- f. Lama kegiatan : 3 Bulan

Menyetujui
 Dekan Fakultas Dakwah



Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos
 NIDN : 2112129404

Metro, 12 Mei 2022
 Ketua

Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos
 NIDN : 2112129404

Mengetahui,
 Ka. Lembaga Penelitian Publikasi
 Pengabdian Masyarakat



Munawaroh, M.Pd
 NIDN. 2109058901

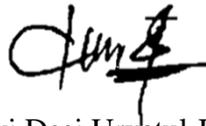
PERNYATAAN KEASLIAN DAN KEORISINILAN

Dengan ini saya sebagai ketua peneliti:

Nama	Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos
NIDN	2112129404

Menyatakan bahwa pengabdian ini adalah orisinal yang belum dilakukan sebelumnya
Pengabdian ini secara keseluruhan adalah asli karya saya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Metro, 12 Mei 2022



Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penelitian kolektif dosen tentang pentingnya Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Kesadaran Diri Dan Pertumbuhan Pribadi SMP Negeri 8 Metro Utara.

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah berpartisipasi dan men-support selama penelitian ini dilaksanakan. Secara khusus peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Kementerian Agama Republik Indonesia
2. Kopertais Wilayah XV Lampung
3. Rektor IAI Darul A'mal Lampung
4. Kepala Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) IAI Darul A'mal Lampung.
5. Semua pihak yang terlibat aktif dalam proses penelitian ini.

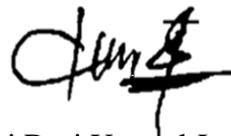
Semoga semua dukungan dan kontribusi mereka bermanfaat bagi umat dan mendapatkan balasan yang sesuai dari Allah SWT. Kami berharap, kedepan kerja sama dan kontribusi serta dorongan tersebut semakin meningkat, sehingga akan meningkatkan kualitas dan kuantitas penelitian di lingkungan IAI Darul A'mal Lampung.

Semoga penelitian ini dapat menjadi sumbangan yang bermanfaat bagi pembangunan iklim akademik yang kondusif di IAI Darul A'mal Lampung. Lebih dari itu, penelitian ini kiranya menjadi kontribusi positif bagi terciptanya Sumber Daya Manusia yang mumpuni untuk membangun bangsa dan agama.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang konstruktif guna perbaikan dan penyempurnaan untuk penelitian-penelitian berikutnya.

Metro, 12 Mei 2022

Penulis



Dwi Desi Uryatul Jannah, M.Sos

A. ABSTRAK

Setiap orang dituntut untuk terus tumbuh dan berkembang dengan memiliki kesadaran diri yang baik. Salah satu cara bertahan di dunia dengan tenang adalah dengan terus mengikuti tuntutan sikap dan perilaku yang bernorma. Maka dalam hal itu kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi menjadi bagian aspek yang penting. Dalam mencapai komunikasi yang baik dengan sekitar, individu perlu melakukan komunikasi intrapersonal yang baik terlebih dahulu. Komunikasi intrapersonal menjadi banyak pemicu antara bentuk komunikasi lainnya, pengetahuan mengenai diri pribadi melalui proses-proses psikologis seperti persepsi dan kesadaran.

Pemahaman terhadap diri sendiri menjadi suatu hal yang sangat dibutuhkan sebelum memulai proses pemahaman kepada orang lain. Sebagai generasi penerus bangsa tentunya memiliki pemahaman kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi menjadi aspek yang bisa digunakan untuk menjadi sosok pribadi yang lebih baik bagi diri sendiri juga lingkungan. Aspek keyakinan, pendapat, pengalaman, sikap, dan nilai-nilai yang dimiliki individu juga menjadi komponen yang penting dalam menjalani proses komunikasi intrapersonal dan interpersonal. Pembelajaran sikap sarat dengan kesadaran akan nilai-nilai yang berlaku pada diri dan lingkungan.

Kata Kunci: komunikasi Intrapersonal, Kesadaran Diri, Pertumbuhan Pribadi.

B. ANALISIS SITUASI

Sadaran diri merupakan perwujudan bagaimana jati diri pribadi seseorang dapat disebut sebagai pribadi yang berjati diri tatkala dalam pribadi orang yang bersangkutan tercermin penampilan, rasa, cipta dan karsa, sistem nilai, cara pandang dan perilaku yang ia miliki. Sedangkan pengembangan diri juga merupakan sebuah upaya yang bisa dilakukan seseorang dalam meningkatkan daya saing hidup. Pengembangan diri akan mengarahkan manusia untuk menciptakan sebuah peradaban dan proses lahirnya peradaban pun didasari oleh nilai budaya yang tinggi. Adapun aspek komunikasi intrapersonal juga menjadi suatu yang bisa dihubungkan. terjadinya proses komunikasi disini karena adanya seseorang yang memberi arti terhadap suatu objek yang diamatinya atau terbetik dalam pikirannya. Objek dalam hal ini bisa saja dalam bentuk benda, kejadian alam, peristiwa, pengalaman, fakta yang mengandung arti bagi manusia, baik yang terjadi di luar maupun di dalam diri seseorang.

Memiliki pemahaman tentang kesadaran diri merupakan sebuah kunci seorang individu untuk bisa mengendalikan pikiran, emosi dan tindakan. Seorang individu juga dapat lebih mudah untuk mengetahui keadaan sekitarnya dan bagaimana cara merespon yang baik terhadap suatu peristiwa. Begitu pula dengan pertumbuhan pribadi yang berjalan mengiringi, tumbuh di sini bukan hanya tumbuh secara fisik tetapi juga tumbuh secara pola pikir secara jiwa. Manusia akan terus tumbuh dan berkembang, maka perlu untuk memerhatikan bahwa pribadi kita selalu tumbuh ke arah yang baik. Maka dari itu

tujuan untuk penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana komunikasi intrapersonal yang ada pada diri terhubung dengan kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi.

C. TUJUAN KEGIATAN

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa dalam Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Kesadaran Diri Dan Pertumbuhan Pribadi.

D. METODE KEGIATAN

Metode yang digunakan pada pelatihan ini adalah:

- a. Ceramah; yaitu memberikan pengetahuan kepada siswa tentang peran komunikasi intrapersonal dalam kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi.
- b. Praktik; yaitu memberikan bimbingan kepada siswa dalam peran komunikasi intrapersonal dalam kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi.

E. PELAKSANAAN KEGIATAN

Waktu dan Tempat

Kegiatan Pelatihan dilaksanakan pada:

Hari / Tanggal : Kamis, 10 Februari 2022
 Waktu : 07.30 – 12.00
 Tempat : Aula SMP 8 Metro Utara

Berikut *rundown* acara Pelatihan yang dilaksanakan:

NO	WAKTU	SESI ACARA	KETERANGAN
1	07.30 – 07.45	Registrasi	Panitia
2	07.45 – 08.00	Pembukaan	Panitia dan Peserta
3	08.00 – 11.45	Pemahaman dalam Pelatihan Peran Komunikasi Intrapersonal Dalam Kesadaran Diri Dan Pertumbuhan Pribadi	TIM PKM
4	11.45 – 12.00	Penutup	Panitia dan Peserta

F. HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi menjadi aktivitas yang tidak akan luput dalam kehidupan sehari-hari, karena komunikasi memainkan peran penting dalam kehidupan manusia yang dimana hampir setiap saat kita bertidak dan belajar melalui komunikasi. Komunikasi merupakan suatu interaksi, proses simbolik yang menghendaki orang-orang dalam mengatur lingkungannya dengan cara membangun hubungan antar sesama manusia, pertukaran

informasi, dan menguatkan serta berusaha mengubah sikap dan tingkah laku pada orang lain.

Komunikasi intrapersonal menjadi banyak pemicu antara bentuk komunikasi lainnya, pengetahuan mengenai diri pribadi melalui proses-proses psikologis seperti persepsi dan kesadaran yang terjadi saat komunikasi antarpribadi oleh komunikator. Aktivitas dari komunikasi intrapribadi (intrapersonal) yang kita lakukan sehari-hari dalam upaya memahami diri sendiri seperti bersyukur, intropeksi diri dengan meninjau perbuatan yang telah kita lalui dalam setiap hari. Pemahaman diri ini dapat berkembang sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam hidup kita, karena kita terlahir dengan pemahaman tentang diri kita sendiri namun perilaku kita selama ini memainkan peran penting bagaimana kita membangun pemahaman pada diri sendiri.

Kepercayaan diri yang berhubungan dengan Komunikasi Intrapersonal adalah kepercayaan diri seorang remaja yang mempunyai wajah berjerawat dimana mereka sering menunjukkan ekspresi sedih, sering sakit hati maka dalam hal ini peningkatan kepercayaan dirinya dapat melakukan empat tahap yang pertama yaitu sensasi (sedih, marah, malu, dan saakit hati), kedua persepsi (kehilangan kepercayaan diri, dan setress), ketiga memori yaitu memori jangka panjang (dendam) dan memori jangka pendek (komentar negatif), yang terakhir yaitu berpikir (membandingkan diri sendiri, tidak mau berinteraksi maka hal ini membutuhkan pertolongan dokter agar dapat menerima dirinya secara utuh).

G. PENUTUP

Dalam mengetahui bagaimana hubungan kesadaran diri dan pertumbuhan pribadi memerlukan komunikasi intrapersonal. Semua aspek dalam kehidupan membutuhkan komunikasi termasuk dalam kesadaran diri dan pribadi seseorang. Komunikasi intrapersonal memainkan peran yang krusial dalam meningkatkan kesadaran diri seseorang dan pertumbuhan pribadinya. Melalui sebuah refleksi dan juga dialog internal, seseorang dapat mengembangkan pemahaman yang baik mengenai diri mereka sendiri, tujuan hidup mereka, dan juga pada nilai-nilai yang mereka pegang. Hal ini juga dapat membantu untuk memperkuat identitas pribadi dan dapat membentuk kepercayaan diri yang lebih baik.

H. DAFATAR PUSTAKA

- Ali, M., & Hanafi, R. (2022). PEMBARUAN HUKUM BATAS USIA PERKAWINAN (PERSPEKTIF HUKUM ISLAM DAN KESETARAAN GENDER). *Jurnal Syariah dan Hukum Islam*, 1(1), 54-69.
- Astuti, A. H., & Rahman, T. (2022). Pendekatan Komunikatif Dalam Pemerolehan Bahasa Santri Pondok Pesantren Roudlotul Quran Metro Lampung. *Al-Akmal: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 52-63.

- Hamatun, H., & Rifai, M. R. (2022). Studi Pemahaman Konsep Energi Dalam Penyelesaian Berbagai Persoalan Fisika Pada Perkuliahan Fisika Dasar. *Al-Ikmal: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 90-99.
- Jannah, D. D. U. (2022). PSIKOLOGI KOMUNIKATOR USTAD NUR IHSAN JUNDULLAH, LC. DALAM BERDAKWAH. *Al-Akmal: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 82-100.
- Kurniawan, M. A., & Sari, R. N. (2022). MANAJEMEN PEMASARAN JASA PENDIDIKAN DALAM MENINGKATKAN KUANTITAS PESERTA DIDIK MADRASAH ALIYAH MUHAMMADIYAH METRO. *Roqooba Journal of Islamic Education Management*, 1(2), 61-74.
- Lazwardi, D., & Paisal, A. (2022). Implementasi Penilaian Sikap pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI). *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 200-209.
- Novriyani, N., & Puspitasari, E. (2022). DAMPAK POSITIF OBJEK WISATA PANTAI KERANG MAS TERHADAP SOSIAL EKONOMI MASYARAKAT. *Jurnal Syariah dan Hukum Islam*, 1(1), 93-102.
- Rafidawati, M. (2022). MANAJEMEN KOMUNIKASI DALAM MENSOSIALISASIKAN KESETARAAN GENDER OLEH PIMPINAN WILAYAH FATAYAT NAHDLATUL ULAMA DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (Doctoral dissertation, UIN SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA).
- Rifai, M. R. (2022). Pengaruh Ekstrak Buah Leunca Terhadap Mortalitas Larva Lalat Rumah Sebagai Sumber Belajar Biologi. *Al-Ikmal: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 75-89.
- Wijaya, T., & Puspitasari, E. (2022). Civilisation In Character Formation Through Educational Institutions. *Al-Akmal: Jurnal Studi Islam*, 1(1), 38-51.
- Wijaya, T., Rahman, T., Novriyani, N., Kurnia, E. C., & Yuri, I. N. (2022). Sejarah Pondok Pesantren Darusalamah serta Kontribusinya Terhadap Masyarakat Brajadewa Way Jepara Lampung Timur. *Natural: Jurnal Riset Pendidikan*, 1(1), 192-229.

I. DOKUMENTASI

