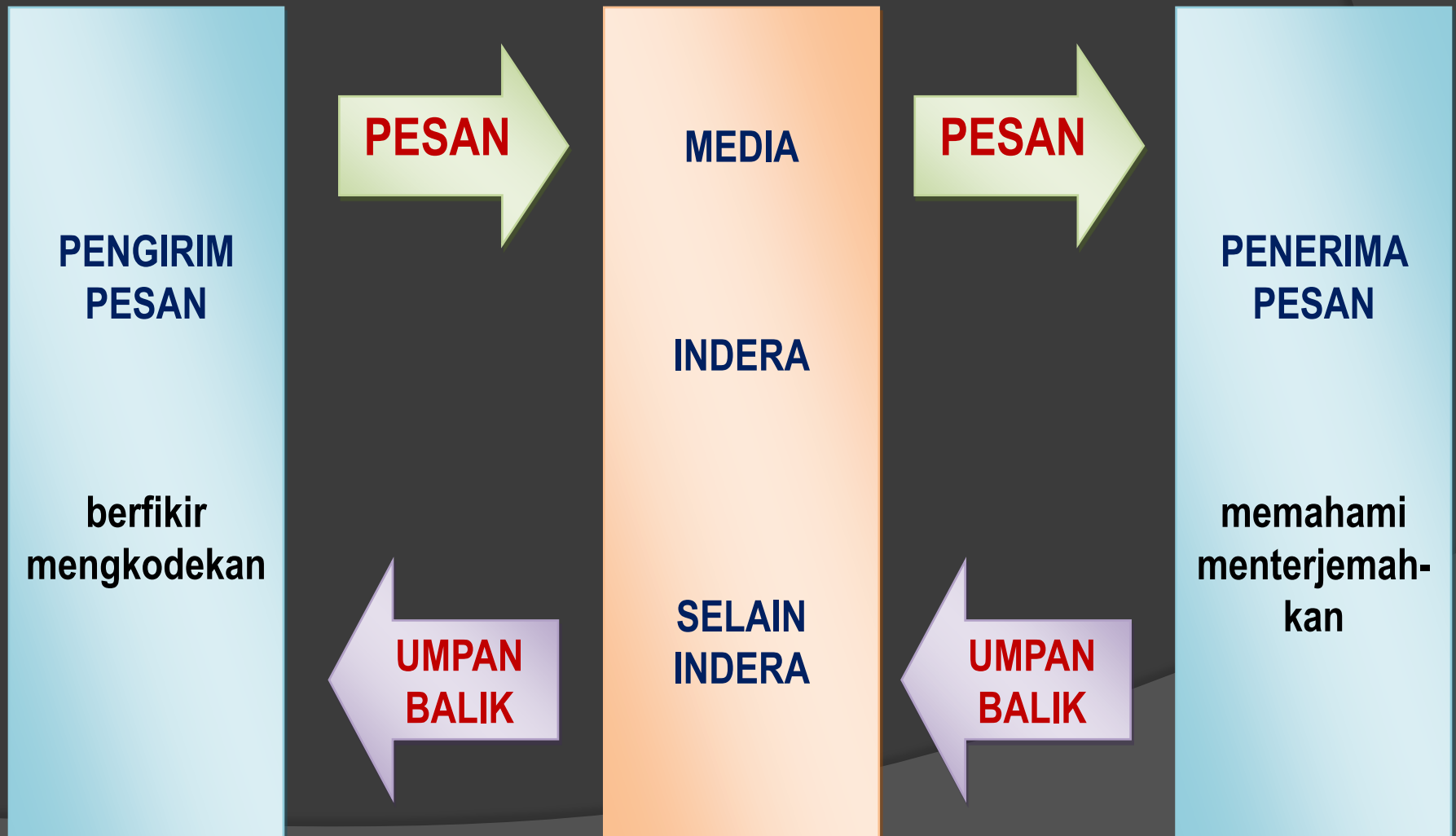


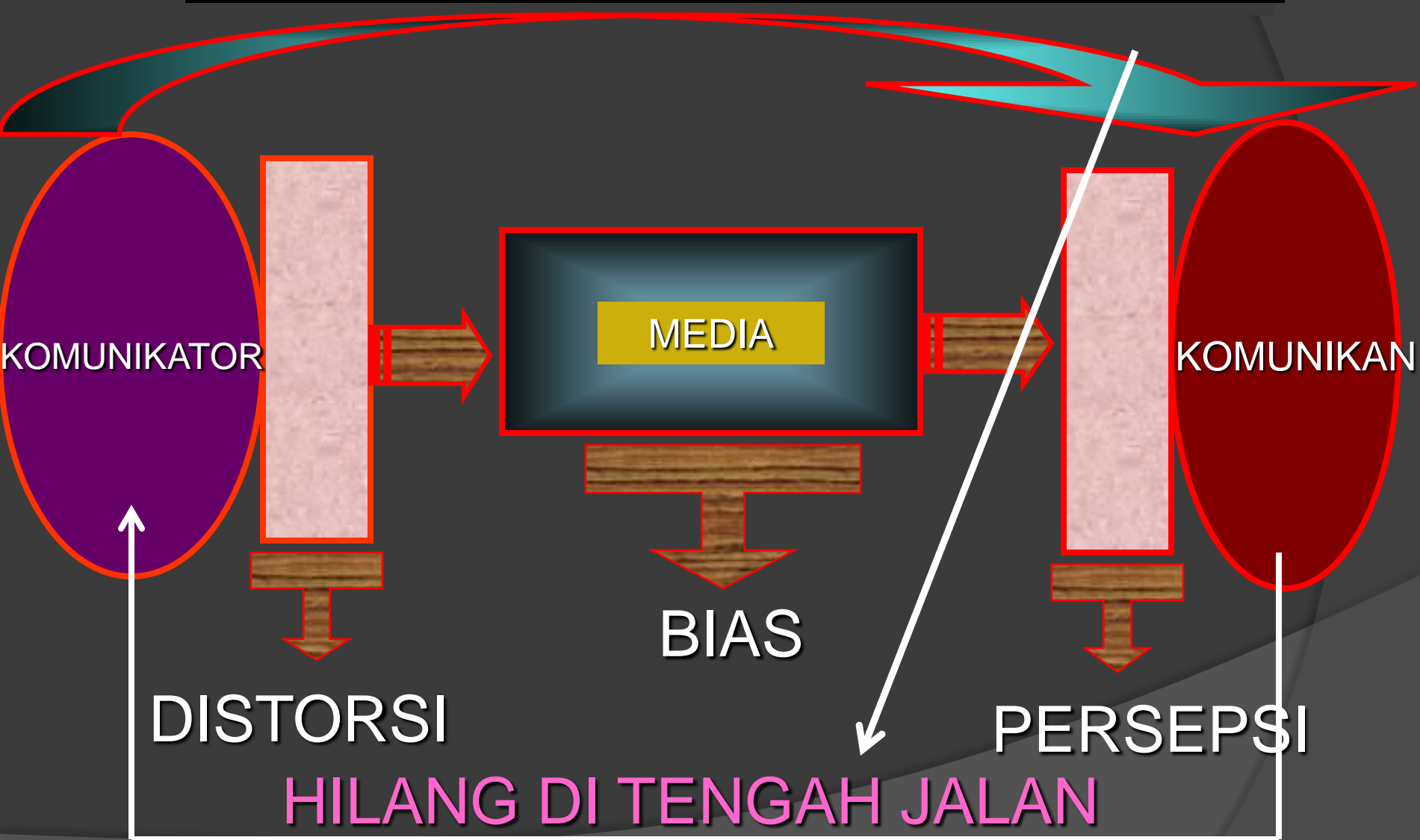
A character from the anime Naruto, wearing a green tactical vest and a black mask, stands in the foreground. The background is a dark, textured wall with a faint, larger image of the same character. The text "MENDENGARKAN AKTIF" is overlaid in the center.

# MENDENGARKAN AKTIF

# PROSES KOMUNIKASI



# KESENJANGAN KOMUNIKASI



*Penghambat Komunikasi adalah segala sesuatu yang mengurangi keefektifan komunikasi.*

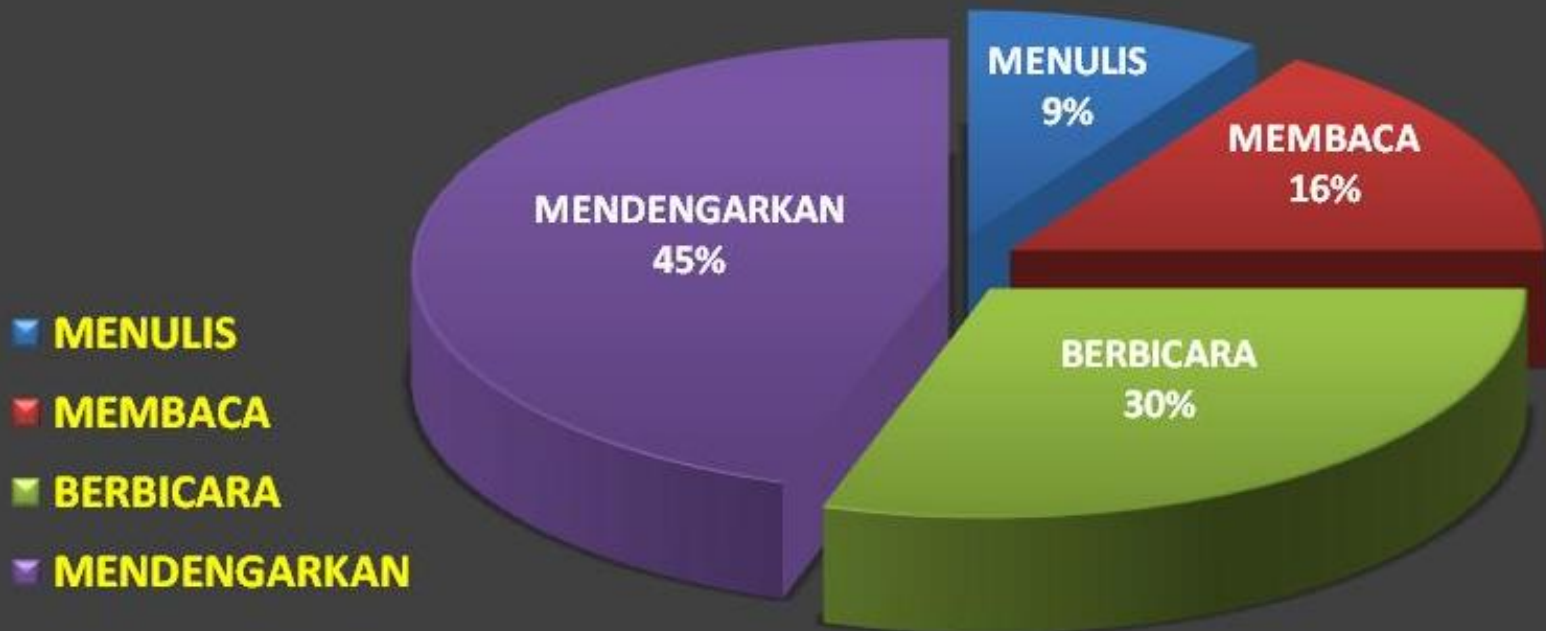
*Hambatan tersebut disebabkan oleh:*

- ◎ **Bahasa & Pengertian**
- ◎ **Kultur Sosial**
- ◎ **Hambatan Psikologis**
- ◎ **Penyaringan Isi**



# Hasil Penelitian di USA

75% - 90% dari waktu kerja digunakan untuk berkomunikasi



# Perilaku Mendengar Aktif yang Baik

- ⦿ Tidak menyela
- ⦿ Fokus pada pembicara
- ⦿ Netral
- ⦿ Tidak bereaksi secara berlebihan
- ⦿ Menilai ISI PESAN bukan bagaimana cara pesan tersebut disampaikan
- ⦿ Mendukung dengan gestures seperti mengangguk dan eye contact

# ***Mendengar Secara Aktif***

- Mendengar tanpa menilai  
Tunjukkan minat untuk mendengarkan.
- Ciptakan suasana tenang bagi pembicara.
- Jangan berantisipasi.
- Jangan mencoba untuk mendapatkan segala hal.  
Bersabarlah, tahan emosi.
- Jangan memberikan perhatian yang pura-pura.  
Tunjukkan minat untuk mendengar.

# **KEUNTUNGAN MENDENGARKAN AKTIF** ( *dalam komunikasi* )

- ✓ Orang merasa dianggap penting/dihargai
- ✓ Kita tahu perasaan orang lain
- ✓ Kita menghargai kehadiran orang lain



Bagaimana Perasaan Anda ketika seseorang benar-benar mendengarkan Anda ?

- **Merasa dihargai & dihormati**
- **Dipedulikan**
- **Sudah terbina hubungan baik**
- **Senang**
- **Nyaman**
- **Puas**

Dampak apa yang mungkin timbul ?

- ◎ **Produktivitas meningkat**
- ◎ **Hubungan sosial semakin kuat**
- ◎ **Kooperatif**
- ◎ **Pemecahan masalah menjadi lebih baik dan mudah**
- ◎ **Stress lebih kecil**

# Hambatan dalam Mendengar Aktif

- ⦿ **Lingkungan** - suara bising, lokasi tidak nyaman
- ⦿ **Fisiologis** - konsentrasi terpecah
- ⦿ **Psikologis** - Asumsi, harapan, moods, pengalaman sebelumnya, dll

# Kebiasaan buruk dalam mendengar

- Tidak berkonsentrasi penuh/tidak fokus
- Menunggu kesempatan untuk "MASUK"
- Suka memotong pembicaraan
- Hanya mendengarkan apa yg diharapkan

# **MENINGKATKAN KETERAMPILAN MENDENGARKAN**

1. Dengarkan dan fokus
2. Jangan menilai pembicara atau topik
3. Mencoba berempati
4. Hindari sikap defensif
5. Gunakan catatan kecil
6. Jika ada yang kurang jelas, tanyakan !

# **Kunci Pokok**

**Mendengar akan optimal  
apabila kita mampu  
menanggapi dengan empati**

# REFLEKSI



Apakah saya pendengar yang baik?

*Komunikator yang baik adalah juga pendengar yang baik*

*Pendengar yang baik adalah pendengar dengan kemampuan empati yang baik*





*Selamat  
belajar dan  
berprestasi*