

Pelatihan Komunikasi Interpersonal pada Anggota Osis SMA Negeri 5 Medan Kelas XI

**Ismael Zulkarnain Zahari¹, Aulia Fadhil Muhammad², Lucy Kezia Simarmata³,
Antya Dayita Tanjung⁴, Reva Angel Cristalia Bangun⁵, Afinna Zahra Nasution⁶,
Ananda Silitonga⁷, Messy Nadia Hutagalung⁸, Eka Danta Jaya Ginting⁹**

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Fakultas Psikologi, Universitas Sumatera Utara, Indonesia

Received : 4 Juni 2026, Revised : 12 Juni 2026, Published : 22 Juni 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Lucy Kezia Simarmata

E-mail: keziasimarmata009@gmail.com

Abstrak

Komunikasi interpersonal merupakan keterampilan yang penting dalam mendukung koordinasi dan kerja sama dalam organisasi siswa. Namun, kemampuan komunikasi interpersonal yang belum optimal dapat menghambat pelaksanaan tugas dan hubungan antaranggota organisasi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan komunikasi interpersonal anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan kelas XI melalui pelatihan komunikasi interpersonal. Pelatihan diberikan kepada 10 peserta melalui penyampaian materi interaktif, diskusi kelompok, permainan, dan lembar kerja peserta. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test, post-test, observasi, dan kuesioner evaluasi pelatihan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta yang ditandai dengan kenaikan rata-rata skor dari 7,8 pada pre-test menjadi 9,5 pada post-test. Selain itu, peserta menunjukkan partisipasi aktif selama kegiatan dan memberikan respons positif terhadap materi serta metode yang digunakan. Pelatihan komunikasi interpersonal memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan komunikasi interpersonal anggota OSIS serta mendukung penguatan kerja sama dalam organisasi siswa.

Kata kunci - komunikasi interpersonal, pelatihan, OSIS

Abstract

Interpersonal communication is an essential skill that supports coordination and collaboration within student organizations. However, inadequate interpersonal communication skills may hinder task implementation and relationships among organization members. This program aimed to improve the interpersonal communication knowledge and skills of eleventh-grade student council members at SMA Negeri 5 Medan through an interpersonal communication training program. The training was provided to 10 participants through interactive lectures, group discussions, games, and participant worksheets. Evaluation was conducted using pre-tests, post-tests, observations, and training evaluation questionnaires. The results showed an improvement in participants' understanding, as indicated by an increase in the average score from 7.8 on the pre-test to 9.5 on the post-test. In addition, participants demonstrated active engagement throughout the activities and provided positive feedback regarding the training materials and methods. The interpersonal communication training contributed positively to enhancing participants' interpersonal communication knowledge and skills while strengthening collaboration within the student organization.

Keywords - interpersonal communication, training, student council

How To Cite : Zahari, I. Z., Muhammad, A. F., Simarmata, L. K., Tanjung, A. D., Bangun, R. A. C., Nasution, A. Z., Silitonga, A., Hutagalung, M. N., & Ginting, E. D. J. (2026). Pelatihan Komunikasi Interpersonal pada Anggota Osis SMA Negeri 5 Medan Kelas XI. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 4(4), 1566 - 1577. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v4i4.4547>

Copyright ©2026 Ismael Zulkarnain Zahari, Aulia Fadhil Muhammad, Lucy Kezia Simarmata, Antya Dayita Tanjung, Reva Angel Cristalia Bangun, Afinna Zahra Nasution, Ananda Silitonga, Messy Nadia Hutagalung, Eka Danta Jaya Ginting

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

PENDAHULUAN

Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) merupakan wadah bagi peserta didik untuk mengembangkan kemampuan kepemimpinan, kerja sama, tanggung jawab, pengambilan keputusan, serta keterampilan sosial melalui berbagai kegiatan sekolah (Sakti et al., 2024). Dalam pelaksanaannya, keberhasilan OSIS tidak hanya ditentukan oleh pembagian tugas dan program kerja, tetapi juga oleh kualitas komunikasi antaranggota.

Komunikasi dapat dipahami sebagai proses mengirim, menerima, dan memahami gagasan maupun perasaan dalam bentuk pesan (Berlo, dalam Parid, 2020). Dalam konteks OSIS, komunikasi diperlukan untuk mendukung koordinasi, penyampaian informasi, kerja sama, serta penyelesaian tugas antaranggota.

Salah satu bentuk komunikasi yang berperan penting dalam OSIS adalah komunikasi interpersonal. DeVito (2016) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan interaksi verbal dan nonverbal antara individu yang saling memengaruhi dan saling bergantung satu sama lain. Dalam konteks OSIS, komunikasi interpersonal tampak melalui kemampuan anggota untuk menyampaikan pendapat, mendengarkan orang lain, memberikan umpan balik, menunjukkan empati, serta membangun hubungan yang setara (Endah et al., 2021).

Komunikasi interpersonal yang efektif dapat membantu anggota OSIS memahami pesan dengan lebih jelas serta memperkuat kerja sama dalam pelaksanaan kegiatan (Sundari et al., 2024). Dalam konteks OSIS, komunikasi interpersonal yang baik diperlukan untuk mengatasi persoalan organisasi yang muncul akibat hambatan komunikasi, seperti miskomunikasi, kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat, rendahnya umpan balik, serta kendala dalam penggunaan media komunikasi (Dewi et al., 2023). Sebaliknya, komunikasi interpersonal yang tidak berjalan optimal dapat menimbulkan berbagai hambatan, seperti miskomunikasi, kurangnya keterbukaan, rendahnya umpan balik, perbedaan persepsi, dan kurangnya kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat. Kondisi ini dapat mengganggu koordinasi dan menurunkan kualitas hubungan antaranggota (Damayanti et al., 2025). Dengan demikian, penguatan keterampilan komunikasi interpersonal menjadi penting, khususnya bagi anggota OSIS yang dituntut untuk bekerja sama dalam merancang dan melaksanakan kegiatan sekolah.

Permasalahan komunikasi interpersonal ditemukan pada anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan kelas XI. Berdasarkan hasil *training needs analysis* (TNA) yang dilakukan melalui wawancara awal, wawancara lanjutan, dan penyebaran kuesioner kepada 29 anggota OSIS, ditemukan bahwa komunikasi interpersonal dalam OSIS belum sepenuhnya berjalan optimal. Permasalahan yang muncul meliputi miskomunikasi antaranggota, kurangnya keterbukaan dalam menyampaikan kendala, rendahnya respons terhadap informasi yang diberikan, serta belum meratanya penyampaian informasi dalam pelaksanaan kegiatan organisasi. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa 96,6% responden menyatakan pelatihan komunikasi interpersonal sangat diperlukan. Temuan ini menunjukkan bahwa anggota OSIS membutuhkan penguatan keterampilan komunikasi interpersonal agar proses koordinasi, kerja sama, dan pelaksanaan kegiatan dapat berlangsung lebih efektif.

Berdasarkan permasalahan tersebut, dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa Pelatihan Komunikasi Interpersonal bagi anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan kelas XI. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai bentuk intervensi edukatif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta dalam berkomunikasi secara interpersonal (Mangundjaya, 2024). Materi pelatihan difokuskan pada aspek keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan yang mengacu pada pendekatan komunikasi interpersonal DeVito (2016). Pelatihan dilaksanakan melalui penyampaian materi, diskusi, permainan kelompok, simulasi, dan studi kasus agar peserta tidak hanya memperoleh pemahaman secara teoritis, tetapi juga dapat mempraktikkan keterampilan komunikasi dalam situasi yang menyerupai dinamika OSIS.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan komunikasi interpersonal anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan kelas XI. Secara khusus,

kegiatan ini diarahkan untuk membantu peserta memahami pentingnya komunikasi interpersonal dalam OSIS, melatih kemampuan menyampaikan pendapat, meningkatkan keterbukaan dalam berkomunikasi, mendorong pemberian umpan balik, serta membangun sikap saling menghargai dalam proses komunikasi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk pelatihan partisipatif. Metode ini dipilih karena pelatihan dengan pendekatan partisipatif menekankan keterlibatan aktif peserta melalui proses pembelajaran yang kolaboratif dan interaktif, seperti diskusi kelompok, simulasi, dan studi kasus (Achmad et al., 2025). Dalam kegiatan ini, peserta tidak hanya menerima materi secara satu arah, tetapi juga dilibatkan secara aktif dalam diskusi, permainan kelompok, simulasi, dan diskusi studi kasus. Melalui metode ini, peserta diharapkan memperoleh pengalaman langsung dalam memahami dan menerapkan komunikasi interpersonal pada situasi yang dekat dengan dinamika OSIS.

Kegiatan pelatihan dilaksanakan di SMA Negeri 5 Medan, Jl. Pelajar No. 17, Medan Kota, pada 21 Mei 2026. Peserta kegiatan berjumlah 10 orang anggota OSIS kelas XI. Anggota OSIS kelas XI dipilih sebagai sasaran pelatihan karena pada tingkat ini siswa umumnya mulai memegang tanggung jawab yang lebih besar dalam pelaksanaan kegiatan sekolah, seperti menjadi koordinator atau ketua pelaksana kegiatan. Peran tersebut menuntut mereka untuk mampu berkomunikasi secara jelas, terbuka, dan efektif dengan anggota lain. Pelatihan berlangsung selama 210 menit atau 3 jam 30 menit dan melibatkan delapan orang fasilitator. Fasilitator berperan dalam menyampaikan materi, memandu aktivitas, mengelola jalannya pelatihan, mengamati keterlibatan peserta, serta mendampingi peserta selama kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan dengan menganalisis kebutuhan peserta melalui wawancara dan kuesioner. Hasil analisis kebutuhan tersebut digunakan sebagai dasar dalam menyusun materi pelatihan, lembar kerja peserta, instrumen pre-test dan post-test, lembar observasi, serta kuesioner evaluasi pelatihan. Selain itu, tim pelaksana juga menyiapkan media pelatihan, alat bantu kegiatan, permainan, dan teknis pelaksanaan pelatihan.

Tahap pelaksanaan diawali dengan pembukaan, pengenalan, dan pengisian pre-test untuk mengetahui pemahaman awal peserta mengenai komunikasi interpersonal. Setelah itu, peserta mengikuti sesi penyampaian materi mengenai konsep dasar komunikasi interpersonal, pentingnya komunikasi interpersonal dalam OSIS, serta aspek-aspek komunikasi interpersonal yang meliputi keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan melibatkan peserta dalam tanya jawab, diskusi, dan refleksi singkat.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan permainan kelompok, simulasi, dan diskusi studi kasus. Aktivitas ini dirancang untuk membantu peserta mempraktikkan keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung. Melalui aktivitas tersebut, peserta dilatih untuk menyampaikan pendapat, mendengarkan secara aktif, memberikan respons, bekerja sama, serta menyelesaikan permasalahan komunikasi dalam kelompok. Kegiatan ditutup dengan pengisian post-test dan kuesioner evaluasi pelatihan.

Tahap evaluasi dilakukan melalui evaluasi formatif dan evaluasi sumatif. Evaluasi formatif dilakukan selama kegiatan berlangsung melalui observasi terhadap keterlibatan peserta, keaktifan dalam diskusi, kemampuan bekerja sama, keberanian menyampaikan pendapat, kemampuan mendengarkan peserta lain, serta respons terhadap instruksi fasilitator. Evaluasi sumatif dilakukan pada akhir kegiatan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test, kuesioner evaluasi pelatihan, serta dokumentasi kegiatan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan ketercapaian tujuan pelatihan, respons peserta terhadap kegiatan, serta aspek yang perlu ditingkatkan

pada pelaksanaan kegiatan berikutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan Pelatihan Komunikasi Interpersonal bagi anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan kelas XI disajikan berdasarkan tahapan pelaksanaan kegiatan yang meliputi *pre-test*, penyampaian materi interaktif, permainan kelompok, simulasi, diskusi studi kasus, serta evaluasi akhir melalui *post-test* dan kuesioner evaluasi pelatihan.

Sebelum kegiatan inti dimulai, peserta mengisi *pre-test* untuk mengukur pemahaman awal mereka mengenai komunikasi interpersonal. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa rata-rata skor peserta berada pada angka 7,8 dengan rentang nilai antara 4 hingga 10.



Gambar 1.
Sesi Pre Test

Variasi skor yang cukup lebar ini mengindikasikan bahwa pemahaman awal peserta terhadap konsep komunikasi interpersonal belum merata. Beberapa peserta telah memiliki pemahaman yang baik dengan perolehan skor penuh, sementara sebagian lainnya masih memerlukan penguatan yang lebih mendalam, khususnya mereka yang memperoleh skor 4 pada tahap ini. Kondisi ini memperkuat temuan *training needs analysis* sebelumnya yang menemukan bahwa komunikasi interpersonal dalam OSIS belum sepenuhnya berjalan optimal, sehingga kebutuhan akan pelatihan memang nyata dan relevan bagi peserta.

Tabel 1.
Skor *Pre-Test* Peserta Pelatihan

No.	Siswa	Pre-Test
1.	Siswa 1	9
2.	Siswa 2	10
3.	Siswa 3	9
4.	Siswa 4	9
5.	Siswa 5	6
6.	Siswa 6	10
7.	Siswa 7	10
8.	Siswa 8	7
9.	Siswa 9	4
10.	Siswa 10	4
Rata-rata		7.8

Setelah *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai konsep dasar komunikasi interpersonal, pentingnya komunikasi interpersonal dalam konteks OSIS, serta lima aspek

komunikasi interpersonal menurut DeVito (2016), yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan melibatkan peserta dalam tanya jawab, diskusi, dan refleksi singkat. Kelima aspek tersebut dipilih karena relevan dengan tantangan komunikasi yang dihadapi anggota OSIS dalam menjalankan koordinasi dan kerja sama organisasi. Pada tahap ini, fasilitator mengamati bahwa sebagian besar peserta pada awalnya cenderung pasif dan kurang berani menyampaikan pendapat secara terbuka. Beberapa peserta tampak ragu untuk merespons pertanyaan fasilitator dan lebih memilih menunggu rekan lain berbicara terlebih dahulu. Meski demikian, keterlibatan peserta mulai meningkat seiring berjalannya sesi, di mana peserta perlahan mulai berani mengajukan pertanyaan dan memberikan respons dalam diskusi kelompok.



Gambar 2.
Sesi *Energizer*

Setelah *pre-test*, peserta kemudian mengikuti sesi *energizer* yang bertujuan untuk menciptakan suasana yang lebih santai, menyenangkan, dan kondusif. Kegiatan ini juga membantu meningkatkan fokus, semangat, serta kesiapan peserta untuk mengikuti rangkaian pelatihan yang akan berlangsung. Tingginya partisipasi peserta pada sesi *energizer* menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan kesiapan peserta untuk mengikuti pelatihan. Aktivitas pemanasan seperti *energizer* diketahui dapat meningkatkan fokus, perhatian, dan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran sehingga mereka lebih siap menerima materi yang akan diberikan (Knowles et al., 2020).



Gambar 3.
Sesi Materi 1

Setelah sesi penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan permainan kelompok, simulasi, dan diskusi studi kasus. Aktivitas ini dirancang untuk membantu peserta mempraktikkan keterampilan komunikasi interpersonal secara langsung dalam situasi yang menyerupai dinamika nyata OSIS. Melalui aktivitas tersebut, peserta dilatih untuk menyampaikan pendapat, mendengarkan

secara aktif, memberikan respons, bekerja sama, serta menyelesaikan permasalahan komunikasi dalam kelompok. Metode yang digunakan berdasar pada prinsip *experiential learning*, di mana peserta tidak sekadar menerima informasi secara pasif tetapi juga terlibat aktif melalui simulasi, diskusi, dan permainan kelompok. Pendekatan semacam ini terbukti efektif dalam membantu individu mengembangkan keterampilan komunikasi karena peserta dapat langsung mempraktikkan dan merefleksikan pengalaman mereka dalam situasi yang menyerupai dinamika nyata (Damayanti et al., 2025).



Gambar 4.
Sesi *Ice Breaking*

Selama permainan berlangsung, peserta memperoleh pengalaman langsung mengenai kemungkinan terjadinya perubahan pesan ketika komunikasi tidak dilakukan secara jelas dan akurat. Pengalaman tersebut membantu peserta memahami pentingnya kemampuan menyampaikan dan menerima pesan secara tepat. Tubbs dan Moss (2017) menjelaskan bahwa keberhasilan komunikasi sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam meminimalkan distorsi pesan selama proses komunikasi berlangsung.



Gambar 5.
Sesi Materi Kedua

Materi kedua dimulai dengan pelaksanaan lembar kerja kelompok yang membahas elemen keterbukaan, dukungan, dan kesetaraan dalam komunikasi antarpribadi. Berdasarkan pengamatan formatif, mayoritas peserta menunjukkan kemampuan yang baik dalam mengikuti arahan fasilitator, memahami masalah yang terdapat dalam lembar kerja, serta memperlihatkan minat terhadap diskusi yang berlangsung.

Peserta tampak aktif berdiskusi, bertukar pendapat, serta membantu rekan kelompok lainnya dalam memahami masalah yang diberikan. Beberapa peserta juga menunjukkan keberanian untuk

mempresentasikan hasil diskusi kelompok di hadapan peserta lainnya. Temuan ini mengindikasikan bahwa peserta mulai bisa menerapkan elemen keterbukaan dan kolaborasi dalam proses komunikasi kelompok. Menurut DeVito (2016), keterbukaan, sikap mendukung, dan kesetaraan adalah komponen esensial yang menunjang efektivitas komunikasi antarpribadi.

Selain itu, salah satu aktivitas yang mendapat respons paling antusias dari peserta adalah permainan *Blind Guide*. Dalam permainan ini, satu anggota berperan sebagai pemberi arahan verbal sementara anggota lainnya menjalankan instruksi tersebut tanpa dapat melihat langsung situasinya. Observasi selama sesi berlangsung menunjukkan adanya peningkatan intensitas dan kualitas komunikasi antaranggota. Peserta terlihat semakin aktif menyusun instruksi yang lebih terstruktur, lebih seksama dalam mendengarkan arahan, dan mulai menunjukkan sikap saling mendukung ketika rekan satu tim menghadapi kesulitan. Perubahan perilaku ini sejalan dengan tujuan pelatihan yang hendak mendorong keterbukaan dan sikap saling menghargai dalam proses komunikasi antaranggota organisasi.



Gambar 6.
Sesi *Games*

Pada sesi refleksi yang dipandu fasilitator setelah permainan selesai, peserta diminta mengaitkan pengalaman bermain dengan konsep komunikasi interpersonal yang telah dipelajari. Sesi ini memunculkan kesadaran peserta terhadap pentingnya kejelasan pesan dalam komunikasi, di mana mereka menyadari bahwa pesan yang mereka kira sudah tersampaikan dengan baik ternyata belum tentu dipahami oleh penerimanya dengan cara yang sama. Kesadaran ini menjadi titik refleksi yang penting karena langsung dikaitkan peserta dengan dinamika komunikasi yang mereka alami dalam keseharian berorganisasi di OSIS. Hal ini tampak dari ungkapan salah seorang peserta yang menyampaikan: *"Tadi waktu aku kasih arahan tapi teman aku salah jalan, aku sadar ternyata aku kurang jelas nyampaiannya. Jadi aku pikir di OSIS juga sering kayak gitu, kita kira udah ngerti tapi ternyata pesannya nggak sampai."*

Selain kejelasan pesan, sesi refleksi juga mendorong peserta untuk memaknai pengalaman bermain secara lebih personal. Peserta yang pada awal sesi cenderung pasif mulai menunjukkan keterbukaan dalam mengungkapkan perasaan dan pemahamannya terhadap rekan satu tim. Perubahan ini tampak dari cara peserta merespons kesulitan yang dialami rekannya selama permainan, di mana mereka tidak lagi sekadar memberikan instruksi, tetapi mulai menyesuaikan cara berkomunikasi dengan kondisi rekannya sehingga proses penyampaian pesan menjadi lebih sabar dan penuh perhatian. Hal ini sejalan dengan pendekatan experiential learning yang menjadi landasan metode pelatihan, di mana pemahaman yang diperoleh melalui pengalaman langsung cenderung lebih bermakna dan lebih mudah diinternalisasi oleh peserta (Damayanti et al., 2025). Perubahan tersebut tercermin dari ungkapan seorang peserta: *"Dari game tadi aku ngerti kenapa empati itu penting. Waktu teman aku bingung, aku jadi mau jelasin lagi dengan lebih sabar."*



Gambar 7.
Sesi Materi Ketiga

Pada sesi penyampaian materi yang ketiga, para peserta melaksanakan analisis atas studi kasus dan berdiskusi dalam kelompok mengenai pertikaian dalam sebuah organisasi. Berdasarkan hasil evaluasi formatif, para peserta menunjukkan kemampuan yang relatif baik dalam mengemukakan argumen, mendengarkan pendapat peserta lainnya, dan mencari penyelesaian untuk masalah yang dihadapkan.

Beberapa peserta mampu mengembangkan argumen yang rasional, memberikan contoh yang sesuai, dan membantu memandu perjalanan diskusi kelompok. Walaupun ada peserta yang pada awalnya bersikap pasif, mayoritas mulai menunjukkan keterlibatan yang lebih aktif seiring jalannya diskusi. Temuan ini mengindikasikan bahwa peserta dapat menerapkan keterampilan komunikasi antarpribadi dalam konteks resolusi konflik. Menurut Adler et al. (2020), komunikasi interpersonal yang efisien memainkan peranan penting dalam proses penyelesaian perselisihan karena memungkinkan individu memahami sudut pandang orang lain, membangun empati, dan menemukan solusi yang dapat diterima secara bersama.



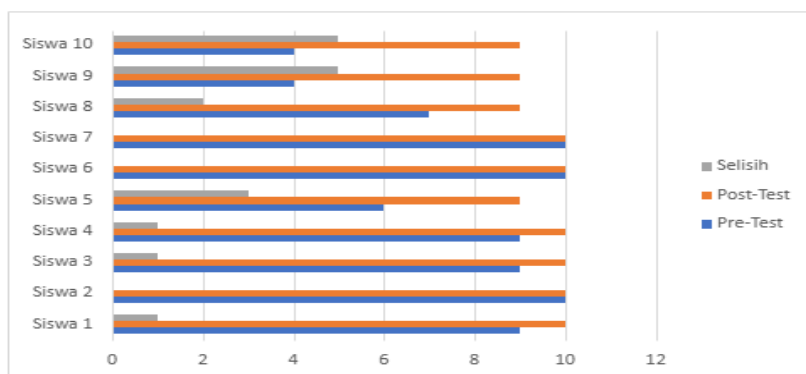
Gambar 8.
Sesi *Post-test*

Kegiatan ditutup dengan pengisian *post-test* dan kuesioner evaluasi pelatihan. Hasil *post-test* menunjukkan peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian sesi pelatihan. Sebanyak 6 peserta (60%) memperoleh skor tertinggi yaitu 10, sementara 4 peserta (40%) memperoleh skor 9. Rata-rata skor *post-test* seluruh peserta berada pada angka 9,5. Sebagaimana ditunjukkan pada Tabel 2, distribusi skor *post-test* mencerminkan bahwa seluruh peserta telah mencapai kategori tinggi dalam pemahaman komunikasi interpersonal.

Tabel 2.
Perbandingan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test* Peserta Pelatihan

No.	Siswa	Pre-Test	Post-Test	Selisih
1.	Siswa 1	9	10	1
2.	Siswa 2	10	10	0
3.	Siswa 3	9	10	1
4.	Siswa 4	9	10	1
5.	Siswa 5	6	9	3
6.	Siswa 6	10	10	0
7.	Siswa 7	10	10	0
8.	Siswa 8	7	9	2
9.	Siswa 9	4	9	5
10.	Siswa 10	4	9	5
Rata-rata		7,8	9,5	+1,7

Apabila dibandingkan dengan hasil *pre-test*, terjadi peningkatan yang cukup signifikan dengan rata-rata skor meningkat dari 7,8 menjadi 9,5 dan rentang nilai yang menyempit dari 4-10 menjadi 9-10. Tidak ada peserta yang memperoleh skor rendah pada tahap *post-test* sebagaimana yang ditemukan pada tahap *pre-test*. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa materi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik oleh peserta dan tujuan pelatihan dalam meningkatkan pemahaman mengenai komunikasi interpersonal berhasil tercapai.



Gambar 9.
Hasil *Pre-Test* dan *Post Test*



Gambar 10
Evaluasi Pelatihan

Kuesioner evaluasi pelatihan yang diberikan kepada peserta di akhir kegiatan juga menunjukkan penilaian yang sangat positif terhadap keseluruhan pelaksanaan Pelatihan Komunikasi Interpersonal pada OSIS SMA Negeri 5 Medan Kelas XI. Elemen yang dinilai mencakup struktur pelatihan, relevansi materi dengan kebutuhan peserta, metode pelatihan yang diterapkan, efek dan manfaat dari pelatihan, serta hal-hal pendukung seperti media yang digunakan dan suasana selama pelatihan. Hasil evaluasi sistematika pelatihan menunjukkan penilaian yang sangat positif dari para peserta, dengan seluruh indikator memperoleh skor rata-rata yang tinggi. Tema pelatihan, kelengkapan materi, serta variasi aktivitas yang menunjang keterlibatan peserta masing-masing memperoleh skor sempurna sebesar 5,0. Kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta dan kesesuaian metode pelatihan masing-masing memperoleh skor 4,8, sementara efektivitas durasi pelatihan memperoleh skor 4,7. Tidak hanya itu, peserta juga diberi kesempatan untuk memberikan masukan, saran, serta kesan terhadap pelaksanaan kegiatan sebagai bahan pertimbangan untuk evaluasi pada pelatihan yang akan datang.

Tabel 3.
Evaluasi Sistematika Pelatihan

Indikator	Rata-rata Skor
Tema pelatihan	5,0
Kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta	4,8
Kelengkapan materi pelatihan	5,0
Kesesuaian metode pelatihan (diskusi, studi kasus, simulasi, dll.)	4,8
Variasi aktivitas yang menunjang keterlibatan peserta	5,0
Efektivitas waktu atau durasi pelatihan	4,7

Dari sisi penilaian terhadap fasilitator, peserta juga memberikan penilaian yang sangat baik terhadap hampir seluruh aspek kinerja fasilitator. Elemen yang dinilai mencakup pemahaman materi, kemampuan dalam menyampaikan informasi, kemampuan dalam menjawab pertanyaan dari peserta, penggunaan metode presentasi yang menarik, kemampuan untuk menjalin interaksi dengan peserta, serta kemampuan dalam mengendalikan jalannya pelatihan. Hasil dari penilaian ini digunakan sebagai dasar evaluasi untuk mengenali kekuatan serta area yang masih memerlukan peningkatan pada pelatihan yang akan datang. Secara keseluruhan, peserta memberikan penilaian yang sangat baik terhadap penguasaan materi, kemampuan membangun interaksi, dan penciptaan suasana pelatihan yang hangat dan kondusif. Satu-satunya catatan yang disampaikan adalah harapan agar fasilitator dapat tampil dengan lebih percaya diri kedepannya agar proses penyampaian materi dapat terasa lebih meyakinkan bagi peserta.

Tabel 4.
Evaluasi Fasilitator (*Trainer*)

Indikator	Rata-rata Skor
Penguasaan materi	4,9
Kemampuan menyampaikan materi dengan jelas dan menarik	4,9
Interaksi antar fasilitator dan peserta pelatihan	5,0
Metode/teknik penyajian materi pelatihan	
Keterbukaan fasilitator terhadap pertanyaan dan diskusi	5,0
Keterbukaan fasilitator terhadap peserta	4,9

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang interaktif dan berpusat pada peserta tidak hanya efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai komunikasi interpersonal, tetapi juga mampu mendorong perubahan sikap dan perilaku komunikasi peserta dalam konteks organisasi. Meskipun masih terdapat beberapa keterbatasan dan variasi respons antar peserta, secara keseluruhan pelatihan ini memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal dan berpotensi untuk diterapkan kembali dengan penyempurnaan pada aspek durasi dan pendampingan individual.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa Pelatihan Komunikasi Interpersonal bagi anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan kelas XI telah berjalan dengan efektif dan berhasil mencapai tujuan yang ditetapkan. Intervensi edukatif ini terbukti mampu meningkatkan pemahaman serta keterampilan komunikasi interpersonal peserta secara signifikan, yang ditunjukkan oleh lonjakan rata-rata skor evaluasi dari 7,8 pada tahap *pre-test* menjadi 9,5 pada tahap *post-test*. Penggunaan metode pembelajaran yang interaktif dan berpusat pada peserta yang meliputi penyampaian materi, diskusi, simulasi, permainan kelompok, dan studi kasus tidak hanya memudahkan peserta dalam memahami konsep komunikasi secara praktis, tetapi juga berhasil mendorong perubahan sikap dan perilaku komunikasi peserta menjadi lebih konstruktif dan kolaboratif dalam situasi organisasi.

Sebagai saran untuk pelaksanaan dan pengembangan program di masa mendatang, terdapat beberapa aspek yang memerlukan penyempurnaan. Fasilitator pelatihan disarankan untuk tampil lebih percaya diri dalam menyampaikan materi agar proses penyerapan informasi oleh peserta dapat berlangsung semakin optimal. Selain itu, kegiatan serupa sangat berpotensi untuk diterapkan kembali dengan mempertimbangkan penyesuaian pada alokasi durasi pelatihan, serta menambahkan sesi pendampingan secara individual agar peserta yang cenderung pasif bisa mendapatkan dorongan lebih untuk berpartisipasi aktif dan menjaga fokus sepanjang kegiatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang besar kepada semua anggota kelompok Mata Kuliah Pelatihan Sebagai Intervensi Psikologi atas dedikasi, upaya, komitmen, serta semangat kerjasama yang telah mereka tunjukkan selama kegiatan ini, juga atas berkontribusi dalam berbagai fase kegiatan, mulai dari identifikasi kebutuhan, perancangan dan pembuatan modul pelatihan, persiapan teknis, pelaksanaan pelatihan, pengumpulan dan analisis data evaluasi, hingga penulisan artikel ilmiah ini. Berbagai gagasan, saran, diskusi, dan upaya yang dilakukan oleh tiap anggota menjadi faktor krusial dalam kelancaran dan kesuksesan kegiatan. Pengalaman kolaborasi dalam kegiatan ini tidak hanya berkontribusi terhadap pencapaian tujuan program, tetapi juga memberikan peluang belajar yang berharga untuk mengasah keterampilan profesional, komunikasi, dan kerja sama di antara anggota tim.

Penulis juga menyampaikan rasa terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, bimbingan, masukan, serta dukungan selama proses perencanaan, pelaksanaan, dan penulisan artikel ini. Setiap umpan balik (*feedback*) dan penilaian yang diterima sangat berharga dalam memperbaiki pelaksanaan kegiatan serta mutu tulisan artikel.

Selain itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak SMA Negeri 5 Medan yang telah memberikan izin, kepercayaan, serta sarana yang diperlukan selama kegiatan berlangsung. Dukungan itu membuat semua program pelatihan dapat dilaksanakan dengan baik dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada semua anggota OSIS SMA Negeri 5 Medan yang berpartisipasi sebagai peserta pelatihan. Semangat, keinginan untuk terbuka, partisipasi aktif dalam setiap sesi, dan kesiapan untuk ikut serta dalam beragam diskusi dan kegiatan pelatihan adalah

elemen penting yang mendukung kesuksesan program ini. Penulis berharap bahwa pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman yang diperoleh selama pelatihan dapat berkontribusi pada pelaksanaan tugas organisasi serta kehidupan sehari-hari, terutama dalam menciptakan komunikasi interpersonal yang lebih efektif dan positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, A. K., Santoso, R. A., & Risallah, F. (2025). Pengembangan kompetensi kepala sekolah untuk meningkatkan daya saing sekolah: Pelatihan berbasis pendekatan partisipatif. *DedikasiMU (Journal of Community Service)*, 7(3), 286–296.
- Adler, R. B., Rosenfeld, L. B., & Proctor, R. F. (2020). *Interplay: The Process of Interpersonal Communication*. Oxford University Press.
- Damayanti, T. E., Dwiharyani, K., & Yasmin, A. (2025). Mengurai kompleksitas komunikasi interpersonal: Sintesis faktor psikologis, sosial, dan kontekstual dari tinjauan literatur. *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(4), 1583–1591.
- DeVito, J. A. (2016). *The interpersonal communication book* (14th ed., global ed.). Pearson Education Limited.
- Dewi, N. P. S., Fathoni, M., Mandala, O. S., & Sudewi, N. K. P. N. (2023). Workshop komunikasi interpersonal dan cara mengatasi hambatan komunikasi dalam membangun sikap kolaboratif bagi pengurus OSIS SMAN 9 Mataram. *Community Development Journal*, 4(3), 6197–6203.
- Endah, N., Eti Rohaeti, E., & Supriatna, E. (2021). Keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI SMA Negeri 1 Margaasih Kabupaten Bandung. *FOKUS: Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan*, 4(2), 121–128.
- Knowles, M. S., Holton, E. F., & Swanson, R. A. (2020). *The Adult Learner* (9th ed.). Routledge.
- Mangundjaya, W. L. (2024). Peran pelatihan komunikasi interpersonal dalam meningkatkan kerja sama tim. *Jurnal Psikologi Atribusi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 55–65.
- Parid, M. (2020). Relevansi komunikasi pembelajaran dengan materi bahan ajar SD/MI. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(3), 442–459.
- Sakti, A. B., Wingkolatin, W., & Marwiah, M. (2024). Analisis peran Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) sebagai pembentuk karakter kepemimpinan siswa di SMA Negeri 2 Tenggara Seberang. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 1(3), 317–330.
- Sundari, S., Silalahi, V. A. J. M., & Siahaan, R. S. (2024). Komunikasi interpersonal dalam membangun harmoni dan produktivitas di tempat kerja. *Jurnal Cakrawala Akademika*, 1(3), 419–438.
- Tubbs, S. L., & Moss, S. (2017). *Human Communication: Principles and Contexts* (14th ed.). McGraw-Hill Education.