

PENGARUH *OUTBOUND* TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA MAHASISWA

Hasna Uzzakiyah¹, Faza Maulida², Rinda Kumala Wati³

Universitas Ahmad Dahlan^{1,2,3}

e-mail: hasna@psy.uad.ac.id

Diterima: 11/12/2025; Direvisi: 7/1/2026; Diterbitkan: 14/3/2026

ABSTRAK

Dunia kerja dihadapkan pada tantangan untuk memperoleh kandidat yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki kompetensi interpersonal yang memadai. Salah satu kompetensi penting adalah kemampuan komunikasi interpersonal yang berperan dalam meningkatkan efektivitas kerja, kolaborasi, dan kesiapan profesional. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pelatihan outbound berbasis experiential learning dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa profesi psikolog. Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental one-group pretest–posttest tanpa kelompok kontrol dengan melibatkan 35 mahasiswa semester pertama pendidikan profesi psikolog yang dipilih melalui purposive sampling. Intervensi dilaksanakan selama enam jam dalam tiga sesi terstruktur yang menargetkan aspek keterbukaan, empati, sikap positif, kesetaraan, dan dukungan sosial. Data dianalisis menggunakan paired sample t-test untuk menguji perbedaan skor sebelum dan sesudah intervensi. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan komunikasi interpersonal setelah pelatihan, $t(34) = -3.28$, $p = 0.001$, dengan ukuran efek sedang (Cohen's $d = 0.55$). Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan outbound berbasis experiential learning efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa. Secara teoretis, penelitian ini memperkuat penerapan model experiential learning dalam pengembangan soft skills di pendidikan tinggi, serta secara praktis memberikan rekomendasi bagi institusi pendidikan untuk mengintegrasikan metode pembelajaran berbasis pengalaman dalam program pengembangan kompetensi mahasiswa.

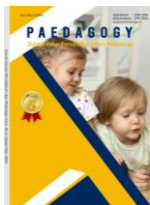
Kata Kunci: *Komunikasi Interpersonal, Pembelajaran Berbasis Pengalaman, Pelatihan Outbound, Kuasi-Eksperimen, Pengembangan Soft Skills*

ABSTRACT

The contemporary workplace faces increasing challenges in recruiting candidates who possess not only strong academic qualifications but also adequate interpersonal competencies. One essential competency is interpersonal communication, which plays a crucial role in enhancing work effectiveness, collaboration, and professional readiness. This study aims to examine the effectiveness of an experiential learning-based outbound training program in improving interpersonal communication skills among professional psychology students. The research employed a one-group pretest–posttest quasi-experimental design without a control group, involving 35 first-semester students enrolled in a professional psychology program, selected through purposive sampling. The intervention was conducted over six hours in three structured sessions targeting openness, empathy, positive attitudes, equality, and social support. Data were

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

 <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



analyzed using a paired sample t-test to examine differences before and after the intervention. The results indicated a significant improvement in interpersonal communication skills following the training, $t(34) = -3.28$, $p = 0.001$, with a medium effect size (Cohen's $d = 0.55$). These findings demonstrate that experiential learning-based outbound training is effective in enhancing students' interpersonal communication skills. Theoretically, this study strengthens the application of experiential learning models in soft skills development within higher education. Practically, it provides recommendations for educational institutions to integrate experience-based learning methods into student competency development programs.

Keywords: *Interpersonal Communication, Experiential Learning, Outbound Training, Quasi-Experiment, Soft Skills Development*

PENDAHULUAN

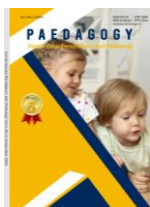
Dunia kerja saat ini menghadapi tantangan dalam memperoleh kandidat potensial yang tidak hanya memiliki kualifikasi akademik, tetapi juga siap berkontribusi secara aktif untuk mencapai tujuan organisasi. Oleh sebab itu, perusahaan menuntut karyawan memiliki potensi dan kompetensi yang sesuai dengan standar kinerja yang diharapkan (Orr et al., 2023). Kompetensi tersebut meliputi kemampuan beradaptasi dengan teknologi (World Economic Forum, 2023), keterampilan komunikasi (Andrews & Higson, 2008), kemampuan bekerjasama, kepemimpinan (Eva et al., 2024) dan kesiapan menghadapi perubahan (Uzzakiyah & Lufityanto, 2025). Kompetensi-kompetensi tersebut tidak dapat diperoleh secara instan, melainkan melewati proses pembelajaran dan pengalaman yang berkelanjutan agar berkembang secara optimal.

Salah satu kompetensi yang vital dan berpengaruh terhadap efektivitas kerja individu adalah komunikasi interpersonal (Rodrick, 2024). Menurut DeVito (2016), komunikasi interpersonal merupakan proses penyampaian informasi antara dua orang atau lebih serta adanya umpan balik dari pesan tersebut. Adapun beberapa aspek komunikasi interpersonal diantaranya adalah: (a) keterbukaan; (b) empati; (c) sikap saling mendukung; (d) sikap positif; dan (e) kesetaraan (DeVito, 2016). Keterbukaan adalah keinginan individu untuk membagikan *value*, pikiran, perasaan dan sikap terhadap orang lain. Empati adalah kemampuan untuk memahami perasaan dan emosi orang lain. Sikap saling mendukung merupakan kemampuan untuk memberikan dukungan berupa emosional, fisik maupun secara psikologis pada orang lain. Sikap positif merupakan sikap yang dilakukan individu untuk menciptakan suasana komunikasi yang positif seperti optimis serta menyampaikan pesan dengan ramah, sedangkan kesetaraan merupakan pandangan individu untuk melihat bahwa setiap individu memiliki kontribusi berharga dalam kelompok.

Komunikasi interpersonal yang baik memungkinkan seseorang memahami, merespon dan berinteraksi secara efektif dengan orang lain. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa individu dengan kemampuan komunikasi interpersonal yang tinggi cenderung lebih mudah untuk bekerjasama dan menghasilkan performa kerja yang optimal (Aquino et al., 2025). Selain itu, komunikasi interpersonal juga berkaitan dengan pertumbuhan individu secara profesional dan kemampuan memimpin secara efektif (Abed et al., 2023; Schulze & Pinkow, 2020). Terlebih lagi, komunikasi interpersonal mampu menciptakan lingkungan positif di lingkungan kerja yang berdampak positif pada produktivitas karyawan (Petra et al., 2024).

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

 <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>

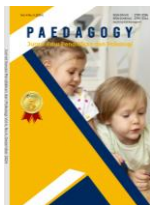


Melihat pentingnya kemampuan ini, *freshgraduate* perlu mempersiapkan keterampilan komunikasi interpersonal sejak dibangku kuliah (Succi & Canovi, 2020a). Terlebih lagi bagi mahasiswa profesi psikolog yang nantinya akan berprofesi menjadi seorang psikolog, dimana komunikasi menjadi proses penting dalam memberikan intervensi dengan klien (Ljunggren et al., 2023). Kemampuan komunikasi dapat dilatih sejak masa kuliah yang diterapkan dalam proses pembelajaran dan latihan terstruktur (Ljunggren et al., 2023). Oleh karena itu, institusi pendidikan tinggi memiliki tanggung jawab untuk merancang pembelajaran yang tidak hanya berorientasi pada penguasaan teori, tetapi juga pada pengembangan keterampilan praktis yang aplikatif.

Namun demikian, penelitian menunjukkan bahwa pelatihan komunikasi yang hanya disampaikan dalam bentuk ceramah atau pembelajaran konseptual di dalam kelas sering kali kurang efektif dalam mentransfer keterampilan ke situasi nyata (Møller et al., 2021). Model pembelajaran yang minim pengalaman langsung cenderung membatasi internalisasi keterampilan interpersonal secara mendalam. Dengan demikian, diperlukan pendekatan pembelajaran yang memungkinkan mahasiswa mengalami, merefleksikan, dan mempraktikkan keterampilan komunikasi secara langsung agar terjadi transfer pembelajaran yang lebih optimal. Salah satu pendekatan yang relevan adalah *experiential learning*. (Kolb, 2015) menjelaskan bahwa *experiential learning* merupakan proses pembelajaran yang terjadi melalui transformasi pengalaman, yang melibatkan empat tahap utama: *concrete experience*, *reflective observation*, *abstract conceptualization*, dan *active experimentation*. Melalui siklus tersebut, individu membangun pemahaman konseptual berdasarkan pengalaman nyata dan mengujinya kembali dalam konteks yang berbeda. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan *experiential learning* efektif dalam meningkatkan kemampuan komunikasi dan kompetensi interpersonal (Nojima et al., 2017; Wibowo et al., 2024).

Dalam konteks pendidikan tinggi, salah satu metode yang mengintegrasikan prinsip *experiential learning* adalah pelatihan *outbound*. *Outbound* memberikan pengalaman belajar berbasis aktivitas kelompok yang menuntut interaksi, kerja sama, pemecahan masalah, dan refleksi bersama. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji efektivitas *experiential learning* dalam pengembangan keterampilan komunikasi, kajian yang secara spesifik menguji pelatihan *outbound* berbasis *experiential learning* pada mahasiswa profesi psikolog masih terbatas. Selain itu, bukti empiris mengenai efektivitas *outbound* dalam meningkatkan aspek-aspek komunikasi interpersonal berdasarkan kerangka DeVito (2016) belum banyak dilaporkan dalam konteks pendidikan profesi.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pelatihan *outbound* berbasis *experiential learning* terhadap peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa profesi psikolog. Hipotesis yang diajukan adalah bahwa pelatihan *outbound* berbasis *experiential learning* secara signifikan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap literatur pengembangan *soft skills* di pendidikan tinggi serta menjadi dasar bagi institusi pendidikan dalam merancang program pelatihan komunikasi yang lebih kontekstual dan berbasis pengalaman.



METODE PENELITIAN

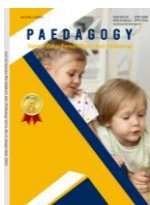
Penelitian ini menggunakan desain *quasi-eksperimental* dengan *pendekatan one-group pretest-posttest design*, yaitu desain yang mengukur kondisi partisipan sebelum dan sesudah intervensi tanpa melibatkan kelompok kontrol. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi efektivitas pelatihan outbound dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa secara langsung. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mengidentifikasi perubahan skor yang terjadi setelah partisipan mengikuti intervensi. Meskipun desain ini memiliki keterbatasan dalam mengontrol variabel luar, pendekatan ini tetap relevan untuk menguji efektivitas program pelatihan dalam konteks pendidikan.

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 35 mahasiswa semester pertama program Pendidikan Profesi Psikolog ($N = 35$). Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan kriteria tertentu, yaitu lulusan S1 Psikologi, berusia antara 20–35 tahun, dan terdaftar sebagai mahasiswa aktif semester pertama program profesi psikolog. Seluruh partisipan mengikuti rangkaian intervensi secara penuh dari awal hingga akhir kegiatan pelatihan. Karakteristik partisipan yang relatif homogen dipilih untuk memastikan bahwa intervensi diberikan pada kelompok dengan latar belakang akademik yang serupa.

Prosedur intervensi yang dilakukan yaitu menggunakan pelatihan *outbound* yang diselenggarakan selama setengah hari dengan durasi 6 jam. *Outbound* ini terbagi menjadi tiga sesi dengan tujuan : (1) peserta dapat saling mengenal satu sama lain secara pribadi dimana hal ini menysasar aspek keterbukaan; (2) peserta dapat mendukung satu sama lain dalam mencapai tujuan dimana hal ini menysasar aspek dukungan sosial; (3) peserta dapat saling memahami posisi satu sama lain dalam mencapai tujuan, dimana hal ini menysasar aspek empati; (4) peserta dapat memiliki komitmen untuk membangun budaya positif selama kuliah bersama teman kuliah dimana hal ini menysasar aspek rasa positif; (5) peserta juga belajar untuk menghargai kontribusi setiap anggota kelompok dimana hal ini menysasar aspek kesetaraan. Selama proses *outbound*, fasilitator membagi peserta menjadi 5 kelompok dimana setiap kelompok terdiri dari 8 anggota tim.

Instrumen penelitian yang digunakan yaitu skala komunikasi interpersonal dengan teori (DeVito, 2016). Skala ini telah dikembangkan dalam penelitian Sihabudin et al (2024) yang mengkaji komunikasi interpersonal di lingkup mahasiswa. Prosedur penelitian yang dilakukan dengan memberikan *pretest* sebelum pelatihan *outbound* dimulai. Kemudian *trainer* dan fasilitator memberikan pelatihan *outbound*. Setelah itu, peserta diberikan *post-test* untuk mengukur kemampuan komunikasi interpersonal. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *google form* untuk memudahkan pengumpulan data secara kolektif. Pengumpulan data dilakukan dalam dua tahap, yaitu *pretest* dan *posttest*. *Pretest* diberikan sebelum pelatihan dimulai untuk mengukur kemampuan komunikasi interpersonal awal peserta. Setelah seluruh rangkaian pelatihan selesai, peserta kembali mengisi skala yang sama sebagai *posttest* untuk mengetahui perubahan yang terjadi. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Google Form* untuk mempermudah proses administrasi dan rekapitulasi data.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak Jamovi. Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti terlebih dahulu menguji asumsi normalitas menggunakan uji Shapiro–Wilk



untuk memastikan distribusi skor perbedaan memenuhi asumsi parametrik. Setelah asumsi terpenuhi, dilakukan uji paired sample t-test untuk mengetahui perbedaan skor komunikasi interpersonal sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, penelitian ini juga menghitung ukuran efek (Cohen'sd) untuk mengetahui besarnya pengaruh pelatihan secara praktis, dengan interpretasi mengacu pada kriteria Cohen yaitu kecil (0,20), sedang (0,50), dan besar (0,80).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan (N=35) subjek mahasiswa pendidikan profesi psikolog. Secara keseluruhan, karakteristik dari subjek penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan Penelitian

Kategori	N	% Total
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	3	9%
Perempuan	32	91%
Usia		
20-25	31	89%
26-30	4	11%

*catatan: N=jumlah subjek

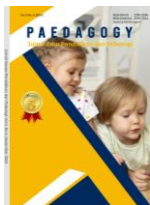
Pada Tabel 1 ditampilkan karakteristik partisipan penelitian berdasarkan jenis kelamin dan usia. Mayoritas partisipan berjenis kelamin perempuan sebanyak 32 orang atau 91% dari total sampel, sedangkan partisipan laki-laki berjumlah 3 orang atau 9%. Berdasarkan kategori usia, sebagian besar partisipan berada pada rentang usia 20–25 tahun sebanyak 31 orang atau 89%, sementara partisipan berusia 26–30 tahun berjumlah 4 orang atau 11%. Data tersebut menunjukkan bahwa sampel penelitian didominasi oleh mahasiswa perempuan yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal. Secara keseluruhan, karakteristik partisipan relatif homogen karena seluruh responden merupakan mahasiswa semester pertama program pendidikan profesi psikolog.

Selain itu, adapun data deskriptif terkait subjek penelitian dapat dilihat di Tabel 2.

Tabel 2. Data Deskriptif Subjek

	N	Mean	Median	SD	SE
Pre-Test	35	81.2	81	7.21	1.22
Post-Test	35	84.6	86	7.59	1.28

Berdasarkan Tabel 2, statistik deskriptif kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) mengikuti pelatihan outbound dengan jumlah partisipan yang sama pada kedua pengukuran, yaitu 35 orang (N = 35). Nilai rata-rata (mean) pada pre-test sebesar 81,2 dengan median 81, sedangkan pada post-test meningkat



menjadi 84,6 dengan median 86, yang menunjukkan adanya peningkatan skor setelah intervensi diberikan. Peningkatan rerata sebesar 3,4 poin mengindikasikan adanya perubahan positif pada kemampuan komunikasi interpersonal peserta. Standar deviasi pada pre-test sebesar 7,21 dan pada post-test sebesar 7,59 menunjukkan bahwa variasi skor antarpartisipan relatif serupa pada kedua pengukuran, meskipun terdapat sedikit peningkatan variasi setelah pelatihan. Sementara itu, standar error masing-masing sebesar 1,22 pada pre-test dan 1,28 pada post-test menunjukkan bahwa estimasi rata-rata cukup stabil, sehingga secara keseluruhan data deskriptif ini mengindikasikan adanya kecenderungan peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal setelah pelatihan outbound diberikan.

Sebelum melakukan uji hipotesis, penelitian ini melakukan uji normalitas untuk melihat persebaran data yang ada pada subjek. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat di Tabel 3.

Tabel 3. Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

	W	P
Pre Test – Post Test	0.953	0.145

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk terhadap selisih skor pre-test dan post-test kemampuan komunikasi interpersonal. Nilai statistik W sebesar 0,953 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,145. Karena nilai p lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), maka data perbedaan skor pre-test dan post-test dapat dinyatakan terdistribusi normal. Hal ini menunjukkan bahwa asumsi normalitas dalam analisis parametrik telah terpenuhi. Dengan demikian, penggunaan uji paired sample t-test untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini dapat dibenarkan secara statistik.

Setelah melakukan uji normalitas, penelitian ini melakukan uji paired sample t-test seperti yang tertera pada Tabel 4.

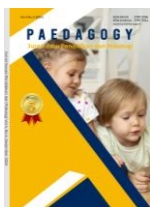
Tabel 4. Uji Paired Sample t-test

	t	df	p	Cohen's
Pre Test – Post Test	-3.28	34	0.001	-0.554

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* kemampuan komunikasi interpersonal, $t(34) = -3.28$, $p = 0.001$, dengan ukuran efek sedang ($d=0.55$). Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan *outbound* secara signifikan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal pada mahasiswa profesi psikolog.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kemampuan komunikasi interpersonal secara signifikan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan (*outbound*). Hasil ini menunjukkan bahwa pelatihan (*outbound*) mampu meningkatkan komunikasi interpersonal mahasiswa secara efektif (Arachchige & Sathsara,



2020). Peningkatan dengan ukuran efek sedang ($d = 0.55$) menunjukkan bahwa intervensi memiliki kekuatan pengaruh yang cukup stabil dalam konteks pelatihan jangka pendek. Dengan kata lain, pelatihan berbasis *experiential learning* ini memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran, dimana individu tidak hanya memahami konsep komunikasi secara teoritis, tetapi juga memperoleh kesempatan untuk mengalami, mempraktikkan, dan merefleksikan keterampilan komunikasi secara langsung.

Selain itu, penelitian ini sejalan dengan teori Kolb (1984) bahwa proses pembelajaran terjadi melalui transformasi pengalaman yang terdiri dari empat tahapan yaitu *concrete experience*, *reflective observation*, *abstract conceptualization* dan *active experimentation*. Siklus pembelajaran ini mendorong integrasi antara pengalaman nyata dan pemaknaan kognitif, sehingga keterampilan komunikasi lebih mudah terinternalisasi. Melalui siklus ini, mahasiswa dapat memperoleh pemahaman konseptual dari pengalaman nyata melalui refleksi terhadap interaksi yang terjadi (Yardley et al., 2012). Kemudian, mahasiswa dapat mengambil makna baru dari pengalaman tersebut serta menguji kembali dalam konteks komunikasi sehari-hari. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori DeVito (2016) yang menyatakan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan antar individu demi mencapai pemahaman yang sama. Komunikasi dapat berjalan dengan baik apabila ada *active listening*, empati dan memberikan umpan balik yang konstruktif (Hattie & Timperley, 2007; Karaaziz et al., 2017; Weger et al., 2010).

Dalam konteks dunia kerja, kebutuhan tempat kerja tidak hanya menuntut individu untuk memiliki *hard skill* saja, melainkan *soft skill* juga penting untuk dimiliki para pekerja (Succi & Canovi, 2020b). Untuk mengembangkan *softskill* individu membutuhkan waktu dan proses serta kurikulum yang sesuai agar program pengembangan dapat memberikan dampak secara signifikan. Oleh sebab itu, *outbound* dapat dijadikan salah satu metode yang memungkinkan individu untuk meningkatkan kemampuan komunikasi. Metode lain seperti *in house training*, keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas project (*project based learning*) dapat dijadikan referensi tambahan untuk mengembangkan kemampuan komunikasi secara berkelanjutan.

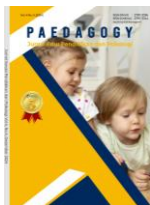
Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal metode pengukuran yang digunakan. Sebaiknya, penelitian selanjutnya melibatkan kelompok kontrol agar peneliti dapat mengetahui efek antara kelompok subjek yang diberikan pelatihan dan subjek yang tidak diberikan pelatihan. Selain itu, diperlukan tindakan *follow up* dengan melihat kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa beberapa bulan setelah diberikan pelatihan untuk melihat efek tersebut tidak hanya terjadi sementara selama proses outbound saja. Penggunaan kuesioner *pretest* dan *posttest* juga memungkinkan *carry over effect* yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Oleh sebab itu, instrumen komunikasi interpersonal perlu dikembangkan lagi sehingga tidak memungkinkan adanya *carry over effect* dari kuesioner yang diberikan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pelatihan outbound berbasis *experiential learning* secara signifikan meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal mahasiswa profesi psikolog. Hasil analisis statistik mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna antara skor sebelum dan sesudah intervensi, dengan ukuran efek pada kategori sedang. Temuan ini

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi

 <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1>



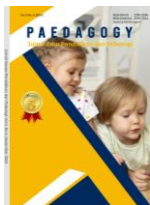
menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya memberikan perubahan yang signifikan secara statistik, tetapi juga memiliki dampak praktis dalam pengembangan kompetensi interpersonal mahasiswa. Dengan demikian, pendekatan pembelajaran berbasis pengalaman terbukti efektif dalam meningkatkan kualitas interaksi dan keterampilan komunikasi mahasiswa dalam konteks akademik maupun profesional.

Secara teoretis, penelitian ini memperkuat relevansi model experiential learning Kolb dalam pengembangan soft skills di pendidikan tinggi. Proses pembelajaran yang melibatkan pengalaman langsung, refleksi, konseptualisasi, dan penerapan kembali terbukti mampu memfasilitasi internalisasi keterampilan komunikasi interpersonal secara lebih mendalam. Hasil penelitian ini juga memberikan kontribusi empiris terhadap literatur pengembangan kompetensi mahasiswa profesi psikolog yang masih relatif terbatas dalam konteks pelatihan outbound. Oleh karena itu, penelitian ini memperluas pemahaman mengenai efektivitas strategi pembelajaran kontekstual dalam meningkatkan kesiapan profesional mahasiswa.

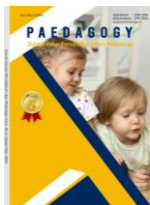
Secara praktis, temuan penelitian ini dapat dijadikan dasar bagi institusi pendidikan untuk mengintegrasikan metode experiential learning dalam program pengembangan kompetensi mahasiswa. Pelatihan outbound dapat digunakan sebagai salah satu strategi sistematis dalam membangun keterampilan komunikasi interpersonal yang aplikatif dan relevan dengan kebutuhan dunia kerja. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada desain tanpa kelompok kontrol dan belum adanya pengukuran tindak lanjut untuk menilai keberlanjutan efek intervensi. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimen dengan kelompok kontrol serta melakukan evaluasi jangka panjang agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai stabilitas dan efektivitas intervensi..

DAFTAR PUSTAKA

- Abed, L. G., Abed, M. G., & Shackelford, T. K. (2023). Interpersonal Communication Style and Personal and Professional Growth among Saudi Arabian Employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), 910. <https://doi.org/10.3390/ijerph20020910>
- Andrews, J., & Higson, H. (2008). Graduate Employability, 'Soft Skills' Versus 'Hard' Business Knowledge: A European Study. *Higher Education in Europe*, 33(4), 411–422. <https://doi.org/10.1080/03797720802522627>
- Aquino, M. K. A., Bumacod, A. M., Calapine, A. G., Yaco, J. M. T., Dimailig, M. L., Amores, A. P., & Francisco, J. (2025). Interpersonal and intrapersonal leadership competencies: an interpretative phenomenological analysis on effective leadership strategies. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1553620>
- Arachchige, U. S. P. R., & Sathsara, K. L. T. (2020). The impact of outbound training (OBT). *International Journal of Scientific & Technology Research*, 9(4). <https://www.ijstr.org/final-print/apr2020/The-Impact-Of-Outbound-Training-obt.pdf>
- DeVito, J. A. . (2016). *The interpersonal communication book* (10th ed.). Pearson Education.
- Eva, T. P., Afroze, R., & Sarker, M. A. R. (2024). The Impact of Leadership, Communication, and Teamwork Practices on Employee Trust in the Workplace. *Management Dynamics in the Knowledge Economy*, 12(3), 241–261. <https://doi.org/10.2478/mdke-2024-0015>



- Hattie, J., & Timperley, H. (2007). The Power of Feedback. *Review of Educational Research*, 77(1), 81–112. <https://doi.org/10.3102/003465430298487>
- Karaaziz, M., Can, G., & Keskindağ, B. (2017). Examining Empathy As A Communication Technique In The Context of Gender And Cultural Differences: A Review Study. *Global Journal of Psychology Research: New Trends and Issues*, 7(1), 20–27. <https://doi.org/10.18844/gjpr.v7i1.401>
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Person Education.
- Ljunggren, I., Najström, M., Levitt, D. H., & Ramnerö, J. (2023). Dialogue as psychological method – a study of training interviewing and communication skills in psychology students. *Nordic Psychology*, 75(4), 386–396. <https://doi.org/10.1080/19012276.2022.2112744>
- Møller, J. E., Kjaer, L. B., Helledie, E., Nielsen, L. F., & Malling, B. V. (2021). Transfer of communication teaching skills from university to the clinical workplace – does it happen? A mixed methods study. *BMC Medical Education*, 21(1), 433. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02834-1>
- Nojima, A., Ravia, J., & Hongu, N. (2017). Communication Skills Development through Experiential Learning in Nutritional Sciences. *The FASEB Journal*, 31(S1). https://doi.org/10.1096/fasebj.31.1_supplement.975.6
- Orr, P., Forsyth, L., Caballero, C., Rosenberg, C., & Walker, A. (2023). A systematic review of Australian higher education students' and graduates' work readiness. *Higher Education Research & Development*, 42(7), 1714–1731. <https://doi.org/10.1080/07294360.2023.2192465>
- Petra, M., Jasminka, S., & Vanja, V. (2024). *The Role of Interpersonal Skills in Effective Management*
- Rodrick, F. (2024). The Role of Workplace Communication on Employees' Performance in Tanzania: A Case of Tanzania Electric Supply Company (TANESCO). *The Accountancy and Business Review*, 16(2), 113–126. <https://doi.org/10.59645/abr.v16i2.341>
- Schulze, J. H., & Pinkow, F. (2020). Leadership for Organisational Adaptability: How Enabling Leaders Create Adaptive Space. *Administrative Sciences*, 10(3), 37. <https://doi.org/10.3390/admsci10030037>
- Sihabudin, M. M. R., Fitriah, M., & Hasbiyah, D. (2024). Keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa di lingkungan kampus. *Visi Komunikasi*, 23(2). <https://doi.org/10.22441/visikom.v23i02.29985>
- Succi, C., & Canovi, M. (2020). Soft skills to enhance graduate employability: comparing students and employers' perceptions. *Studies in Higher Education*, 45(9), 1834–1847. <https://doi.org/10.1080/03075079.2019.1585420>
- Uzzakiyah, H., & Lufityanto, G. (2025). Workforce agility in startup employees: The role of psychological empowerment, emotional intelligence and job autonomy. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 1–12. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v22i1.755>



- Weger, H., Castle, G. R., & Emmett, M. C. (2010). Active Listening in Peer Interviews: The Influence of Message Paraphrasing on Perceptions of Listening Skill. *International Journal of Listening*, 24(1), 34–49. <https://doi.org/10.1080/10904010903466311>
- Wibowo, A. H., Mohamad, B., Djatmika, & Santosa, R. (2024). Designing and assessing experiential learning pedagogy for an intercultural communicative competence training module: a quasi-experimental study. *Frontiers in Education*, 9. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1470209>
- World Economic Forum. (2023). *The Future of Job Report 2023*.
- Yardley, S., Teunissen, P. W., & Dornan, T. (2012). Experiential learning: Transforming theory into practice. *Medical Teacher*, 34(2), 161–164. <https://doi.org/10.3109/0142159X.2012.643264>