



**Mendengarkan
Aktif**

“Mendengarkan bukan sekedar mendengar apa yang diucapkan seseorang kepadamu. Anda harus mendengarkan dengan hati....dan itu adalah pekerjaan yang amat sulit”
(Anna Deavere Smith dalam Arenson, 2002:35)



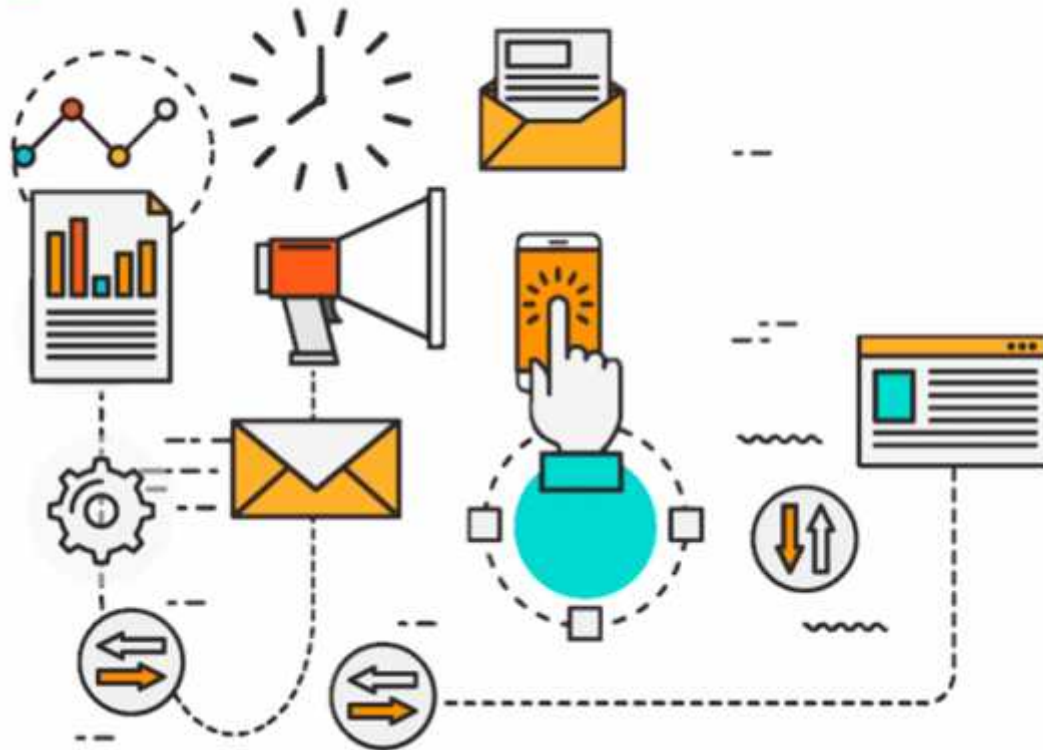
Apa dampak ketika kita tidak mendengarkan dengan efektif?

- Jika manusia tidak memiliki kemampuan mendengarkan, maka manusia tersebut tidak mampu untuk belajar.



Kemampuan Dasar Lulusan Ilmu Komunikasi

- *Speaking*
- **LISTENING**
- *Writing*
- *Reading*



**Mendengarkan
(Listening)**

≠

**Mendengar
(Hearing)**



Mendengar (Hearing)



Proses fisiologis saat gelombang suara mencapai gendang telinga manusia.

Mendengarkan (Listening)



- Proses kompleks terdiri dari mendengar, berpikir, memilih, dan mengorganisasikan informasi, menerjemahkan informasi, merespons situasi, dan mengingat
- Setelah fisiologis, harus menginterpretasi, mengingat, dan menanggapi stimulus komunikasi yang lain



- Proses aktif
- Telinga, hati, dan pikiran

Proses



Kesadaran (*Mindfulness*)

- Kondisi dimana seseorang benar – benar hadir dalam situasi tertentu
- *Focus at the NOW, not yesterday or tommorrow*
- Memahami informasi yang disampaikan , tanpa memaksakan kehendak kita
- Memberi kontak mata, sikap tubuh positif, merespon positif (anggukan/sejenisnya)
- Pilihan Anda untuk komit dengan *present*, baru Anda akan **PENUH KESADARAN**



Penerimaan Pesan Secara Fisiologis

- Proses **MENDENGAR** → Semakin tubuh kita dalam kondisi baik, maka pesan yang kita terima akan baik juga
- Tidak hanya gangguan pendengaran → **Kelelahan, Kelaparan** juga menurunkan daya mendengarkan
- Jenis kelamin juga → PR perhatian > LK | PR pakai kedua belahan otak saat mendengarkan; LK hanya otak kiri



Seleksi dan Organisasi

- Menyeleksi perhatian pada stimulus yang **INTENS, KERAS, TIDAK BIASA, atau MENAKJUBKAN**
- Mengorganisasikan pada dengan skema kognitif → e.g: ***Teman Baik → Menangis → Tidak mau diganggu → Membiarkan sendiri***



Memaknai Komunikasi

- *Person centered*
 - Berpusat pada orang lain, kita punya dua perspektif, bukan untuk selalu menyetujui namun **USAHA** untuk sungguh memahami orang lain



Menanggapi

- Memberi/
mengkomunikasikan perhatian dan ketertarikan serta menyuarakan pandangan kita
- Melalui interaksi



Mengingat

- Mempertahankan/
menyimpan apa
yang telah didengar
- Pastikan menyimpan
YANG TERPENTING
→ Retensi mereduksi
ingatan karena
berulang, detail
akan semakin
berkurang



Hambatan dalam Proses Mendengarkan

Eksternal

- Pesan terlalu banyak
- Kompleksitas pesan
- Gangguan (kebisingan)

Internal

- Preokupasi (kesibukan)
- Prasangka
- Sikap terlalu reaktif
- Tidak berusaha mendengarkan
- Tidak mengakomodasi perbedaan gaya mendengarkan

INTERNAL

V

EXTERNAL

Hambatan Eksternal



- *Pesan terlalu banyak*
 - Informasi dalam jumlah tertentu yang dapat disimpan/ dipilah oleh manusia.

Hambatan Eksternal



- *Kompleksitas pesan*
 - Bentuk pesan yang detail dan rumit membuat manusia sulit untuk memproses dan menyimpannya.

Hambatan Eksternal



- *Gangguan (kebisingan)*
 - Keadaan lingkungan yang memecah/ mengganggu proses mendengarkan.

Hambatan Internal

- *Preokupasi (kesibukan)*
 - Diri yang disibukan dengan pemikiran dan kekhawatiran tertentu yang mempengaruhi proses mendengarkan.
- *Prasangka*
 - Membuat dugaan/ kesimpulan awal pada proses mendengarkan.
- *Sikap terlalu reaktif*
 - Sikap terlalu reaktif ketika merespon, mengurangi kemampuan kita untuk berfikir kritis dalam mendengarkan orang lain.



Hambatan Internal

- *Tidak berusaha mendengarkan*
 - Mendengarkan butuh usaha untuk memenuhi bagian-bagian dalam mendengarkan. Ketika tidak ada usaha tersebut, maka proses mendengarkan tidak efektif.
- *Tidak mengakomodasi perbedaan gaya mendengarkan*
 - Tidak mengenali/ menyesuaikan gaya mendengarkan yang berbeda.



Bentuk Non-Mendengarkan

Pseudolisteling/
Mendengarkan
Semu

Memonopoli

Mendengarkan
Selektif

Mendengarkan
Defensif

Ambushing

Mendengarkan
Literal
(Harafiah)

Pseudolistening/ Mendengarkan Semu



Berpura-pura mendengarkan karena alasan tertentu, kelihatan penuh perhatian namun pikiran ditempat lain

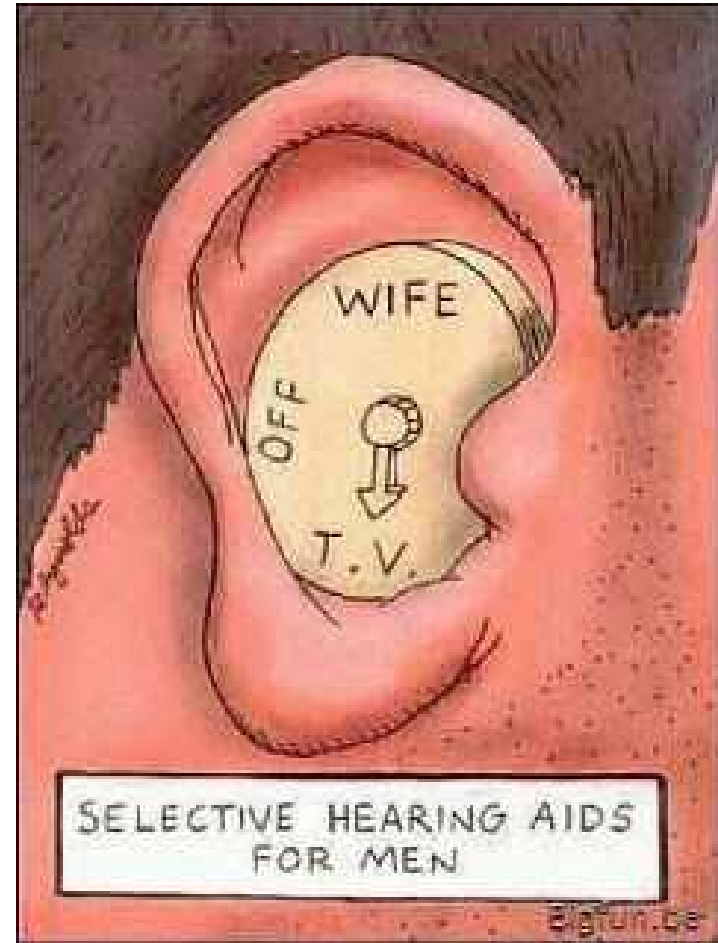
Monopoli



Menyabot/ menguasai momen secara terus menerus dengan memusatkan komunikasi pada diri kita sendiri, bukan kepada orang yang sedang berbicara.

Mendengarkan Selektif

Hanya berfokus pada bagian tertentu dari pesan yang paling sesuai/ menarik bagi diri seseorang



Mendengarkan Defensif



Mendengarkan dengan mengedepankan respon dalam bentuk serangan pribadi, kritik, atau nada bermusuhan.

Ambushing



Mendengarkan dengan seksama (penuh kesadaran) tetapi tidak dimotivasi oleh ketertarikan dengan pihak lain, melainkan dengan tujuan menyerang.

Mendengar Literal (Harafiah)



Mendengar hanya untuk tingkat makna yang sebenarnya, berdasarkan isi dan mengabaikan faktor lainnya.

Aktivitas Mendengarkan Pada Komunikasi

Mendengarkan untuk Kesenangan – Musik/Radio, tidak harus ingat

Mendengarkan untuk Mendapatkan Informasi

- Penuh kesadaran
- Mengendalikan Hambatan
- Bertanya
- Gunakan bantuan untuk mengingat
- Mengorganisasi informasi

Mendengarkan untuk Membantu Orang lain- Mempertimbangkan tingkat makna berdasarkan hubungan.

- Penuh kesadaran
- Menghindari penilaian
- Memahami perspektif orang lain
- Menunjukkan dukungan

Panduan Mendengarkan Efektif

Penuh Kesadaran

Adaptasi Gaya Mendengar Berbeda

Mendengarkan Aktif

