



Training Professional Appearance & Grooming

Hari : Selasa & Rabu
Tanggal : 28 & 29 Juni 2022
Tempat : Ruang Admin Teknisi Divisi SOM Grand Indonesia
Pukul : 09.00 s/d 11.00 dan 13.00 s/d 15.00 WIB

anditranssec@gmail.com

Training Professional Appearance & Grooming



PT. TRANS SECURITECH
Pondok Pinang Center Blok B-10
Pondok Pinang – Kebayoran Lama
Jakarta Selatan



PT. JAYA TEKNIK INDONESIA
Jl. Johar No. 10 – Menteng
Jakarta Pusat

anditranssec@gmail.com

Pendahuluan

Personal Grooming merupakan sesuatu hal yang sangat penting yang harus diterapkan oleh setiap karyawan dalam dunia kerja, apalagi karyawan dengan posisi frontliner atau back office harus selalu memperhatikan serta menjaga penampilan dan perawatan diri.

Berpenampilan menarik memiliki arti sangat penting sebagai salah satu kunci sukses untuk dapat menjalin hubungan atau interaksi yang harmonis kepada semua orang yang kita jumpai.

Seseorang yang sifatnya baik, tanpa memiliki penampilan dan perawatan diri, serta integritas dan etika kemungkinan hanya bermanfaat bagi dirinya sendiri, belum bisa mendatangkan manfaat positif buat sesamanya.

Penampilan & Perawatan diri (Appearance & Grooming) merupakan hal yang sangat penting pula dalam kehidupan sehari-hari. Setiap orang tentu saja ingin selalu tampil serasi dan menarik agar disukai oleh orang lain. Penampilan menarik mencerminkan kepribadian seseorang. Orang berpenampilan menarik akan dinilai sebagai orang yang berkepribadian baik. Sebaliknya, orang kurang memperhatikan penampilannya dinilai sebagai orang yang berkepribadian kurang menarik.

Penampilan yang menarik akan memberikan kesan yang positif bagi orang lain. Oleh karena itu, penampilan diri perlu diperhatikan agar sedapat mungkin selaras dengan nilai-nilai keindahan dan tata krama yang berlaku dalam kehidupan masyarakat, khususnya di lingkungan kerja.

TUJUAN TRAINING

Di akhir pelatihan, diharapkan peserta dapat :

- Membangun kepribadian dengan moral, kepercayaan diri untuk mempraktikkan etika dalam wujud perilaku berintegritas, serta menyiapkan kepribadian siap menjaga daya tahan organisasi dalam menghadapi berbagai macam tantangan, baik itu yang berasal dari internal maupun dari eksternal organisasi.
- Membangun kualitas pribadi dengan sopan santun tinggi dalam hubungan dengan pimpinan, rekan kerja, staf, mitra kerja atau pelanggan, prospek, stakeholder lainnya dalam hubungan bisnis dan hubungan kerja.
- Menciptakan kualitas pribadi dengan keterampilan sosial, keterampilan pribadi, keterampilan orang mudah beradaptasi dalam beragam budaya atau multikultural.
- Mampu bekerja, membangun kualitas diri lebih baik, lebih kuat, hubungan lebih sukses, memperoleh keunggulan kompetitif.

▶ Apa Itu Personal Grooming?

Secara harfiah, grooming artinya penampilan/perawatan diri seseorang. Grooming dalam penampilan prima adalah penampilan diri tenaga pelayanan pada waktu bekerja memberikan pelayanan kepada kolega dan pelanggan.

Personal Grooming adalah penampilan diri. Ya, suka atau tidak suka, ketika Anda memasuki dunia kerja, Anda harus memperhatikan penampilan. Hal ini didasari karena penampilan yang tepat bisa membuat orang lain terpikat pada kepribadian Anda, yang kemudian berimbas positif pada pekerjaan atau profesi Anda.

Konsep Dasar Grooming & Etika

- Menurut Sujatno (2008: 33), "Grooming adalah kerapian, baik yang di dalam maupun yang di luar, yang di dalam menyangkut sifat yang peduli kebersihan, tidak jorok memiliki kebiasaan untuk rapi, sedangkan faktor luar merupakan tampilan yang tampak, seperti dalam berpakaian dan berdandan".

▶ Apa itu Etika ?

Dalam bahasa Inggris, Ethics yaitu segala tindakan yang harus dilakukan oleh manusia sesuai dengan moral pada umumnya.

Etika adalah nilai moral dan norma yang menjadi pedoman, baik bagi suatu individu maupun suatu kelompok, dalam mengatur tindakan atau perilaku.

Tujuan dan Fungsi Grooming

- Mengatas-namakan suatu lembaga atau perusahaan.
- Mencerminkan kepribadian yang baik dan kesan positif.
- Selaras dengan nilai-nilai keindahan dan tata krama.
- Memberikan pancaran kecantikan

Manfaat Personal Grooming

- Semakin Percaya Diri
- Imbas Positif Pada Perusahaan
- Tubuh Semakin Sehat
- Bentuk Kepedulian Diri
- Ditanggapi Positif oleh Lingkungan


Standar Grooming dan Etika

- Grooming dapat diartikan dengan tampak rapi, bersih dan menarik, baik berhubungan dengan tampilan diri sendiri maupun pakaian yang dikenakan oleh seorang front office.
- Adapun indikator standar grooming menurut Darsono/Pakar SDM (2011: 2) yaitu “Kebersihan dan Kerapian Diri, Sikap Ramah, Mengucapkan Salam, Sopan Berbicara, Menyambut Tamu.”
- Front Office Department dikenal “The first and the last impression of the guest”, yang artinya front office department memberikan kesan pertama sampai akhir dalam melayani tamu.

Memahami Konsep Hygiene

➤ ***Personal Hygiene (Kesehatan Pribadi)***

Manusia dalam menjalankan segala aktivitasnya diperlukan kondisi tubuh yang sehat karena manusia tidak mungkin dapat bekerja dalam keadaan sakit yang nantinya dapat berakibat buruk, yakni dapat memperparah jiwa kondisi kesehatan orang tersebut dan dapat membuat hasil kerja tidak optimal.



Menurut Undang-Undang No. 23 Tahun 1992 Tentang Kesehatan : kesehatan merupakan keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan sikap orang hidup produktif secara sosial ekonomi.

- Sedangkan sakit merupakan suatu keadaan jasmani, jiwa, dan pikiran manusia yang terganggu dan tidak dapat menjalankan aktivitas dan rutinitasnya seperti biasanya.
- Usaha-usaha yang dapat dilakukan untuk menanggulangi sakit tersebut dapat berupa usaha preventif (pencegahan) dan usaha kuratif (pengobatan).

Macam-macam Personal Hygiene

- Perawatan kulit
- Perawatan kaki dan kuku
- Perawatan rambut
- Perawatan gigi dan mulut
- Perawatan telinga

Memahami Konsep Berperilaku yang Baik

- Perilaku merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Perilaku merupakan respon/reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya (Notoatmojo, 2010).




Faktor yang dapat mempengaruhi perilaku dari faktor genetik intern individu (endogen) :

- Jenis Ras
- Jenis Kelamin
- Sifat Fisik
- Sifat Kepribadian
- Intelegensi

Faktor Eksogen atau Faktor Dari Luar Individu

Faktor yang dapat mempengaruhi perilaku yang berasal dari luar Individu (eksogen) antara lain :

- Lingkungan
- Usia
- Pekerjaan
- Agama
- Sosial Ekonomi



Faktor-Faktor Lain yang Mempengaruhi perilaku.


- Faktor lain mencakup pengetahuan dan sikap seseorang.
- Faktor pemungkin (enabling factors).
- Faktor penguat (reinforcing factors) .

Teknik Berbicara, Duduk, Berdiri yang Baik.

Teknik berbicara

Teknik berbicara efektif adalah cara yang paling baik dalam melakukan komunikasi. Karena biasanya akan mencapai tujuan yang tepat. Teknik berbicara sebenarnya harus disesuaikan dengan beberapa pesan yang akan disampaikan sehingga bisa diterima dengan baik.

- Melakukan pemilihan pokok permasalahan.
- Berbicara dengan melakukan gerakan badan.
- Lakukan penyesuaian dengan situasi terhadap lawan bicara.
- Anda harus menghargai lawan bicara.
- Menanggapi dengan baik setiap reaksi.



Etika Duduk pada saat bertugas maupun bertamu :

Posisi dan cara duduk juga dapat mencerminkan kepribadian dan etiket kita. Adapun beberapa tata cara yang perlu diperhatikan adalah :

- Sebaiknya duduk dengan tegak ditempat yang pantas, terutama pada acara resmi;
- Pada saat duduk, maka sebaiknya kita berdiri apabila ada orang yang lebih tua atau patut dihormati mendatangi atau mengajak bicara;
- Bagi Pria, sebaiknya duduk dengan postur tubuh yang tegak dan posisi kaki tidak boleh terbuka lebih lebar daripada lebar bahu;
- Bagi wanita, selain duduk dengan postur tubuh yang tegak, posisi kaki ditekuk dengan kedua paha rapat tidak boleh terbuka lebar.



Duduk Tegak Beretika




Menghormati yang lebih Tua



Posisi Kaki Tidak Melebar



Posisi kaki Melipat dan Tidak Terbuka Lebar



Cara-cara berdiri yang baik dan beretika:

- Tidak berdiri sambil tolak pinggang
- Tidak membusungkan dada
- Tidak mengadahkan wajah
- Tidak menghalangi orang jalan
- Tidak berdiri ditengah jalan
- Tidak berdiri didepan pintu
- Kaki tidak terlalu lebar



Tidak Berdiri sambil Bertolak Pinggang



Tidak Membusungkan Dada



Tidak mengadahkan Wajah



Tidak Menghalangi Jalan Orang



Tidak Berdiri Di Depan Pintu



Tidak Berdiri Di Tengah Jalan




Posisi Kaki Tidak Melebar




Ada 7 faktor yang bisa mendukung terciptanya suatu komunikasi yang efektif, yaitu:

- Informasi yang lengkap.
- Penyampaian yang ringkas.
- Pemilihan kata yang penuh pertimbangan.
- Disampaikan secara jelas.
- Informasi bersifat nyata.
- Berkomunikasi dengan tata krama.
- Menyampaikan informasi yang sudah teruji kebenarannya.



Tips yang bisa kamu coba terapkan supaya bisa berkomunikasi dengan baik.

- Berbicara dengan Baik.
- Diam, Simak, dan Dengarkan dengan Seksama.
- Sesuaikan dengan Konteks.
- Gestur Tubuh.
- Menyisipkan Humor.
- Jangan Terlalu Self Center.
- Mengendalikan Emosi.



Berpakaian yang Proporsional dan Profesional.

- Menutup Aurat Bagian Tubuh;
- Sesuai dengan Tujuan, Situasi dan Kondisi Lingkungan;
- Tampak Rapi, Bersih, Sehat, dan Ukurannya Pas;
- Tidak mengganggu orang lain;
- Tidak melanggar hukum negara dan hukum agama.

Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Penampilan.

Penampilan diri merupakan keberadaan seseorang yang dapat dilihat secara visual atau penampilan lahiriah seseorang (fisik). Penampilan diri mempengaruhi dan menunjang kepercayaan diri, kematangan diri, kesuksesan dalam pekerjaan, karier atau dunia profesi, yang pada akhirnya mempengaruhi kepribadian seseorang.

- Cara berfikir,
- Cara berkomunikasi, atau cara berbicara
- Kecakapan atau intelegensi atau tingkat pendidikan,
- Kesehatan jasmani,
- Keseimbangan emosi seseorang




Terampil Menjaga Kebersihan dan Kesehatan.

Menjaga kebersihan & kesehatan agar tidak mudah sakit pun sering dicari oleh kita yang memiliki kesibukan tinggi.

Orang yang aktif rentan untuk terkena berbagai macam penyakit dibandingkan dengan orang yang memiliki sedikit mobilitas.

Oleh sebab itu sangat penting bagi kita yang aktif untuk memperhatikan kesehatan.



Beberapa cara menjaga kebersihan & kesehatan tubuh atau cara hidup sehat yang dapat kita jadikan rujukan agar tubuh tetap fit dan sehat serta senantiasa bahagia dalam menjalani hidup.

- Berpikiran Positif (Positive Thinking)
- Kendalikan Stres
- Kenali bahasa tubuh
- Menjaga Pola Makan
- Cukupi Kebutuhan Cairan
- Jaga kebersihan diri dan lingkungan serta higienitas makanan dan minuman
- Olahraga Secara Teratur
- Hindari kebiasaan buruk



Mengatur Tata Rias & Penampilan Saat Bekerja

- Riasan natural
- Pakaian formil
- Hindari warna-warni
- Perhiasan secukupnya
- Ikuti *dress code*
- Cerdas berpakaian

Mengatur Potongan Rambut

Mengatur & merawat serta memotong rambut dalam dunia kerja sangat penting dalam menjaga penampilan, dan mempengaruhi rasa percaya diri, kehidupan kepribadian, kehidupan sosial hingga kehidupan profesional.

Potongan rambut yang baik saat bekerja :

- Sesuaikan dengan situasi dan kondisi ditempat kerja
- Potongan rambut tidak gondrong(pria)
- Terlihat Rapi
- Tidak mengganggu pekerjaan
- Tidak mengganggu orang lain
- Potong rambut secara rutin.

Hidup Sukses itu Mudah, Kuncinya Disiplin

- Kesuksesan bukan merupakan warisan yang berasal dari orangtua,
- Juga bukan sebagai hadiah ulang tahun.
- Kesuksesan tidak akan datang begitu saja.
- Sukses diraih melalui proses yang panjang dan membutuhkan waktu, strategi, usaha, keinginan yang kuat, pengorbanan yang tidak mudah,
- Dan yang terpenting kita harus fokus.





SEKIAN
&
TERIMA KASIH

SELAMAT BEKERJA DAN SUKSES

KNOWING IS NOTHING,
BUT APPLYING WHAT YOU KNOW IS EVERYTHING

