

# First Impressions Speak Louder Than Words

☀ Let your look do the talking

Presented by  
Kopkar Kanitra





**“Siapa yang menurut kamu lebih profesional?”**



**Fakta: Orang membentuk kesan pertama dalam 7 detik pertama bahkan sebelum kamu bicara.**



# Kenapa grooming itu penting?

Banyak karyawan menganggap grooming = **formalitas** (asal nggak bau, udah cukup).

## Padahal..

- ✿ Mempengaruhi kepercayaan diri



- ✿ Mempengaruhi cara orang merespons



- ✿ Mempengaruhi customer trust



# Wait, grooming itu apa sih?

Grooming adalah upaya merawat dan menampilkan diri secara rapi, bersih, dan profesional.



# Aspek dari Grooming

## as #BudakCorporate



### Personal Hygiene)

Menjaga tubuh tetap bersih dan segar, seperti mandi teratur, menyikat gigi, mencuci tangan, serta menjaga napas, rambut, dan kuku tetap bersih. Ini adalah dasar dari kesan profesional dan membuat orang nyaman berinteraksi dengan kita.



### Kerapihan Pakaian dan Atribut Kerja

Memastikan pakaian kerja bersih, disetrika, tidak bau, dan sesuai dengan fungsi kerja. Termasuk sepatu yang layak dan atribut (ID card, sabuk, dsb.) yang terpasang rapi dan lengkap.



### Penyesuaian Penampilan dengan Standar Perusahaan

Menampilkan diri sesuai budaya kerja dan standar perusahaan—baik dari segi warna, gaya, maupun batas-batas formalitas. Misalnya, tidak pakai parfum menyengat, tidak berlebihan dalam makeup, dan tetap sopan dalam berekspresi.



## Bukan sekadar “biar keren”, tapi tentang kesan, kredibilitas, dan respek.



# PENAMPILAN = BAHASA TUBUH



Sebelum kita berbicara, orang lain sudah membentuk opini dari:

- Cara berpakaian
- Ekspresi wajah
- Bahasa tubuh



Grooming adalah sinyal diam yang menunjukkan:

- Kamu menghargai dirimu
- Kamu menghargai orang yang kamu temui
- Kamu punya standar profesional



Dalam dunia kerja, ini bisa memengaruhi:

- Kepercayaan pelanggan
- Respek dari rekan kerja & atasan
- Kepercayaan diri sendiri

**Studi: 55% komunikasi adalah non-verbal (penampilan termasuk di dalamnya)**



# PENAMPILAN = BAHASA TUBUH

1



Kalau kamu asal-asalan tampil, kamu kasih pesan ke diri sendiri: "aku nggak penting"



2



Grooming bukan soal mahal → tapi soal effort & niat.



3



Kalau kamu merasa 'cukup oke', kamu lebih nyaman interaksi & nggak overthinking.





# Hubungan Grooming dengan Interpersonal Skill

Interpersonal Skill adalah Kemampuan membangun hubungan positif & produktif dengan orang lain.

Grooming mendukung interpersonal skill melalui:

- Kesan profesional dan kompeten
- Komunikasi non-verbal yang nyaman
- Meningkatkan rasa percaya diri saat berinteraksi
- Menciptakan lingkungan kerja yang saling menghargai

Grooming baik

Percaya diri naik

Bahasa tubuh positif

Interaksi lebih lancar

Pelanggan lebih respek ke karyawan yang tampil rapi

Rekan kerja pun lebih nyaman berinteraksi



# Grooming ≠ Mahal

Yang dilihat pertama:



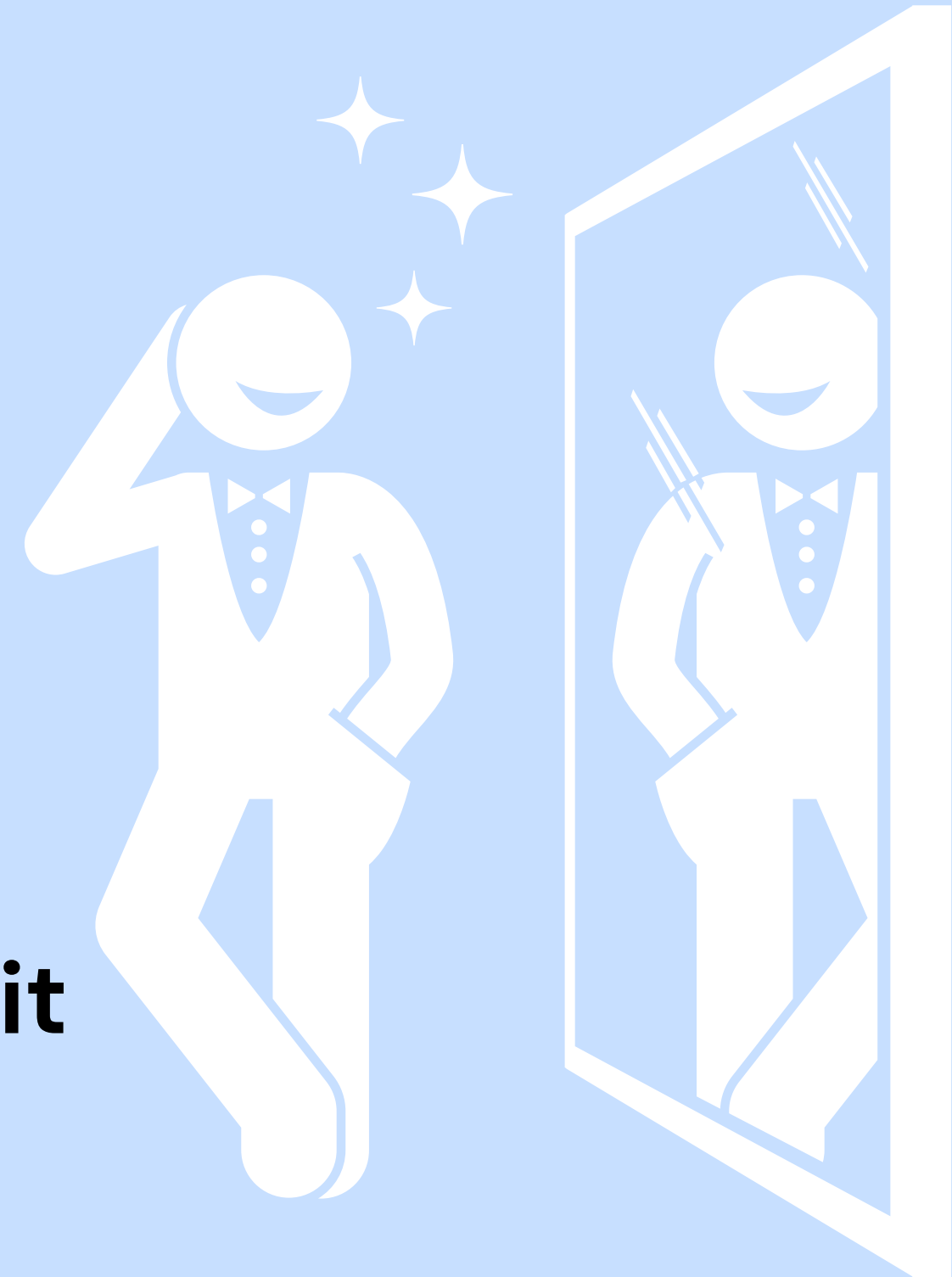
- Rambut bersih & rapi
- Seragam/kerja bersih, disetrika
- Gigi, kuku, sepatu bersih
- Wangi netral
- Wajah bersih dan segar



**Kalau 3 ini sudah clean,  
80% orang sudah nyaman.**



**Grooming = habit**



# Kesalahan Umum

Menganggap grooming itu hanya untuk "event besar"

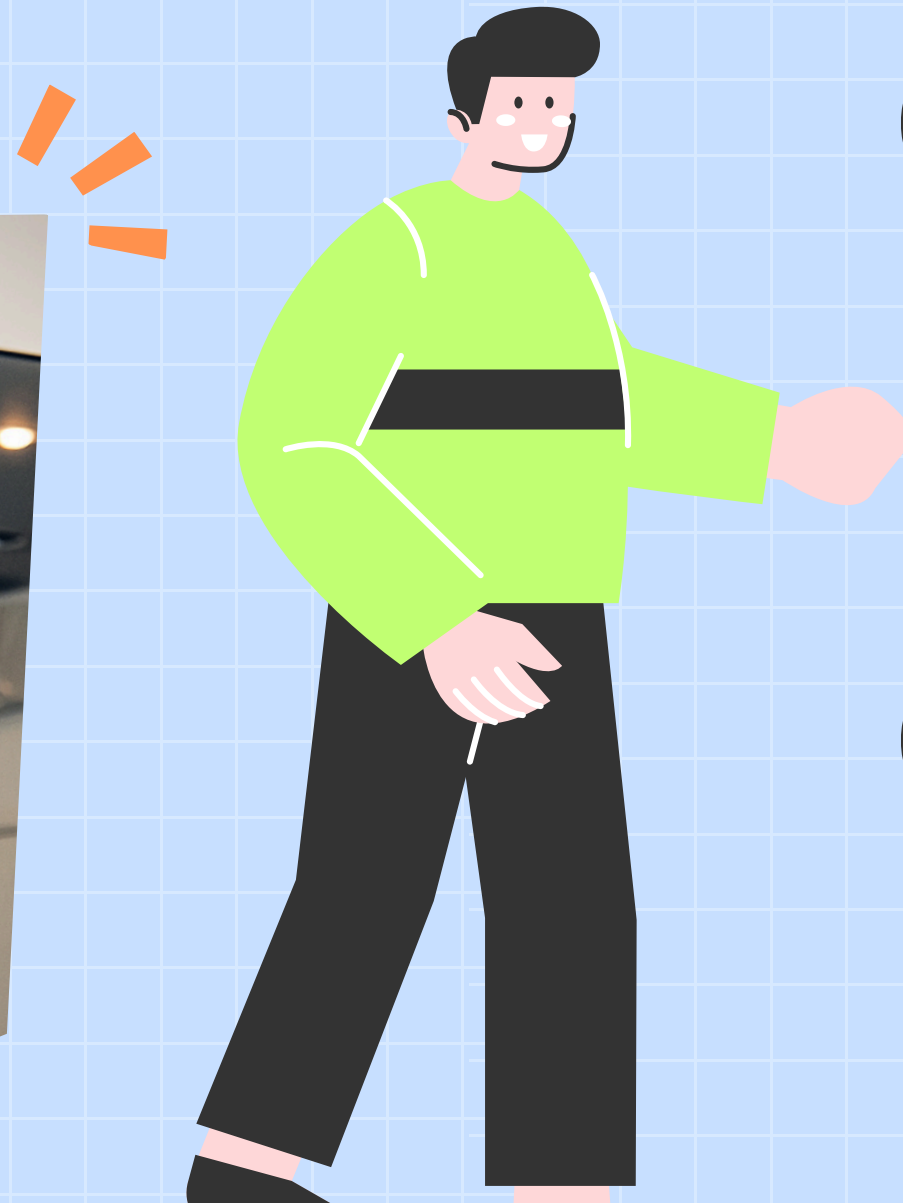
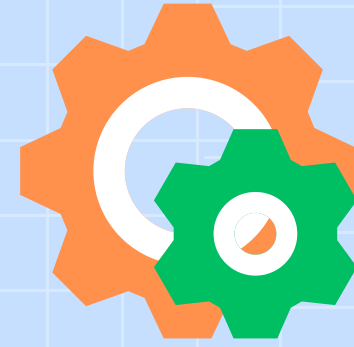
Tidak konsisten: kadang rapi, kadang asal

Wewangian berlebihan (ganggu orang sekitar)

"Ah, yang penting kerja bagus, kan?"



# "Mulai dari Besok, Komitmen 3 Hal Ini



Luangin 10 menit buat grooming tiap pagi

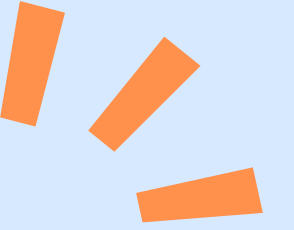
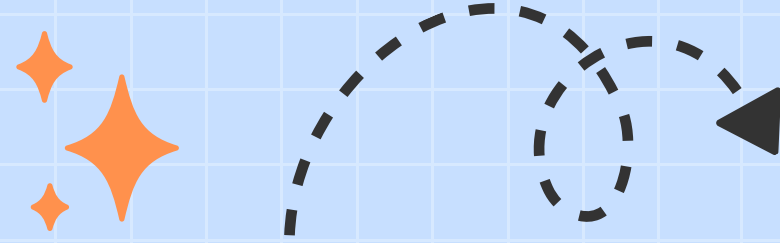


Pilih satu hal yang ingin kamu tingkatkan (rambut, sepatu, atau parfum?)



Lihat efeknya ke mood dan interaksi harian





**First impressions speak before you do. And sometimes, they speak louder than your words."**

