

KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN BEHAVIOR UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA SISWA

Afrianti Setyo Rini

Dr. M. Jumarin, M.Pd.

Drs. Wagiman, M.Pd.

*Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
IKIP PGRI Wates*

ABSTRAK

Konseling Individu merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa atau konseli untuk mendapatkan layanan secara langsung melalui tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing, dengan tujuan untuk menyelesaikan permasalahan pribadi yang diderita oleh siswa atau konseli. Pendekatan behavior merupakan pendekatan dengan cara memberikan stimulus kepada konselor agar mampu mengubah pola perilaku yang kurang baik menjadi lebih baik. Cara meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa dengan pendekatan behavior yaitu melakukan assessment untuk menentukan apa yang dilakukan klien pada saat itu. Kemudian, goal setting konselor dan klien dengan merumuskan tujuan konseling yang akan dicapai. Lalu, technique implementation yaitu konselor menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang akan digunakan untuk mencapai tujuan konseling yaitu mengubah tingkah laku klien yang maladaptif menjadi tingkah laku yang adaptif. Selanjutnya, evaluation termination konselor memperhatikan yang telah diperbuat oleh klien dan melakukan kegiatan penilaian mengenai kesesuaian teknik yang dilakukan dalam konseling. Pentingnya keterampilan komunikasi interpersonal bagi siswa sebagai upaya komunikasi yang dilakukan pendidik untuk menghasilkan informasi lebih luas yang akan memunculkan feedback yang positif. Oleh karena itu, pendidik memiliki peran penting dengan memberikan motivasi serta membimbing siswa untuk bisa memecahkan permasalahan yang sedang dialaminya. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang paling tepat adalah konseling individu.

Kata kunci: *Konseling individu, Pendekatan behavior, Komunikasi interpersonal*

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan sarana utama yang sangat penting dalam kehidupan manusia, hal ini dikarenakan setiap kegiatan yang dilakukan oleh manusia merupakan suatu bentuk refleksi dari kegiatan komunikasi baik secara verbal maupun non verbal. Menurut Rakhmat (2015:1), manusia selalu dikenal sebagai makhluk sosial karena hampir seluruh kegiatan manusia selalu berhubungan dengan proses komunikasi, baik itu kegiatan yang dilakukan di rumah, sekolah, kantor, dan lain-lainnya.

Komunikasi itu sendiri terdiri dari berbagai macam konteks, namun konteks yang sangat berpengaruh dalam pendidikan adalah komunikasi interpersonal. Hal ini dikarenakan komunikasi interpersonal merupakan bentuk komunikasi yang membuat seseorang dapat

berinteraksi dengan orang lain secara langsung menurut Devito (2017:23). Sejalan dengan pendapat Liliweri (2017:4), yang menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal menjadi salah satu bentuk komunikasi yang sangat penting karena berhubungan dengan kemampuan manusia untuk dapat memperoleh informasi secara lebih luas, komunikasi ini terjalin melalui percakapan yang dilakukan secara *face to face*, sehingga akan memunculkan *feedback* antara pemberi informasi dan penerima informasi.

Namun fenomena yang terjadi dalam dunia pendidikan, masih banyak siswa yang mempunyai kemampuan interpersonal yang rendah, padahal proses komunikasi interpersonal dalam lingkup sekolah selalu terjadi baik dengan, guru, teman, kepala sekolah dan lain-lainnya. Praktisi komunikasi publik yaitu Nitesh Gianchandani menjelaskan bahwa kemampuan rata-rata siswa Indonesia untuk berkomunikasi secara baik di publik masih tergolong rendah jika dibandingkan dengan negara-negara lain, hal ini dikarenakan siswa Indonesia cenderung tidak mampu kepercayaan diri untuk menyampaikan ide dan pandangan yang dimilikinya.

Menurut Kamaluddin (2019:447), pelayanan bimbingan dan konseling dapat membantu para siswa untuk bisa mengatasi kelemahan dan hambatan, serta masalah yang sedang dihadapi karena pihak tenaga pendidik memfasilitasi pengembangan siswa agar bisa sesuai dengan potensi, dan kondisi yang terjadi pada situasi tertentu.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang paling tepat untuk diberikan kepada siswa yang sedang mengalami permasalahan terkait kemampuan komunikasi interpersonal adalah dengan konseling individual. Menurut Istati (2021:66) konseling individual merupakan layanan tatap muka antara guru bimbingan dan konseling atau konselor dengan siswanya atau konseli, dimana informasi yang terjalin di dalam layanan tersebut sangat dijaga kerahasiaannya sehingga memungkinkan siswa akan lebih leluasa menjelaskan permasalahan yang dihadapinya. Hal ini sejalan dengan pendapat Susanto (2018:247), yang menjelaskan bahwa dengan adanya konseling individual, siswa dapat mengeluarkan atau menceritakan perasaan-perasaan yang sedang dirasakannya akibat dari adanya suatu permasalahan atau konflik yang sedang dihadapinya. Untuk mencapai hasil yang maksimal terkait pelayanan konseling individu, maka pelayanan tersebut harus bisa disinkronkan dengan pendekatan yang akan digunakan oleh konselor. Salah satu pendekatan yang tepat dipadukan dengan konseling individu adalah pendekatan behavior, karena pendekatan ini sebagai sebuah *treatment* guru bimbingan dan konseling atau ahli dalam mendiagnosa tingkah laku dari siswanya, pendekatan ini dapat menjadi solusi yang tepat karena siswa dapat menentukan sendiri tingkah laku apa yang seharusnya mereka ubah, sedangkan guru yang memberikan cara yang tepat agar siswa dapat merubah hal yang diinginkannya tersebut agar menjadi lebih baik menurut Komalasari (2011:161). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2019:80), menyimpulkan bahwa pemberian layanan konseling individual menggunakan pendekatan behavioristik memberikan perubahan ke arah yang lebih baik terhadap kemampuan komunikasi siswa di depan publik.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka penulis tertarik untuk membuat makalah dengan judul "Konseling Individu dengan Pendekatan Behavior untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa".

PEMBAHASAN

Konseling Individu dengan Pendekatan Behavior

Menurut Prayitno (2018:36) konseling individu merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa atau konseli untuk mendapatkan layanan secara langsung melalui tatap muka (secara perorangan) dengan guru pembimbing, dengan tujuan untuk menyelesaikan permasalahan pribadi yang diderita oleh siswa atau konseli. Menurut Hellen (2015:105), konseling individu merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu permasalahan melalui proses wawancara, dimana permasalahan yang dihadapi bertujuan untuk bisa diperbaiki ke arah yang lebih baik dan benar.

Berdasarkan pendapat para ahli yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa konseling individu merupakan suatu proses pemberian layanan bantuan kepada individu secara langsung melalui proses *face to face*, dimana proses ini dilakukan tanpa melibatkan orang lain selain konselor dan konseling. Sehingga layanan ini hanya merupakan layanan yang dilakukan oleh dua orang, dimana satu orang merupakan pemberian bantuan, sedangkan yang satunya lagi merupakan penerima bantuan.

Ada beberapa tujuan diadakannya layanan konseling individu dalam rana pendidikan menurut Prayitno (2018:41), antara lain: 1) Membantu siswa agar bisa memiliki pemikiran yang matang, dimana dalam hal ini siswa diajar untuk bisa lebih mampu untuk mengaktualisasikan dirinya, serta membentuk siswa dalam proses sosialisasi dengan memanfaatkan potensi yang dimilikinya sendiri 2) Memelihara dan mencapai kesehatan mental yang positif, dimana jika hal ini tercapai maka individu mencapai integrasi, penyesuaian dan identifikasi positif dengan yang lainnya 3) Menyelesaikan masalah, dimana individu memperoleh bantuan dari konselor untuk bisa menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi. 4) Mencapai keefektifan pribadi, dimana individu akan mampu memperhitungkan dirinya, waktu dan tenaganya serta bersedia memikul resiko-resiko baik secara psikologi maupun fisik. 5) Mendorong siswa untuk mampu mengambil keputusan yang penting bagi dirinya, dimana keputusan ini diambil berdasarkan evaluasi alternatif yang sudah ada secara baik dan matang. Menurut Istati (2021:69) konseling individu memiliki beberapa fungsi, antara lain: fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, fungsi pemeliharaan dan pengembangan, fungsi advokasi.

Asas-asas konseling memperlancar pengembangan proses yang ada di dalam layanan konseling individu. Konselor memasuki pribadi klien dan klien memasuki pribadinya. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil di dalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Ada beberapa asas-asas di dalam konseling diantaranya adalah asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kekinian, kemandirian, kegiatan, kedinamisan, keterpaduan, kenormatifan, keahlian, alih tangan kasus, dan tut wuri handayani.

Abu Bakar dan Luddin (2010: 175) menyebutkan bahwa ada beberapa teknik konseling individu, yaitu: perilaku (*attending*), empati, refleksi, eksplorasi, menangkap pesan utama (*paraphrasing*), bertanya untuk membuka percakapan (*open question*), mengarahkan (*directing*), menyimpulkan sementara (*summarizing*), memimpin (*leading*), fokus, konfrontasi, mengambil inisiatif, memberi nasehat, pemberian informasi, merencanakan dan menyimpulkan. Dalam melaksanakan konseling individu terdapat beberapa tahap seperti

yang dikemukakan oleh Akhmad Sudrajat (2011: 34). Beliau mengemukakan ada 3 (tiga) tahap yang harus dilalui dalam melakukan proses konseling individu secara umum, yaitu sebagai berikut: Tahap awal, Tahap inti, Tahap akhir.

Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa

Keterampilan komunikasi merupakan pengetahuan seseorang yang digunakan dalam teknik komunikasi secara verbal maupun non verbal, dimana proses komunikasi ini dilakukan secara efektif untuk mempertahankan keaktifan dalam bertanya, berinteraksi dan berkolaborasi dengan orang lain sesuai pendapat Wello dan Novia (2021:10). Menurut Subhayni dkk (2015:23), keterampilan komunikasi merupakan keterampilan dalam berbicara, mendengar, mengatasi hambatan komunikasi, memahami komunikasi, serta mampu memecahkan konflik secara konstruktif. Sejalan dengan pendapat Devito (2017:4), yang menjelaskan bahwa keterampilan komunikasi merupakan keterampilan yang diperlukan dalam berbicara, mendengar, mengatasi hambatan komunikasi verbal, memahami komunikasi non verbal dari siswa, serta mampu untuk memecahkan konflik.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan komunikasi merupakan kemampuan seseorang untuk menyampaikan atau mengirim informasi yang jelas dan mudah dipahami kepada orang lain. Maka seseorang yang hendak memberikan informasi harus memiliki kemampuan komunikasi yang baik.

Aqsar (2018:701) berpendapat bahwa ada beberapa tujuan yang ingin dicapai dengan adanya keterampilan komunikasi, antara lain: menciptakan kontak atau hubungan interpersonal, memberikan tanggapan atau umpan balik, memberikan arahan kepada orang lain untuk melakukan sesuatu. Menurut Rahmat (2015:50) ada beberapa konteks yang ada dalam keterampilan komunikasi, antara lain: Komunikasi intrapersonal, Komunikasi interpersonal, dan Komunikasi massa.

Devito (2017:23) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan bentuk komunikasi yang membuat seseorang dapat berinteraksi dengan orang lain secara langsung. Menurut Liliweri (2017:4), komunikasi interpersonal merupakan salah satu bentuk komunikasi yang sangat penting karena berhubungan dengan kemampuan manusia untuk dapat memperoleh informasi secara lebih luas, komunikasi ini terjalin melalui percakapan yang dilakukan secara *face to face*, sehingga akan memunculkan *feedback* antara pemberi informasi dan penerima informasi.

Komunikasi interpersonal merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau lebih diantara kelompok kecil, dengan berbagai efek serta umpan balik yang diberikan menurut Lestari (2017:46). Menurut Komalasari (2011:88), komunikasi interpersonal merupakan proses komunikasi secara langsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka, dimana orang-orang yang terlibat saling mempengaruhi antara satu dengan yang lainnya.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal merupakan bentuk komunikasi secara langsung yang dilakukan oleh dua orang atau lebih, dimana komunikasi ini akan menghasilkan informasi atau pesan yang akan diterima antara satu dengan yang lainnya. Menurut Agus M. Hardjana (2003: 86-90) komunikasi interpersonal merupakan kegiatan yang dinamis.

Tolak ukur keberhasilan komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Maulana (2019:26-28) adalah sebagai berikut:

1. Keterbukaan, yaitu perasaan dan pikiran seseorang yang terbuka untuk memberikan informasi kepada orang lain yang diajaknya berinteraksi, tanpa ada yang disembunyikan dalam hal ini bersikap jujur.
2. Empati, yaitu kemampuan seseorang untuk mengetahui apa yang sedang dialami oleh orang lain pada suatu situasi tertentu, dari sudut pandang orang lain melalui kacamata orang tersebut.
3. Sikap mendukung, yaitu kemampuan seseorang untuk bersikap deskriptif bukan evaluatif, spontan bukan strategik, serta profesional bukan sangat yakin.
4. Sikap positif, yaitu kemampuan seseorang untuk bersikap positif dan mendorong orang lain menjadi positif.
5. Kesetaraan, yaitu kemampuan seseorang untuk memberikan pengakuan bahwa kedua pihak yang sedang berinteraksi sama-sama memiliki nilai dan berharga.

Konseling Individu Pendekatan Behavior untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal

Menurut Corey (2017:196) pendekatan behavior merupakan salah satu pendekatan dalam proses konseling dan psikoterapi yang berkaitan dengan perubahan tingkah laku, teknik dan prosedur yang dilakukan, dimana akar kegiatannya pada penerapan teori belajar. Sedangkan menurut Handayani (2019:35) pendekatan behavior merupakan pendekatan yang digunakan untuk menyelesaikan tingkah laku yang ditimbulkan oleh dorongan dari dalam dan dorongan untuk memenuhi kebutuhan hidup seseorang, yang dilakukan melalui proses belajar sehingga mampu bertindak secara efektif.

Akhmad Sudrajat (2011: 46) menyatakan pada dasarnya behaviorisme itu memandang bahwa "Pola-pola perilaku itu dapat dibentuk melalui proses pembiasaan dan penguatan (*reinforcement*) dengan mengkondisikan atau menciptakan stimulus-stimulus (rangsangan) tertentu dalam lingkungan".

Krumboltz (Mulawarman, dkk. 2019: 119) mengajukan beberapa kriteria tujuan konseling behavior yaitu: tujuan konseling harus diinginkan oleh klien dan berbeda setiap klien, dapat dipadukan dengan nilai-nilai konselor, disusun secara bertingkat dan dirumuskan dengan tingkah laku yang dapat diamati dan dicapai klien.

Akhmad Sudrajat (2011: 47) mengemukakan bahwa tujuan utama konseling behavioral adalah "Berusaha menghapus/menghilangkan perilaku maladaptif (masalah) untuk digantikan dengan perilaku baru yaitu perilaku adaptif yang diinginkan konseli". Perilaku konseli yang tidak dapat diterima kemudian dipelajari dan diubah dengan perilaku yang dapat diterima.

Sofyan S. Willis (2011: 71-74) mengemukakan ada beberapa teknik dalam konseling behavior yaitu: desensitisasi sistematis (*systematic desensitization*), *assertive training*, *aversion therapy* dan *homework*.

Gantina Komalasari, dkk (2011: 157-160), Muhammad Syahrul dan Nur Setiawati (2020: 20) mengemukakan langkah dalam melaksanakan konseling behavior, yaitu: *assessment, goal setting, technique implementation, dan evaluation termination*.

Pihasnawati (2018:196) menjelaskan bahwa pendekatan behavior dalam proses konseling, memiliki tujuan yang ingin dicapai yaitu mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simtomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku yang dapat membuat munculnya ketidakpuasan dalam jangka panjang atau mengalami konflik dalam kehidupan sosial seseorang.

Gantina Komalasari, dkk (2011: 157-160), Muhammad Syahrul dan Nur Setiawati (2020: 20) mengemukakan langkah dalam melaksanakan konseling behavior, yaitu: *assessment, goal setting, technique implementation, dan evaluation termination*.

Tahap *assessment* merupakan tahap awal pada konseling behavior yang bertujuan untuk menentukan apa yang dilakukan klien pada saat itu. Konselor berusaha agar klien mengungkapkan apa yang benar-benar sedang dialaminya dan klien mengemukakan keadaan yang dialaminya pada saat itu.

Pada tahap *goal setting* konselor dan klien merumuskan tujuan konseling yang akan dicapai yaitu mengubah tingkah laku klien yang maladaptif menjadi tingkah laku yang adaptif sesuai dengan informasi yang telah didapat dari langkah *assessment*.

Tahap *technique implementation* yaitu konselor menentukan dan melaksanakan teknik konseling yang akan digunakan untuk mencapai tujuan konseling yaitu mengubah tingkah laku klien yang maladaptif menjadi tingkah laku yang adaptif. Teknik yang akan digunakan adalah teknik penghapusan, teknik perkuatan positif dan teknik pembentukan perilaku model.

Tahap *evaluation termination* konselor memperhatikan yang telah diperbuat oleh klien dan melakukan kegiatan penilaian mengenai kesesuaian teknik yang dilakukan dalam konseling.

Pihasnawati (2018:196) menjelaskan bahwa pendekatan behavior dalam proses konseling, memiliki tujuan yang ingin dicapai yaitu mencapai kehidupan tanpa mengalami perilaku simtomatik, yaitu kehidupan tanpa mengalami kesulitan atau hambatan perilaku yang dapat membuat munculnya ketidakpuasan dalam jangka panjang atau mengalami konflik dalam kehidupan sosial seseorang. Menurut Istati (2021:68), tujuan konseling menggunakan pendekatan behavior adalah untuk memperoleh perilaku yang baru, mengeliminasi perilaku yang maladaptif, serta memperkuat dan mempertahankan perilaku yang diinginkan dalam jangka waktu yang cukup lama. Menurut Corey (2017:200), pendekatan behavior bertujuan untuk menciptakan kondisi-kondisi baru dalam proses belajar, dengan dasar bahwa segenap tingkah laku yang dilakukan merupakan proses pembelajaran untuk menciptakan perilaku yang maladaptif.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa pendekatan behavior dalam pemberian pelayanan konseling merupakan pendekatan yang sangat efektif karena bertujuan untuk bisa membuat perilaku-perilaku seorang siswa yang sebelumnya kurang baik, menjadi lebih baik lagi melalui proses pembelajaran yang diikuti secara rutin dan bersungguh-sungguh.

Kesimpulan

1. Pelaksanaan konseling individu pada siswa sebagai bentuk pemberian layanan bantuan kepada individu tanpa melibatkan orang lain selain konselor dan konseli. Tujuan kegiatan ini untuk membantu siswa agar bisa memiliki pemikiran yang matang sehingga mendorong siswa untuk mampu mengambil keputusan yang penting untuk dirinya. Dalam melaksanakan konseling individu terdapat 3 (tiga) tahap yaitu tahap awal, tahap inti, dan tahap akhir. Teknik-teknik konseling individu yang digunakan yaitu perilaku (*attending*), empati, refleksi, eksplorasi, menangkap pesan utama (*paraphrasing*), bertanya untuk membuka percakapan (*open question*), mengarahkan (*directing*), menyimpulkan sementara (*summarizing*), memimpin (*leading*), fokus, konfrontasi, mengambil inisiatif, memberi nasehat, pemberian informasi, merencanakan dan menyimpulkan.
2. Pentingnya komunikasi interpersonal bagi siswa sebagai upaya komunikasi yang dilakukan pendidik untuk menghasilkan informasi lebih luas yang sehingga akan memunculkan *feedback* yang positif. Oleh karena itu, pendidik memiliki peran penting dengan memberikan motivasi serta membimbing siswa untuk bisa memecahkan permasalahan yang sedang dialaminya. Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang paling tepat adalah konseling individual.
3. Pendekatan behavior merupakan pendekatan dengan cara memberikan stimulus kepada siswa agar mampu mengubah pola perilaku yang kurang baik menjadi lebih baik. Cara meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa dengan pendekatan behavior yaitu melakukan *assessment, goal setting, technique implementation dan terakhir evaluation termination*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aqsar, Muhammad Aidil. (2018). "Komunikasi Dalam Pendidikan." *Jurnal Al-Hadi*. Vol.3(2): 699–706.
- Bulantika., Dkk. (2019). "Efektivitas Konseling Individual Menggunakan Teknik Brainstorming Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal." *Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*. Vol.3(1): 24–31.
- Corey, Gerald. (2017). *Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Devito, A. Joseph. (2017). *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta: Profesional.
- Handayani, Gusti. (2019). "Penerapan Layanan Konseling Individual Dalam Pendekatan Behavioristik Untuk Meningkatkan Kemampuan Berkomunikasi Di Depan Publik Siswa Kelas X SMA Al-Hidayah Medan Tahun Pembelajaran 2018/2019". *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Hellen. (2015). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum Teaching.
- Istati, Mufida. (2021). *Konseling Individual*. Jakarta: Guepedia.
- Kamaluddin, H. (2019). "Bimbingan dan Konseling Sekolah." *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*. Vol.17(4): 447–54.
- Komalasari, Gantina. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.

- Lestari, Neni. (2017). "Efektivitas Layanan Konseling Pribadi-Sosial Melalui Pendekatan Behavioral Dalam Meningkatkan Kemampuan Interaksi Sosial Di SMKN 7 Bandar Lampung". *Skripsi*. UIN Raden Intan Lampung.
- Liliweri, A. (2017). *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: PT Cipta Aditya Bakti.
- Margawati, Tita Maela. (2020). "Layanan Bimbingan Pribadi Sosial dalam Meningkatkan Komunikasi Antar Pribadi Siswa." *Jurnal Ilmu Pendidikan*. Vol.1(1): 38–43.
- Maulana, Yana Gelar. (2019). "Bimbingan Pribadi Mengatas Masalah Komunikasi Interpersonal Santri Introvert". *Skripsi*. UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
- Musyadad, Faridl., dkk. (2019). *Pedoman Tugas Akhir Edisi Revisi Tahun 2019*. Yogyakarta: IKIP PRGI Wates.
- Nitbani, Paulus. *Kemampuan Komunikasi Orang Indonesia Masih Rendah dibanding Negara Lain*. www.beritasatu.com. (Diakses Pada 20 Januari 2022).
- Pihasniwati. (2018). *Psikologi Konseling*. Yogyakarta: Teras.
- Prayitno dan Amti, Erman. (2018). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Putra, Bela Janera., dan Jamal, Jurana. (2020). "Profil Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa." *Jurnal Studi Guru dan Pembelajaran*. Vol.3 (3): 399–407.
- Rakhmat, J. (2015). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Subhayni., dkk. (2015). *Keterampilan Berbicara*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Susanto, Ahmad. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep Teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Wello, Muhammad Basri., dan Lely Novia. (2021). *Developing Interpersonal Skills: Mengembangkan Keterampilan Antar Pribadi*. Jawa Timur: CV Beta Aksara.
- Widjaja, W. A. (2010). *Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Widodo, Hadi., dkk. (2021). "Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan dan Konseling Terhadap Komunikasi Interpersonal Siswa SMK." *Jurnal Ilmu Pendidikan*. Vol.3(4): 68–75.
- Yusuf, Syamsu. (2016). *Konseling Individual: Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: Refika Aditama.