

Peran Bimbingan Pribadi-Sosial dalam Keterampilan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License CC-BY-NC-4.0 @2020 by author (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

(*Received:* September-2024; *Reviewed:* Oktober-2024; *Accepted:* November-2024;
Available online: Desember-2024; *Published:* Desember-2024)

Siska Putri Ayu¹, Rafli
Adriansyah Rahman², Zulfikri³
¹ Bimbingan dan Konseling,
Universitas Negeri Makassar
Email: siskaputriayu16@gmail.com
² Universitas Negeri Makassar
Email:
rafliadriansyah11@gmail.com
³ Universitas Negeri Makassar
Email: zulfikri@unm.ac.id

Abstract. *Interpersonal communication skills are an important aspect in students' personal, social, and academic development. Personal-social guidance plays a significant role in helping students overcome personal and social problems and adjust to their family and community environments. This study aims to analyze the role of personal-social guidance in improving students' interpersonal communication skills, especially in building effective communication and healthy relationships. This research method uses a literature study by reviewing relevant literature, such as books, journals, and scientific articles. The results of the study indicate that personal-social guidance contributes positively to students' interpersonal communication skills. This service helps students in aspects of personal growth, self-understanding, healthy communication, formation of new behaviors, self-expression, resilience, and competency development. With personal-social guidance, students are able to develop better communication skills, which have a positive impact on social relationships and reduce the risk of failure in individual development tasks. Therefore, counselors are advised to maximize personal-social guidance services to improve students' interpersonal communication skills.*

Keywords: *Student communication; Social Guidance; interpersonal communication.*

Abstrak. *Keterampilan komunikasi interpersonal adalah aspek penting dalam perkembangan pribadi, sosial, dan akademik siswa. Bimbingan pribadi-sosial memiliki peran signifikan dalam membantu siswa mengatasi masalah pribadi dan sosial serta menyesuaikan diri dengan lingkungan keluarga dan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran bimbingan pribadi-sosial dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa, khususnya dalam membangun komunikasi efektif dan hubungan yang sehat. Metode penelitian ini menggunakan studi kepustakaan dengan meninjau literatur yang relevan, seperti buku, jurnal, dan artikel ilmiah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan pribadi-sosial berkontribusi positif terhadap keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Layanan ini membantu siswa dalam aspek*

pertumbuhan pribadi, pemahaman diri, komunikasi sehat, pembentukan perilaku baru, ekspresi diri, ketahanan, dan pengembangan kompetensi. Dengan bimbingan pribadi-sosial, siswa mampu mengembangkan keterampilan komunikasi yang lebih baik, yang berdampak positif pada hubungan sosial dan mengurangi risiko kegagalan dalam tugas perkembangan individu. Oleh karena itu, konselor disarankan untuk memaksimalkan layanan bimbingan pribadi-sosial demi meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

Kata kunci: *Komunikasi siswa; Bimbingan Sosial; komunikasi interpersonal*

PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling merupakan layanan profesional yang dilaksanakan oleh guru BK atau konselor di sekolah bagi peserta didik dalam membantu mereka mengatasi masalah dan mengembangkan potensi dirinya dengan optimal. Bimbingan dan konseling terdiri dari dua kata yang makna dan hakikatnya berbeda namun saling berhubungan. Bimbingan bersifat preventive-developmental, maknanya adalah konselor membantu siswa dalam mencegah terjadinya masalah dan membantu perkembangan potensi diri peserta didik melalui pelaksanaan berbagai layanan seperti layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok atau layanan penempatan dan penyaluran bakat minat siswa pada berbagai kegiatan. Sedangkan konseling bersifat curative, artinya bahwa layanan konseling dilakukan untuk membantu siswa mengatasi dan mencari jalan penyelesaian berbagai masalah yang dialami peserta didik. Layanan konseling dilakukan melalui berbagai layanan seperti konseling individu, konseling kelompok, layanan mediasi atau berbagai kegiatan pendukung seperti kunjungan rumah, alih tangan kasus, konverensi kasus dan lain-lain.

Konselor melaksanakan layanan pada empat bidang kehidupan peserta didik, yaitu pribadi-sosial, belajar dan karir. Bimbingan pribadi-sosial membantu siswa menghadapi masalah pribadi dan sosial, membantu peserta didik dalam mengembangkan potensi dirinya agar mandiri secara kehidupan pribadi dan juga kehidupan sosial. Sehingga dengan memaksimalkan pemberian layanan pribadi-sosial ini konselor dapat membantu peserta didik dalam beradaptasi dengan keluarga dan masyarakat mereka, membantu mereka memilih grup sosial dan aktivitas sosial yang bermanfaat (Abdul Karim et al., 2021). Mandiri dalam kehidupan pribadi dan kehidupan sosial membutuhkan kemampuan berkomunikasi yang baik. Pergaulan atau hubungan sosial yang sehat akan berhasil dibangun, dibina dan dipertahankan jika individu memiliki keterampilan interpersonal yang baik pula (Pristanti & Suryani, 2022). Hubungan interpersonal adalah interaksi antara dua atau lebih orang yang memiliki hubungan yang jelas dan memungkinkan umpan balik langsung disebut komunikasi interpersonal (Mulyana, 2002a) Hubungan interpersonal ini tidak dapat dipisahkan dari kehidupan peserta didik. Peserta didik dalam menjalani pendidikan dan kehidupan sehari-hari membutuhkan komunikasi interpersonal. Sehingga komunikasi interpersonal yang sehat juga mendukung keberhasilan peserta didik dalam kehidupan pribadi, sosial belajar dan juga karir di masa depan.

Melalui pemberian layanan pribadi-sosial, konselor membantu peserta didik dalam melatih dan meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal. Ini dilakukan melalui berbagai bentuk layanan seperti bimbingan dan konseling kelompok, konseling individu maupun klasikal, dengan berbagai teknik dan materi yang relevan dengan keterampilan interpersonal. Penelitian ini akan melihat bagaimana bimbingan pribadi-sosial yang dilaksanakan oleh konselor di sekolah dapat berkontribusi pada peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Keterampilan komunikasi

interpersonal yang dimaksud termasuk kemampuan untuk berkomunikasi, membangun hubungan, dan menumbuhkan rasa hormat terhadap diri sendiri dan orang lain (Petersen, 2004) Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman kita tentang peran bimbingan pribadi-sosial dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Penelitian ini juga memberikan saran praktis untuk pendidik dan konselor tentang cara meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kepustakaan. Studi kepustakaan melibatkan kajian teoritis yang mendalam dan penggunaan berbagai referensi dari literatur ilmiah yang relevan (Zed, 2008) Data dalam penelitian ini dikumpulkan dari berbagai sumber literatur yang relevan, termasuk buku, jurnal, dan artikel ilmiah yang berkaitan dengan bimbingan pribadi-sosial serta keterampilan komunikasi interpersonal. Dengan mengkaji berbagai referensi ini, penelitian bertujuan untuk memperoleh pemahaman komprehensif tentang kontribusi bimbingan pribadi-sosial dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Studi kepustakaan ini tidak hanya mengidentifikasi konsep-konsep kunci tetapi juga membandingkan temuan-temuan sebelumnya dalam rangka memberikan dasar teoritis yang kuat bagi penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Bimbingan Pribadi Sosial

Salah satu bidang layanan yang disediakan oleh konselor di sekolah adalah layanan bimbingan pribadi-sosial. Menurut (Ahmadi, 2009) bimbingan pribadi-sosial merupakan serangkaian upaya yang bertujuan untuk membantu siswa mengatasi berbagai masalah pribadi dan sosial, meningkatkan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan keluarga serta masyarakat, dan mengembangkan kemandirian dalam memilih kelompok sosial yang positif. Selain itu, bimbingan ini juga bertujuan untuk membimbing siswa dalam memilih kegiatan sosial dan rekreasi yang bermanfaat bagi perkembangan diri mereka. Dengan demikian, layanan bimbingan pribadi-sosial berperan penting dalam membentuk keterampilan sosial siswa yang mendukung hubungan interpersonal yang sehat dan kemampuan menghadapi berbagai situasi dalam kehidupan sehari-hari.

Bimbingan pribadi-sosial adalah layanan bimbingan yang diberikan kepada siswa untuk membantu mereka dalam mengelola kondisi emosional, mengembangkan kemampuan pengendalian diri, serta mengatasi berbagai kesulitan pribadi yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari. Menurut (Winkel, 2021) bimbingan ini meliputi aspek-aspek seperti manajemen waktu luang yang bermanfaat, pengalihan dorongan atau kebutuhan psikologis seperti nafsu seksual, dan pengambilan keputusan yang bijak dalam situasi duniawi atau praktis. Selain itu, bimbingan pribadi-sosial juga mencakup pendampingan bagi siswa dalam membangun interaksi sosial yang positif dengan orang lain, baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah, sehingga mereka mampu beradaptasi dalam berbagai situasi sosial. Dengan layanan ini, siswa diharapkan dapat memperkuat keterampilan sosial serta pengendalian diri yang diperlukan untuk menghadapi tantangan dalam kehidupan pribadi dan interaksi sosial.

Menurut (Walgito, 1986), Bimbingan Pribadi-Sosial adalah upaya konselor dalam membantu individu mengembangkan mentalitas, jiwa, dan tingkah laku yang positif dalam interaksi sosial di lingkungan yang lebih luas, baik itu di tingkat bangsa maupun masyarakat global. Bimbingan ini bertujuan untuk membentuk individu yang tidak hanya mampu beradaptasi dalam kehidupan sosial, tetapi juga dapat berkontribusi pada perbaikan dan kemajuan kehidupan bangsa. Untuk mencapai

tujuan tersebut, bimbingan pribadi-sosial didasarkan pada prinsip-prinsip yang mendasari landasan bimbingan dan pembinaan yang holistik.

Tujuan dari bimbingan pribadi-sosial ini adalah untuk membentuk individu yang memiliki karakter yang kokoh, berakhlak mulia, serta memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk kehidupan pribadi dan sosial. Selain itu, bimbingan ini juga bertujuan untuk membina individu yang dapat mencapai kesejahteraan lahir dan batin, memiliki rasa tanggung jawab sosial yang tinggi, dan mampu hidup mandiri serta berperan aktif dalam masyarakat. Dengan demikian, bimbingan pribadi-sosial tidak hanya berfokus pada pengembangan individu, tetapi juga pada kontribusi mereka terhadap masyarakat yang lebih luas, termasuk dalam menciptakan masyarakat yang lebih sejahtera, bertakwa, dan berbudi pekerti luhur (Walgito, 1986)

Dari pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi-sosial adalah bagian integral dari layanan bimbingan yang diberikan oleh konselor untuk membantu siswa dalam mengatasi berbagai masalah, terutama yang bersifat psikososial. Bimbingan ini bertujuan untuk mendukung siswa dalam mengembangkan keterampilan dalam mengelola masalah pribadi dan sosial, sehingga mereka dapat beradaptasi dengan baik dalam lingkungan sosial. Untuk mencapai tujuan tersebut, bimbingan pribadi-sosial harus dilaksanakan dalam lingkungan yang positif, dengan membangun hubungan yang harmonis dan kolaboratif antara siswa, konselor, serta pihak-pihak terkait lainnya, seperti keluarga dan teman sebaya. Selain itu, penting bagi konselor untuk menawarkan perspektif yang membangun dan menginspirasi, agar siswa dapat melihat masalah dari sudut pandang yang lebih konstruktif.

Secara umum, bimbingan pribadi-sosial membantu individu mengembangkan berbagai kemampuan penting, seperti keterampilan komunikasi, pengambilan keputusan yang bijak, pengelolaan emosi, dan kemampuan beradaptasi dengan berbagai situasi sosial. Dengan bimbingan yang tepat, siswa dapat membangun kepercayaan diri, memperbaiki hubungan sosial, dan mengurangi risiko stres atau masalah psikososial lainnya yang dapat menghambat perkembangan pribadi dan akademik mereka.

Fungsi Bimbingan Pribadi Sosial

Bimbingan pribadi-sosial bagi peserta didik memiliki berbagai fungsi yang sangat penting, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. **Pertumbuhan:** Dalam konteks ini, konselor berperan penting dalam membantu peserta didik menjadi agen perubahan, baik untuk diri mereka sendiri maupun untuk lingkungan sekitar mereka. Melalui bimbingan yang diberikan, konselor mendorong siswa untuk memanfaatkan berbagai sumber daya yang ada, sehingga mereka dapat mencapai perubahan yang lebih positif. Perubahan yang dimaksud adalah perubahan yang berorientasi pada peningkatan kualitas diri, seperti menjadi lebih mandiri, lebih produktif, dan lebih bertanggung jawab dalam kehidupan pribadi dan sosial mereka. Bimbingan pribadi-sosial ini memberikan landasan yang kuat bagi peserta didik untuk mengembangkan potensi diri mereka, agar dapat menghadapi tantangan kehidupan dengan lebih baik dan mampu berkontribusi secara positif di masyarakat.

2. **Pemahaman Diri:** Konselor berperan penting dalam membantu siswa mencapai pemahaman diri yang lebih baik, yang memungkinkan mereka untuk menjadi pribadi yang lebih seimbang dan dewasa. Melalui proses bimbingan, siswa diajak untuk lebih memahami kekuatan dan kelemahan yang dimiliki, serta mengenali kesempatan dan tantangan yang ada dalam hidup mereka. Dengan pemahaman diri yang mendalam, siswa dapat meningkatkan kepercayaan diri, membuat keputusan yang lebih bijak, dan mengelola potensi serta keterbatasan mereka dengan lebih efektif. Selain itu, pemahaman diri juga

memberikan dasar bagi siswa untuk mengembangkan sikap yang lebih positif terhadap diri sendiri dan orang lain, serta membangun hubungan sosial yang lebih sehat.

3. Komunikasi Sehat: Konselor, melalui bimbingan pribadi-sosial, memiliki peran yang sangat penting dalam membantu peserta didik untuk mengembangkan dan melatih keterampilan komunikasi yang sehat dan efektif. Dengan bimbingan yang tepat, siswa dapat belajar cara berkomunikasi dengan cara yang lebih terbuka, empatik, dan saling menghormati, baik dalam hubungan pribadi maupun dalam interaksi sosial mereka sehari-hari. Komunikasi yang sehat tidak hanya memperkuat hubungan antar individu, tetapi juga meningkatkan kemampuan siswa untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, dan kebutuhan mereka dengan cara yang jelas dan konstruktif. Selain itu, bimbingan ini juga membantu siswa dalam mengelola konflik secara positif, sehingga mereka dapat membangun hubungan sosial yang lebih harmonis dan mendukung perkembangan pribadi mereka.

4. Peningkatan Klarifikasi Peran Konselor: Konselor memegang peran yang sangat penting dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan komunikasi yang sehat. Salah satu cara konselor mendukung proses ini adalah dengan mendorong siswa untuk berlatih berkomunikasi secara terbuka, jujur, dan empatik. Komunikasi terbuka memungkinkan siswa untuk menyampaikan perasaan, pikiran, dan kebutuhan mereka dengan jelas, sementara komunikasi empatik mengajarkan siswa untuk lebih peka terhadap perasaan orang lain, sehingga dapat membangun hubungan yang saling menghormati. Selain itu, konselor juga memberikan bimbingan tentang cara mengelola konflik secara konstruktif dan efektif, yang sangat penting untuk menjaga hubungan sosial yang harmonis. Dengan demikian, peran konselor dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa tidak hanya berfokus pada aspek berbicara, tetapi juga pada mendengarkan secara aktif dan merespons dengan cara yang membangun.

5. Penekanan pada Aspek Keterampilan Komunikasi: Keterampilan komunikasi yang efektif melibatkan lebih dari sekadar kemampuan untuk menyampaikan pesan secara jelas dan tepat. Selain itu, keterampilan komunikasi yang baik juga mencakup kemampuan untuk mendengarkan secara aktif, yang memungkinkan individu untuk memahami perasaan, kebutuhan, dan perspektif orang lain. Mendengarkan dengan baik membantu membangun hubungan yang saling menghormati dan meningkatkan empati dalam komunikasi. Selain itu, keterampilan komunikasi yang baik juga mencakup kemampuan untuk mengelola konflik dengan cara yang positif dan konstruktif. Dalam situasi konflik, kemampuan untuk tetap tenang, mendengarkan secara objektif, dan mencari solusi bersama sangat penting untuk menjaga hubungan sosial yang sehat. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan komunikasi yang holistik, termasuk mendengarkan dengan empati dan menyelesaikan konflik secara bijak, sangat penting untuk membangun hubungan yang harmonis, baik dalam konteks pribadi maupun sosial.

6. Peningkatan Hubungan Sosial dan Perkembangan Pribadi: Menambahkan bagaimana keterampilan komunikasi yang sehat membantu siswa membangun hubungan sosial yang lebih baik dan mendukung perkembangan pribadi mereka secara keseluruhan.

7. Bahasa yang Lebih Formal dan Terstruktur: Mengubah kalimat untuk membuatnya lebih jelas, terstruktur, dan formal.

- a. Perilaku Baru: dengan bimbingan pribadi-sosial, konselor membantu peserta didik dalam mengajarkan dan melatih kebiasaan atau perilaku baru yang baik dan bermanfaat.
- b. Ekspresi Diri: peserta didik dilatih untuk bisa memiliki kemampuan dalam menyampaikan perasaan, keinginan, dan inspirasinya secara efektif, spontan dan kreatif.

- c. Ketahanan: konselor membantu peserta didik agar mampu bertahan dan mampu struggling sehingga mampu menyesuaikan diri dengan situasi baru.
- d. Mengatasi Gejala Disfungsional: Konselor membantu mengatasi atau menyembuhkan gejala yang mengganggu yang disebabkan oleh krisis.
- e. Pengembangan Kompetensi: dengan pemberian layanan bimbingan sosial yang efektif dan maksimal, siswa (konseli) peserta didik dapat dibantu dalam meningkatkan kemampuan mereka dalam berbagai bidang yang diperlukan dirinya (Khalilah, 2017)

Tujuan Bimbingan Pribadi-Sosial

Syamsu (Yusuf, 2012) merinci tujuan pelaksanaan bimbingan pribadi-sosial sebagai berikut:

1. Mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketakwaan: Peserta didik diharapkan dapat menerapkan nilai-nilai agama dalam berbagai aspek kehidupan mereka, baik dalam hubungan pribadi, sosial, maupun dalam menjalani aktivitas sehari-hari.
2. Membangun sikap toleransi: Membentuk sikap saling menghormati dan toleransi terhadap umat yang berbeda agama, serta menghindari konflik yang berhubungan dengan perbedaan tersebut.
3. Memahami fluktuasi kehidupan dan respons positif: Peserta didik mampu memahami perubahan-perubahan dalam kehidupan dan meresponsnya dengan cara yang positif, sesuai dengan ajaran agama yang mengajarkan kesabaran dan ketekunan dalam menghadapi berbagai tantangan.
4. Menerima diri secara objektif dan konstruktif: Siswa diharapkan dapat memahami dan menerima diri mereka dengan cara yang sehat, mengakui kekuatan dan kelemahan mereka, serta berusaha untuk berkembang secara positif.
5. Memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain: Peserta didik harus mengembangkan rasa percaya diri yang sehat serta memperlakukan orang lain dengan rasa hormat dan empati.
6. Membuat pilihan yang sehat: Siswa dilatih untuk membuat keputusan yang bijak dan sehat, baik dalam memilih teman, aktivitas, maupun dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan.
7. Menghargai diri sendiri dan orang lain: Membangun rasa hormat terhadap diri sendiri dan orang lain, dengan menumbuhkan sikap menghargai perbedaan dan menghormati hak-hak orang lain.
8. Melatih rasa tanggung jawab: Peserta didik dilatih untuk memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban mereka, baik di sekolah, keluarga, maupun masyarakat.
9. Berinteraksi sosial dengan baik: Meningkatkan keterampilan dalam berinteraksi sosial secara sehat, termasuk dalam membina persahabatan dan menjaga hubungan silaturahmi dengan sesama.
10. Menyelesaikan konflik secara efektif: Mengajarkan siswa untuk menyelesaikan konflik, baik yang terjadi dalam diri mereka sendiri (konflik internal) maupun dengan orang lain (konflik eksternal), dengan cara yang konstruktif

dan damai.

- II. Mengambil keputusan secara efektif: Melatih peserta didik untuk membuat keputusan yang tepat dan efektif, baik dalam kehidupan pribadi maupun sosial, dengan mempertimbangkan konsekuensi yang ada.

Berdasarkan apa yang dikatakan di atas dapat dipahami bahwa tujuan dari layanan bimbingan pribadi sosial adalah untuk membantu siswa mengamalkan nilai-nilai iman dan ketaqwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa; memahami dan menerima diri mereka dengan baik dan buruk; memiliki rasa tanggung jawab, membuat keputusan yang baik, berinteraksi dengan orang lain dengan baik dan menyelesaikan konflik dan ketidaksepakatan pribadi.

Keterampilan Hubungan Sosial

Keterampilan hubungan sosial didefinisikan sebagai perilaku yang dipelajari, yang dapat digunakan oleh individu dalam situasi interpersonal di lingkungan Dimana ia berada (Kelly, 1982). Kemampuan berkomunikasi, menjalin hubungan, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan orang lain, memberi atau menerima kritik, mengikuti norma dan aturan, dan bertindak sesuai dengan norma adalah semua contoh keterampilan sosial (Petersen, 2004). Memiliki ketrampilan sosial (social skill) adalah salah satu tugas perkembangan yang perlu dikuasai remaja yang berada dalam fase perkembangan baik pada fase awal, remaja madya maupun remaja akhir. Keterampilan sosial ini diperlukan untuk mereka dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan sehari-hari. Keterampilan sosial termasuk berkomunikasi, menjalin hubungan, menghargai diri sendiri dan orang lain, mendengarkan pendapat atau keluhan orang lain, memberi atau menerima kritik, dan bertindak sesuai dengan norma dan aturan. Apabila remaja dapat menguasai keterampilan sosial pada tahap ini, mereka akan lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Murtafiah & Sahara, 2019). Oleh karena itu kemampuan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain secara efektif, baik secara lisan maupun nonverbal, perlu disesuaikan dengan situasi dan kondisi. Artinya kemampuan komunikasi interpersonal ini adalah perilaku yang dapat dipelajari. Remaja yang memiliki keterampilan sosial akan memiliki kemampuan untuk mengungkapkan perasaan baik positif maupun negatif dalam interaksi interpersonal tanpa mengganggu orang lain.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Sosial

Perkembangan keterampilan sosial siswa tergantung pada berbagai faktor, termasuk kondisi siswa sendiri dan pengalaman interaksinya dengan lingkungan sebagai sarana dan media pembelajaran. Faktor-faktor ini adalah sebagai berikut:

I. Faktor Internal

Keterampilan sosial seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor berikut:

- a. Temperamen: Orang-orang dengan temperamen penakut cenderung malu atau takut menghadapi stimulus sosial baru, sedangkan orang-orang yang ramah dan terbuka lebih responsif. Orang-orang dengan temperamen agresif dan impulsif dapat menimbulkan penolakan dari teman sebaya, yang pada gilirannya mengurangi interaksi sosial.
- b. Regulasi Emosi: Keterampilan sosial dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengatur emosi. Orang-orang yang dapat bersosialisasi dan mengatur emosi mereka memiliki keterampilan sosial yang baik, sementara kurangnya kontrol emosi dapat menyebabkan perilaku agresif atau kecemasan.

- c. Kemampuan Sosial Kognitif: Kemampuan untuk memproses informasi sosial, seperti mengenali dan memahami isyarat sosial, mengevaluasi akibatnya, dan memahami perspektif orang lain dan empati, berdampak pada pembentukan jaringan sosial dan keterampilan sosial.

2. Faktor Eksternal

Dua faktor eksternal atau lingkungan yang cukup berpengaruh terhadap perkembangan sosial anak adalah pola interaksi sosial anak dan orang tua, serta kualitas hubungan pertemanan dan penerimaan anak dalam kelompoknya. Anak-anak belajar keterampilan sosial melalui contoh orang tua dan teman sebaya mereka, menerima penghargaan untuk tindakan yang baik, dan menerima hukuman untuk tindakan yang salah (Novita & Siswati, 2010).

Berdasarkan beberapa faktor yang dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari temperamen, regulasi emosi, dan kemampuan sosial kognitif individu; faktor eksternal terdiri dari lingkungan luar individu, seperti keluarga dan teman sebaya.

Ciri-ciri Keterampilan Sosial

Ciri-ciri keterampilan sosial meliputi:

1. Perilaku Interpersonal: Perilaku ini mencakup keterampilan yang digunakan dalam interaksi sosial, seperti menjalin persahabatan.
2. Perilaku yang Berhubungan dengan Diri Sendiri: Ciri ini menunjukkan kemampuan seseorang mengatur dirinya sendiri dalam situasi sosial, termasuk keterampilan menghadapi stres, memahami perasaan orang lain, dan mengontrol kemarahan.
3. Perilaku yang Berhubungan dengan Kesuksesan Akademis: Perilaku ini mendukung prestasi belajar di sekolah, seperti mendengarkan guru, menyelesaikan tugas dengan baik, dan mengikuti aturan sekolah.
4. Penerimaan Teman Sebaya: Individu dengan keterampilan sosial rendah cenderung ditolak oleh teman-temannya karena tidak mampu bergaul dengan baik. Ini mencakup kemampuan memberi dan menerima informasi serta mengenali emosi orang lain.
5. Keterampilan Berkomunikasi: Keterampilan ini diperlukan untuk menjalin hubungan sosial yang baik, seperti memberikan umpan balik, menunjukkan perhatian terhadap lawan bicara, dan menjadi pendengar yang responsif.

Maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial tidak hanya tentang membangun hubungan, namun juga bagaimana perilaku diri sendiri dalam mengatur diri saat situasi sosial, perilaku yang berhubungan dengan kesuksesan akademik, penerimaan teman Sebaya serta keterampilan dalam berkomunikasi dalam keseharian.

Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah ketika dua orang atau lebih sedikit orang berinteraksi satu sama lain dan memberikan umpan balik satu sama lain. Komunikasi interpersonal berfungsi untuk mengubah dan mengembangkan satu sama lain. Pemikiran, perasaan, dan sikap seseorang sesuai dengan subjek yang dipelajari bersama dipengaruhi oleh perubahan

tersebut melalui dorongan, inspirasi, dan interaksi dalam komunikasi (Nurhasanah et al., 2024). Kemudian (DeVito, 2019) DeVito berpendapat bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi yang terjadi antara dua individu yang sudah memiliki hubungan yang jelas dan terhubung melalui beberapa cara. Contoh komunikasi interpersonal adalah komunikasi antara ibu dan anak, dokter dan pasien, atau dua orang dalam suatu wawancara (DeVito, 2019) Adapun Menurut Mulyana komunikasi antarpribadi (interpersonal communication) adalah komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap peserta menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik secara verbal maupun nonverbal (Mulyana, 2002b)

Dari penjelasan para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah interaksi tatap muka antara dua orang atau lebih yang memiliki hubungan yang jelas dan memungkinkan umpan balik langsung. Komunikasi ini berfungsi untuk mengubah dan mengembangkan pemikiran, perasaan, dan sikap individu melalui dorongan, inspirasi, dan interaksi mendalam. Komunikasi interpersonal mencakup berbagai konteks hubungan, seperti antara ibu dan anak, dokter dan pasien, serta melibatkan kemampuan untuk menangkap reaksi verbal dan nonverbal satu sama lain, sehingga memainkan peran penting dalam perkembangan individu.

Karakteristik Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan pendapat Richard L. Weaver (Budyatna, 2015) komunikasi interpersonal memiliki delapan karakteristik sebagai berikut:

1. Melibatkan setidaknya dua orang, bisa lebih, dan tidak bersifat individu.
2. Adanya umpan balik atau feedback, yaitu pesan yang dikirim oleh penyampai pesan ditanggapi dan dikirim lagi oleh penerima pesan kepada pengirim pesan.
3. Tidak harus tatap muka; komunikasi interpersonal tidak harus selalu melibatkan dua orang atau lebih untuk berkomunikasi tatap muka namun komunikasi interpersonal dapat dilakukan melalui telepon, email, WhatsApp, dan media-media yang lain.
4. Tidak harus memiliki tujuan tertentu; komunikasi bisa terjadi secara tidak sengaja, tanpa direncanakan atau tanpa kesadaran penuh.
5. Menghasilkan beberapa pengaruh atau efek; komunikasi interpersonal yang efektif harus menghasilkan efek atau dampak, baik bagi penyampai pesan maupun penerima pesan.
6. Tidak harus menggunakan kata-kata; komunikasi bisa berupa pesan nonverbal seperti tatapan, kedipan, sentuhan, dan lain-lain.
7. Dipengaruhi oleh konteks; komunikasi yang berlangsung dipengaruhi oleh konteks, mencakup tempat, situasi, dan kondisi yang mengelilingi peristiwa komunikasi, termasuk aspek fisik, sosial, historis, psikologis, dan budaya.
8. Dipengaruhi oleh gangguan atau noise; Ketika gangguan atau noise terjadi maka komunikasi interpersonal yang berlangsung dapat terpengaruh. Gangguan ini bisa berupa rangsangan atau stimulus yang mengganggu proses penyampaian pesan, baik itu eksternal, internal, atau semantik.

Fungsi Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal dapat meningkatkan rasa kemanusiaan antara orang yang berbicara. Menurut (Mulyana, 2002a) fungsi komunikasi interpersonal adalah sebagai berikut:

1. Pembentukan konsep diri, yaitu tentang pandangan kita tentang siapa diri kita, ini dapat diperoleh dari pendapat orang lain tentang diri kita.
2. Pernyataan eksistensi diri, melalui komunikasi interpersonal seseorang mampu unjuk diri di hadapan orang lain. Oleh karena itu komunikasi interpersonal berfungsi sebagai aktualitas diri.
3. Untuk mempertahankan hidup, menumbuhkan hubungan, dan menemukan kebahagiaan.

Tujuan Komunikasi Interpersonal

Tujuan komunikasi interpersonal sangat penting bagi manusia (Hanani, 2017) termasuk:

1. Membingkai hubungan manusia lebih bermakna;
2. membangun karakter manusia yang lebih baik;
3. mengenal orang lain dengan karakteristiknya masing-masing
4. melatih empati, dan
5. meningkatkan berbagai kecerdasan, seperti kecerdasan berbahasa, kecerdasan antarpribadi, dan kecerdikan.

Peran Bimbingan Pribadi-Sosial Dalam Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Tujuan bimbingan dan konseling adalah untuk meningkatkan keterampilan sosial siswa, terutama komunikasi interpersonal. Menurut (Utomo & Harmiyanto, 2024) layanan bimbingan dan konseling adalah proses yang berkelanjutan, bantuan bagi kelompok atau individu yang bertujuan untuk mengoptimalkan potensi seseorang. Tujuan dari layanan ini adalah untuk meningkatkan konsep diri positif siswa dan membantu mereka memahami dan mengembangkan potensi mereka secara optimal sesuai dengan tuntutan lingkungan mereka, termasuk aspek sosial, akademik, dan karir.

Kemudian (Endah et al., 2021) mengemukakan bahwa salah satu tujuan layanan bimbingan dan konseling adalah untuk menumbuhkan sikap pribadi sosial yang toleran terhadap orang lain; menghormati dan memelihara hak dan kewajiban masing-masing; respek, penghormatan, dan penghargaan terhadap orang lain; dan memahami dan menerima diri sendiri secara positif, objektif, dan konstruktif, baik dalam hal keuntungan maupun kerugian. Menurut (AD & Winarsih, 2017) bimbingan pribadi sosial akan membantu siswa belajar keterampilan sosial seperti berbicara dengan orang lain, bekerja sama, berempati, menjadi asertif, dan membangun hubungan sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Oktaviani et al., 2017) mendapatkan bimbingan kelompok secara teratur dapat meningkatkan kemampuan siswa untuk berkomunikasi dengan orang lain. Menurut penelitian (Dono & Nursalim, 2016) , layanan bimbingan dan konseling kelompok harus disesuaikan dengan kebutuhan psikologis dan sosial siswa. Keterlibatan guru sangat penting dalam pengembangan keterampilan sosial anak (Supriatna et al., 2019).

Layanan bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam membantu siswa mengoptimalkan potensi diri mereka.

Hal ini sejalan dengan pentingnya meningkatkan kepercayaan diri sebagai bagian dari pengembangan diri siswa. Lebih lanjut, Yahya dan Winarsih (2017) menekankan bahwa bimbingan pribadi sosial membantu siswa menguasai keterampilan penting seperti berbicara dengan orang lain, bekerja sama, berempati, serta membangun hubungan sosial yang efektif. Pengembangan keterampilan ini penting untuk membentuk kepercayaan diri yang kokoh dalam interaksi sosial. Selain itu, peran guru dalam pengembangan keterampilan sosial anak juga sangat krusial. Dengan demikian, integrasi layanan bimbingan dan konseling yang tepat, teknik interaktif seperti sosiodrama, serta dukungan guru menjadi faktor strategis dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa secara holistik.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian studi kepustakaan mengenai peran bimbingan pribadi-sosial dalam keterampilan komunikasi interpersonal peserta didik diperoleh kesimpulan bahwa bimbingan pribadi-sosial membantu siswa menghadapi masalah pribadi dan sosial, beradaptasi dengan lingkungan keluarga dan masyarakat, serta memilih grup sosial dan aktivitas sosial yang bermanfaat. Penggunaan bimbingan pribadi-sosial bertujuan untuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi, membangun hubungan, dan menumbuhkan rasa hormat terhadap diri sendiri dan orang lain. Bimbingan pribadi-sosial mencakup beberapa fungsi, di antaranya adalah:

1. Pertumbuhan: Membantu individu menjadi agen perubahan bagi diri mereka sendiri dan lingkungan.
2. Pemahaman Diri: Membantu individu memahami kekuatan, kelemahan, kesempatan, dan kesulitan mereka.
3. Komunikasi Sehat: Membantu individu belajar berkomunikasi dengan lebih baik dengan lingkungannya.
4. Perilaku Baru: Membantu menciptakan dan mengajarkan kebiasaan yang lebih sehat.
5. Ekspresi Diri: Membantu individu menyampaikan perasaan, keinginan, dan inspirasi secara efektif.
6. Ketahanan: Membantu individu menyesuaikan diri dengan situasi baru.
7. Mengatasi Gejala Disfungsional: Membantu mengatasi gejala yang mengganggu akibat krisis.
8. Pengembangan Kompetensi: Membantu siswa meningkatkan kemampuan mereka.

Dengan demikian, bimbingan pribadi-sosial berperan signifikan dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa, yang pada gilirannya dapat berdampak positif pada perkembangan pribadi, sosial, dan akademik siswa, serta mengurangi risiko terjadinya kegagalan dalam tugas perkembangan individu.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdul Karim, H., Salehudin, M., studi Bimbingan Konseling Islam, P., & Ushuluddin Adab dan Dakwah, F. (2021). BIMBINGAN PRIBADI SOSIAL UNTUK MENGEMBANGKAN KEMAMPUAN PENYESUAIAN DIRI SISWA. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 18(01), 30-43. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2021.181-03>

- AD, Y., & Winarsih, W. (2017). Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Germin Kabupaten Pesawaran. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 41-56. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.554>
- Ahmadi, A. (2009). *Psikologi Umum, edisi revisi 2009*.
- Budyatna, M. (2015). *Teori-Teori Mengenai Komunikasi Antar-Pribadi*. Prenada Media.
- DeVito, J. A. . (2019). *The interpersonal communication book*. Pearson Education, Inc.
- Dono, I. D., & Nursalim, M. (2016). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa SMP Negeri 2 Menganti Gresik. *Jurnal BK Unesa*, 8(3).
- Endah, N., Eti Rohaeti, E., Supriatna, E., & Studi Bimbingan dan Konseling, P. (2021). *KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 MARGAASIH KABUPATEN BANDUNG*. 4(2).
- Hanani, S. (2017). Komunikasi antarpribadi teori dan praktik. *Yogyakarta: Ar-Ruzz Media*.
- Kelly, J. A. (1982). Social-skills training: A practical guide for interventions. (*No Title*).
- Khalilah, E. (2017). Layanan bimbingan dan konseling pribadi sosial dalam meningkatkan keterampilan hubungan sosial siswa. *JIGC (Journal of Islamic Guidance and Counseling)*, 1(1), 41-57.
- Mulyana, D. (2002a). *Ilmu komunikasi suatu pengantar*.
- Mulyana, D. (2002b). *Ilmu komunikasi suatu pengantar*.
- Murtafiah, A., & Sahara, D. A. (2019). Pelaksanaan Bimbingan Pribadi Sosial Dalam Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa Terisolir Di SMP Negeri 5 Banguntapan. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 3(2).
- Novita, N., & Siswati, S. (2010). Pengaruh social stories terhadap keterampilan sosial anak dengan attention-deficit hyperactivity disorder (adhd) studi eksperimental desain kasus tunggal di sekolah alam ar-ridho semarang. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 102-116.
- Nurhasanah, N., Ramadhani, J., Utami, N. T., & Hasanah, U. (2024). Pentingnya Komunikasi Interpersonal Guru dalam Meningkatkan Kualitas Belajar Siswa. *VISA: Journal of Vision and Ideas*, 4(1), 201-207.
- Oktaviani, Y., Yusmansyah, Y., & Mayasari, S. (2017). Peningkatan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Dengan Layanan Bimbingan Kelompok. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 3(6).
- Petersen, L. (2004). *Bagaimana memotivasi anak belajar*. Grasindo.
- Pristanti, N. A., & Suryani, R. (2022). *Praktikum Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial*.
- Supriatna, E., Aprianti, E., Yuliani, W., Konseling IKIP Siliwangi, B., & PAUD IKIP Siliwangi, P. (2019). PENGARUH BERMAIN DALAM MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN SOSIAL ANAK PADA SISWA PAUD DI KOTA CIMAHI. *Online*, 3(2), 2581-0413.
- Utomo, D. P., & Harmiyanto, H. (2024). Hubungan keterampilan komunikasi interpersonal dan kepercayaan diri siswa kelas X Sman 1 Garum Kabupaten Blitar. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 14.
- Walgito, B. (1986). *Bimbingan dan Penyuluhan di sekolah*.
- Winkel, W. S. (2021). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*.
- Yahya, A. D., & Winarsih, W. (2017). Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial dalam Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 2 Padang Germin Kabupaten Pesawaran. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 41-56.
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*.
- Zed, M. (2008). *Metode penelitian kepustakaan*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia