

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MELALUI TEKNIK
SELF-TALK UNTUK MENINGKATKAN KOMUNIKASI
INTERPERSONAL SISWA SMK BSI PALEMBANG**

IMAM AL JUNDI

2021141024

ABSTRAK

Komunikasi interpersonal merupakan keterampilan penting bagi siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) untuk mendukung keberhasilan dalam kehidupan sosial dan dunia kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok melalui teknik *self-talk* dalam meningkatkan komunikasi interpersonal siswa SMK BSI Palembang. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental* tipe *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian terdiri dari siswa yang mengalami kesulitan komunikasi interpersonal. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan pada komunikasi interpersonal siswa setelah diberikan intervensi, dengan rata-rata skor *pretest* sebesar 66,2 meningkat menjadi 113,6 pada *posttest*. Uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi *pretest* 0,204 dan *posttest* 0,265 (keduanya $>0,05$). Analisis menggunakan uji *Wilcoxon* menghasilkan nilai Z hitung -2,023 dengan signifikansi 0,043 ($<0,05$), sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Temuan ini membuktikan bahwa konseling kelompok dengan teknik *self-talk* efektif meningkatkan komunikasi interpersonal siswa SMK secara signifikan. Penelitian memberikan kontribusi praktis bagi guru BK dan sekolah dalam merancang layanan bimbingan yang efektif untuk pengembangan *soft skills* siswa.

Kata kunci: komunikasi interpersonal, konseling kelompok, *self-talk*,