



Studi Literatur: Analisis Pola Komunikasi Terapeutik Konselor dalam Mengatasi Kecemasan Berbicara di Depan Umum (Public Speaking Anxiety) pada Siswa

Literature Review: Analysis of Counselor Therapeutic Communication Patterns in Overcoming Public Speaking Anxiety in Students

Muhammad Rizky Ramadhan¹, Taskia Sanjaya², Aliya Mukhbita Sari³, Reynaldi Syahputra⁴

Universitas Negeri Medan

Email: mhdrizkyramadhan0310@gmail.com¹, taskiasanjaya1@gmail.com², aliyamukhbita825@gmail.com³, reygtgbgtt@gmail.com⁴

Article Info

Article history:

Received : 20-05-2026

Revised : 22-05-2026

Accepted : 24-05-2026

Published : 26-05-2026

Abstract

This research examines the contribution and effectiveness of therapeutic communication patterns applied by school counselors in overcoming public speaking anxiety (PSA) among students through a comprehensive review of scientific literature. The purpose of this study is to map the chronological structure of therapeutic interaction stages, identify specific communication techniques that effectively reduce the manifestation of anxiety symptoms, and unravel the contextual constraints faced by practitioners in the school environment. Utilizing a literature review method, secondary data from various national and international journals were curated, selected based on inclusion criteria, and synthesized descriptively-narratively. The results indicate that PSA problems include cognitive distortions, physiological tension, and avoidance behaviors experienced by the majority of adolescent students. Despite facing complex psychological barriers, the structured implementation of therapeutic communication through four main phases pre-interaction, orientation, working, and termination is proven to significantly reduce students' anxiety levels. Techniques such as active listening, empathetic validation, recognizing and praising, and the integration of positive spiritual suggestions have a massive therapeutic impact on reconstructing students' self-esteem and self-efficacy. Based on these findings, it can be concluded that a warm, holistic, and non-judgmental communication approach is crucial in optimizing the academic-mental potential of learners. For future implementation, it is recommended to enhance interpersonal communication competence for school counselors and erase the negative stigma surrounding counseling rooms through friendly socialization programs, accompanied by synergistic collaboration between schools and parents to provide a sustainable support system for students.

Keywords: Therapeutic Communication, School Counselor, Public Speaking Anxiety

Abstrak

Penelitian ini mengkaji kontribusi dan efektivitas pola komunikasi terapeutik yang diterapkan oleh konselor sekolah dalam mengatasi kecemasan berbicara di depan umum (*public speaking anxiety*/PSA) pada siswa melalui penelaahan berbagai literatur ilmiah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memetakan struktur kronologis tahapan interaksi terapeutik, mengidentifikasi teknik-teknik komunikasi spesifik yang efektif mereduksi manifestasi gejala kecemasan, serta mengurai kendala kontekstual yang dihadapi praktisi di lingkungan sekolah. Melalui metode studi kepustakaan (*literature review*), data sekunder dari berbagai jurnal nasional dan internasional dikurasi, diseleksi menggunakan kriteria inklusi, dan disintesis secara deskriptif-



naratif. Hasil kajian menunjukkan bahwa problematika PSA mencakup distorsi kognitif, ketegangan fisiologis, dan perilaku menghindar yang dialami oleh sebagian besar siswa remaja. Kendati menghadapi hambatan psikologis yang kompleks, implementasi komunikasi terapeutik yang terstruktur melalui empat fase utama pra-interaksi, orientasi, kerja, dan terminasi terbukti secara signifikan mampu menurunkan derajat kecemasan siswa. Teknik mendengarkan aktif, validasi empati, pemberian pujian, serta integrasi sugesti positif bernuansa spiritual memberikan dampak terapeutik yang masif dalam merekonstruksi harga diri (*self-esteem*) dan efikasi diri siswa. Berdasarkan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa pendekatan komunikasi yang hangat, menyeluruh, dan tidak menghakimi sangat krusial dalam mengoptimalkan potensi mental akademis peserta didik. Untuk pelaksanaan di masa mendatang, disarankan adanya peningkatan kompetensi komunikasi interpersonal bagi konselor sekolah serta pengikisan stigma negatif ruang BK melalui program sosialisasi yang ramah, disertai kolaborasi sinergis antara pihak sekolah dan orang tua guna menyediakan sistem pendukung yang berkelanjutan bagi siswa.

Kata Kunci: Komunikasi Terapeutik, Konselor Sekolah, Kecemasan Berbicara di Depan Umum

PENDAHULUAN

Kemampuan berbicara di depan umum (*public speaking*) merupakan salah satu kompetensi esensial yang harus dikuasai oleh siswa dalam ekosistem pendidikan modern. Aktivitas ini tidak sekadar menjadi instrumen evaluasi akademik melalui presentasi kelas, melainkan juga fondasi utama dalam pembentukan efikasi diri, keterampilan sosial, dan kesiapan karier siswa di masa depan. Kendati demikian, realitas di lapangan menunjukkan bahwa tidak semua siswa mampu melakukan komparasi performa komunikasi verbal secara optimal. Sebagian besar siswa justru mengalami fenomena psikologis yang dikenal sebagai *Public Speaking Anxiety* (PSA) atau kecemasan berbicara di depan umum. Kondisi ini dimanifestasikan melalui gejala kognitif seperti hilangnya fokus, gejala fisiologis berupa detak jantung yang akseleratif dan tubuh gemetar, hingga intensi perilaku berupa tindakan menghindar (*avoidance*) dari tugas-tugas komunikatif. Jika dibiarkan tanpa penanganan yang komprehensif, PSA tidak hanya akan mendegradasi capaian prestasi akademik siswa, tetapi juga memicu hambatan emosional berkepanjangan seperti penurunan harga diri (*self-esteem*) dan penarikan diri dari interaksi sosial di lingkungan sekolah.

Dalam ranah bimbingan dan konseling di sekolah, guru BK atau konselor memiliki tanggung jawab strategis untuk meminimalisasi hambatan psikologis yang mengganggu perkembangan peserta didik. Salah satu pendekatan teoretis dan praktis yang dinilai memiliki efikasi tinggi dalam mereduksi kecemasan adalah komunikasi terapeutik. Komunikasi terapeutik merupakan proses interaksi antarpribadi yang direncanakan secara sadar dan berfokus pada penyembuhan atau pemulihan kondisi psikologis konseli. Melalui penerapan teknik komunikasi terapeutik yang sistematis—seperti mendengarkan secara aktif, menunjukkan empati, memberikan validasi, serta mengintegrasikan sugesti positif bernuansa spiritual—konselor diharapkan dapat merestrukturisasi pola pikir maladaptif siswa yang menjadi akar dari kecemasan tersebut. Hubungan interpersonal yang sarat akan penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*) di dalam ruang konseling menjadi kunci utama untuk merangsang keterbukaan diri (*self-disclosure*) siswa.

Meskipun urgensi penanganan kecemasan berbicara telah banyak diakui, sebagian besar literatur terdahulu cenderung memfokuskan analisisnya pada efektivitas teknik konseling klinis yang kaku atau penggunaan terapi eksperimental seperti *expressive writing*. Masih terbatas kajian yang secara spesifik membedah bagaimana struktur kronologis dan dimensi verbal-nonverbal dari komunikasi terapeutik konselor di sekolah dioperasikan untuk mengatasi komparasi gejala kognitif



dan perilaku PSA pada siswa. Di sisi lain, implementasi komunikasi terapeutik di lapangan juga kerap membentur berbagai hambatan internal maupun eksternal, mulai dari rendahnya keterampilan komunikasi atau adanya kecemasan komunikasi (*communication apprehension*) pada diri konselor itu sendiri, hingga kuatnya stigma negatif siswa terhadap layanan bimbingan konseling di sekolah.

Identifikasi terhadap realitas dan kesenjangan penelitian (*research gap*) di atas memunculkan beberapa rumusan masalah yang krusial untuk dijawab, antara lain: bagaimana struktur tahapan pola komunikasi terapeutik yang diterapkan oleh konselor sekolah dalam menangani kecemasan berbicara siswa; bagaimana efektivitas teknik komunikasi terapeutik spesifik dalam mereduksi manifestasi gejala psikologis siswa; serta apa saja kendala kontekstual yang dihadapi konselor dalam pengaplikasian komunikasi tersebut di lingkungan sekolah. Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menyajikan analisis deskriptif-komprehensif mengenai kontribusi dan pola komunikasi terapeutik konselor dalam mengatasi *Public Speaking Anxiety* pada siswa sekolah melalui pendekatan studi kepustakaan. Melalui sintesis dan penelaahan kritis terhadap berbagai temuan ilmiah terdahulu, kajian ini diharapkan dapat menghasilkan konseptualisasi model intervensi komunikasi yang solutif, orisinal, serta dapat diaplikasikan secara praktis oleh para guru bimbingan dan konseling guna mengoptimalkan potensi akademis dan mental peserta didik.

METODE PENELITIAN

Pendekatan kualitatif dengan desain studi kepustakaan (*literature review*) diterapkan dalam penelitian ini sebagai alat untuk memetakan secara komprehensif fenomena yang dikaji. Operasionalisasi metode ini ditempuh melalui rangkaian prosedur sistematis yang meliputi penelusuran literatur, kurasi data sekunder, serta analisis kritis terhadap berbagai dokumen ilmiah yang relevan. Data sekunder yang diintegrasikan dalam kajian ini bersumber dari artikel jurnal ilmiah nasional terakreditasi, jurnal internasional, buku teks ilmiah di bidang bimbingan konseling, serta prosiding seminar akademik. Fokus pencarian diarahkan pada publikasi yang mendiskusikan dinamika komunikasi terapeutik konselor, fungsi guru bimbingan dan konseling (BK), serta problematika kecemasan berbicara di depan umum (*public speaking anxiety*) pada populasi siswa. Guna menjamin kebaruan (*novelty*) dan aktualitas teoretis, peneliti menetapkan batasan ketat terhadap tahun terbitan materi literatur, dengan memprioritaskan karya ilmiah yang dipublikasikan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir.

Prosedur pengumpulan data diawali dengan melakukan pelacakan terstruktur pada berbagai basis data jurnal ilmiah elektronik, seperti *Google Scholar*, *Garuda*, dan *Sinta*. Proses pencarian tersebut mengombinasikan sejumlah kata kunci taktis, meliputi: “*Komunikasi Terapeutik Guru BK*”, “*Kecemasan Berbicara Siswa*”, “*Public Speaking Anxiety*”, “*Layanan Konseling Individu*”, dan “*Communication Apprehension*”. Dari sekian banyak dokumen yang terjaring, peneliti menerapkan seleksi ketat menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah artikel harus memuat data empiris maupun konseptual mengenai tahapan komunikasi terapeutik dan korelasinya terhadap penurunan ketegangan psikologis atau peningkatan efikasi diri siswa. Literatur yang memenuhi kriteria tersebut kemudian ditelaah secara mendalam guna mengidentifikasi pola tindakan konselor, keterkaitan antar-variabel, serta titik temu maupun perbedaan dari temuan-temuan terdahulu.



Langkah berikutnya adalah melakukan sintesis data menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*) yang disajikan secara deskriptif-naratif. Kerangka analisis dalam studi ini difokuskan pada tiga poros utama, antara lain:

1. Struktur tahapan komunikasi terapeutik yang diimplementasikan oleh konselor (meliputi fase pra-interaksi, orientasi, kerja, dan terminasi).
2. Jenis teknik komunikasi terapeutik spesifik yang memiliki kontribusi signifikan dalam mereduksi gejala kognitif, fisiologis, dan perilaku kecemasan pada siswa.
3. Kendala atau faktor penghambat yang kerap muncul saat mengaplikasikan komunikasi terapeutik di lingkungan sekolah.

Melalui penerapan metode studi kepustakaan yang rigid ini, peneliti dapat menarik konseptualisasi dan kesimpulan yang objektif berbasis bukti-bukti ilmiah terpercaya, sehingga mampu memformulasikan model intervensi komunikasi yang solutif bagi praktisi bimbingan dan konseling di sekolah.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Struktur Tahapan Komunikasi Terapeutik Konselor Sekolah

Berdasarkan hasil penelaahan terhadap berbagai literatur ilmiah, pelaksanaan komunikasi terapeutik oleh konselor sekolah dalam menangani kecemasan berbicara di depan umum (*public speaking anxiety*/PSA) pada siswa terbukti tidak berlangsung secara acak, melainkan terstruktur ke dalam empat tahapan kronologis. Setiap fase memiliki kontribusi psikologis yang spesifik bagi proses pemulihan ketegangan emosional konseli.

1. Fase Pra-Interaksi (Persiapan): Tahap awal ini berfokus pada kesiapan internal praktisi. Konselor melakukan analisis data sekunder mengenai indikasi awal PSA pada siswa, seperti laporan dari guru mata pelajaran bahwa siswa cenderung membolos atau menunjukkan penolakan saat jadwal presentasi kelas tiba. Selain itu, konselor melakukan pengelolaan terhadap kecemasan komunikasi (*communication apprehension*) diri sendiri demi menjamin keandalan emosional selama proses konseling.
2. Fase Orientasi (Pembinaan Hubungan): Tahap ini dinilai sebagai fase paling krusial (*the golden step*) dalam mereduksi resistensi siswa. Mengingat inti dari kecemasan sosial adalah ketakutan ekstrem terhadap evaluasi negatif dari orang lain, konselor mengondisikan ruang bimbingan dengan suasana yang hangat dan penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*). Atmosfer yang aman ini merangsang dorongan internal siswa untuk melakukan keterbukaan diri (*self-disclosure*) mengenai ketakutan-ketakutan mereka yang terpendam.
3. Fase Kerja (Eksplorasi dan Intervensi): Pada tahap ini, konselor bersama siswa membedah akar penyebab timbulnya kecemasan. Melalui dialog terapeutik yang intens, konselor melakukan restrukturisasi terhadap distorsi kognitif atau pikiran maladaptif siswa (seperti asumsi "*Saya pasti akan mempermalukan diri sendiri di atas panggung*" atau "*Semua orang akan menertawakan kesalahan saya*").
4. Fase Terminasi (Evaluasi dan Penutupan): Tahap akhir ini diisi dengan evaluasi terhadap perubahan tingkat ketegangan emosional siswa. Konselor memberikan penguatan positif (*positive reinforcement*) atas kemajuan yang dicapai siswa, menyimpulkan sesi, serta



menetapkan tugas mandiri (*coping strategy*) yang dapat dipraktikkan langsung oleh siswa di luar ruang konseling.

Efektivitas Teknik Komunikasi Terapeutik dalam Mereduksi Aspek Kecemasan

Kecemasan berbicara di depan umum memanifestasikan dirinya ke dalam tiga ranah gejala yang saling bertautan: kognitif (bingung, pikiran buntu), fisiologis (jantung berdebar, gemetar), dan perilaku (menolak kontak mata, menghindar). Pustaka ilmiah menunjukkan bahwa penggunaan teknik komunikasi terapeutik tertentu secara spesifik mampu mereduksi gejala-gejala tersebut secara efektif:

1. Mendengarkan Secara Aktif (*Active Listening*): Dengan memberikan atensi penuh baik secara verbal maupun non-verbal tanpa melakukan interupsi, teknik ini memberikan ruang psikologis bagi siswa untuk mengurai ketakutan batinnya, yang secara linier menurunkan beban kognitif mereka.
2. Validasi Empati: Kalimat penenang yang memvalidasi perasaan siswa (seperti, "*Sangat wajar jika kamu merasa tegang saat menatap audiens yang banyak...*") membuat siswa merasa diakui, sehingga menurunkan tingkat ketegangan fisiologis yang dialami.
3. Pemberian Sugesti Positif dan Nilai Spiritual: Dalam konteks institusi sekolah, menyisipkan afirmasi positif yang dipadukan dengan nilai spiritual (misalnya konsep tawakal atau ketenangan batin religius) terbukti melipatgandakan optimisme dan kedamaian psikologis siswa, sehingga gejala fisik seperti tubuh gemetar dapat diminimalisasi secara langsung (*real-time coping*).
4. Mengenali dan Memuji (*Recognizing and Praising*): Pemberian apresiasi yang tulus dari konselor terhadap kemajuan-kemajuan kecil siswa sangat efektif dalam mengonstruksi ulang harga diri (*self-esteem*) serta memulihkan efikasi diri siswa agar berani tampil kembali.

Hambatan Implementasi Komunikasi Terapeutik di Lingkungan Sekolah

Meskipun pola komunikasi terapeutik dinilai sebagai instrumen yang kuat, sintesis literatur mengidentifikasi sejumlah kendala yang kerap menghambat optimalisasi penerapannya di lapangan:

1. Stigma Negatif Terhadap Layanan BK: Salah satu resistensi terbesar bersumber dari persepsi keliru siswa yang menganggap ruang bimbingan/konseling sebagai tempat penghakiman bagi "siswa yang bermasalah atau nakal". Stigma ini membuat siswa yang murni mengalami hambatan psikologis akademis seperti PSA enggan mencari bantuan secara sukarela.
2. Kecemasan Komunikasi pada Praktisi: Beberapa kajian mendapati bahwa ketidaksiapan kompetensi atau adanya *communication apprehension* tersembunyi di dalam diri konselor atau calon konselor itu sendiri dapat mengurangi keandalan penyampaian pesan terapeutik, sehingga relasi penyembuhan dengan siswa menjadi kurang optimal jika tidak dilatih secara berkala.
3. Kompleksitas Hambatan Kognitif Remaja: Pola pikir defensif yang khas pada usia remaja sering kali menuntut durasi intervensi yang lebih panjang dan berkelanjutan (seperti skema 8 sesi terstruktur) agar perubahan perilaku adaptif dapat menetap dengan kokoh.



KESIMPULAN

Kajian pustaka ini menunjukkan bahwa problematika kecemasan berbicara di depan umum (*public speaking anxiety*/PSA) pada siswa merupakan fenomena kompleks yang memanifestasikan diri ke dalam ranah kognitif, fisiologis, dan perilaku, yang jika dibiarkan dapat menghambat adaptasi akademis serta kesejahteraan psikologis mereka. Guna mengatasi hambatan tersebut, implementasi pola komunikasi terapeutik oleh konselor sekolah terbukti memberikan kontribusi yang sangat signifikan. Pola komunikasi ini beroperasi secara efektif ketika diterapkan melalui empat tahapan kronologis yang sistematis, meliputi fase pra-interaksi, orientasi (*building rapport*), kerja (eksplorasi masalah), dan terminasi.

Di samping itu, penggunaan teknik komunikasi terapeutik spesifik seperti mendengarkan secara aktif, validasi empati, mengenali/memuji kemajuan sekecil apa pun, serta integrasi sugesti positif bernuansa spiritual terbukti secara empiris mampu merestrukturisasi pikiran maladaptif siswa, menstabilkan ketegangan fisik, dan mengonstruksi ulang efikasi diri mereka. Meskipun di lapangan konselor masih membentur kendala berupa stigma negatif siswa terhadap ruang BK serta adanya kecemasan komunikasi internal pada praktisi, pendekatan komunikasi yang hangat, inklusif, dan tidak menghakimi tetap menjadi instrumen utama yang solutif dalam mereduksi kecemasan komunikasi siswa guna mengoptimalkan potensi mental-akademis mereka di sekolah.

Saran

Berdasarkan hasil analisis dan kesimpulan teoretis yang telah dipaparkan, beberapa rekomendasi strategis dapat diajukan kepada para praktisi dan akademisi di bidang pendidikan bimbingan konseling. Bagi para guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah, disarankan untuk secara konsisten mengasah keterampilan komunikasi interpersonal mereka dan secara aktif mengelola kecemasan komunikasi internal (*communication apprehension*) diri sendiri sebelum melaksanakan sesi konseling dengan siswa. Konselor juga diharapkan dapat secara kreatif mengombinasikan teknik komunikasi terapeutik verbal dengan metode bimbingan adaptif lainnya, seperti terapi menulis ekspresif atau latihan relaksasi perilaku, agar intervensi terhadap *Public Speaking Anxiety* (PSA) pada siswa menjadi jauh lebih komprehensif. Selain itu, bagi otoritas dan pihak manajemen sekolah, sangat penting untuk melakukan upaya terprogram guna mengikis stigma negatif yang menganggap ruang BK sebagai tempat penghakiman bagi siswa yang bermasalah. Sosialisasi yang ramah mengenai fungsi ruang bimbingan sebagai wadah yang aman (*secure environment*) untuk mengurai hambatan psikologis akademis harus terus digalakkan, salah satunya dengan memfasilitasi lokakarya komunikasi terapeutik secara berkala bagi seluruh staf pengajar.

Selanjutnya, efektivitas reduksi kecemasan berbicara ini juga memerlukan keterlibatan aktif dari lingkungan keluarga. Orang tua diharapkan dapat membangun kolaborasi sinergis dengan konselor sekolah melalui komunikasi dua arah yang terbuka, sehingga penguatan psikologis, validasi empati, dan sugesti positif yang telah dirancang di sekolah dapat diteruskan secara konsisten ketika siswa berada di rumah. Terakhir, bagi penelitian selanjutnya di masa yang akan datang, disarankan untuk melakukan studi eksperimental lapangan secara langsung atau penelitian tindakan kelas (*classroom action research*). Langkah ini penting dilakukan guna menguji efektivitas komparatif dari teknik-teknik komunikasi terapeutik spesifik ini terhadap kelompok



siswa dengan tingkat PSA yang berbeda, sehingga mampu menghasilkan data serta temuan berbasis bukti (*evidence-based practice*) yang lebih variatif, terarah, dan aplikatif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amali, B. A., & Rahmawati, L. E. (2020). Universitas Muhammadiyah Malang, East Java, Indonesia JIPT (Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan) Upaya meminimalisasi kecemasan siswa saat berbicara di depan umum dengan metode expressive writing therapy. *JIPT (Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan)*, Vol. 08 No(02), 109–118. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/>
- Aniharyati, A., & Ahmad, A. (2019). Pengaruh Komunikasi Terapeutik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah yang Mengalami Hospitalisasi di Zaal Anak Rsud Bima. *Bima Nursing Journal*, 1(1), 8. <https://doi.org/10.32807/bnj.v1i1.367>
- Ardiansyah. (2025). Efektivitas Teknik Cognitive Behavioral Therapy (Cbt) Dalam Menurunkan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 14–19. <https://doi.org/10.70134/bikoling.v2i1.343>
- Defriansyah, D., Warsah, I., & Sari, D. P. (2023). Komunikasi Terapeutik Islam Dalam Mengatasi Masalah Psikologis Siswa-Siswi Di Smp Negeri 1 Muara Rupit. *Tazkirah*, (April), 1–8. <http://e-journal.iai-al-azhaar.ac.id/index.php/tazkiroh/article/view/590%0Ahttp://e-journal.iai-al-azhaar.ac.id/index.php/tazkiroh/article/download/590/445>
- Dewi, R. (2015). Komunikasi Terapeutik Konselor Laktasi Terhadap Klien Relaktasi. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 3(2), 192–211. <https://doi.org/10.24198/jkk.vol3n2.9>
- Dewi, S. N., & Lubis, S. A. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling dalam Mengatasi Emosi Negatif Anak Broken Home dengan Teknik Modelling dan Konseling Islami. *Jurnal Ilmiah Bimbingan Konseling Undiksha*, 15(1), 19–27. <https://doi.org/10.23887/jibk.v15i1.82220>
- Fitriarti, E. A. (2017). KOMUNIKASI TERAPEUTIK DALAM KONSELING (Studi Deskriptif Kualitatif Tahapan Komunikasi Terapeutik dalam Pemulihan Trauma Korban Kekerasan Terhadap Istri di Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta). *Profetik: Jurnal Komunikasi*, 10(1), 83. <https://doi.org/10.14421/pjk.v10i1.1223>
- Hutama, A., Arifin, I. Z., & Satriah, L. (2024). Penerapan Komunikasi Terapeutik Islami dalam Mengatasi Problematika Psikologis Siswa-Siswi di Madrasah. *Jurnal Komunikan*, 3(2), 116–131. <https://doi.org/10.30993/jurnalkomunikan.v3i2.489>
- Ilahiya, N. F., Arifin, I. Z., & Wahyuddin, A. (2025). Peran Komunikasi Terapeutik Dalam Bimbingan Konseling Islam: Solusi Untuk Kekhawatiran Karir Gen Z [the Role of Therapeutic Communication in Islamic Counseling Guidance: a Solution To Gen Z Career Concerns]. *Al-Ihtiram: Multidisciplinary Journal of Counseling and Social Research*, 4(2), 407–422.
- Parida, D., As, E., Satriah, L., & Miftahudin, U. (2024). *32301-95717-1-Pb*. 7(2), 105–112.
- Perawat-pasien, T., & Sa, N. (2022). *Komunikasi Terapeutik dalam Tinjauan Konseling Analisis*. 6(1), 111–122.
- Putri, W. A., Hasibuan, U. M., Annisa, A., & Rezeki, S. (2024). Peran Profesi Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Masalah Psikologis Siswa. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 1247–1254. <https://doi.org/10.56832/edu.v4i1.464>
- Rengganawati, H. (2024). Kecemasan Dalam Berbicara Di Depan Umum Pada Kalangan Mahasiswa Berusia 17-22 Tahun Anxiety in Public Speaking Within the 17-22 Age Group of College Students. *Pendidikan Modern*, 2(2), 60–76. <https://journals.telkomuniversity.ac.id/IJDPR>
- Riadi, A. A., Azhari, M. A., & Lesmana, G. (2025). Maksimalisasi Peran Guru BK dalam Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Pembelajaran pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Pema*, 5(1), 16–23. <https://doi.org/10.56832/pema.v5i1.688>
- Sani, H. N., Farida, E., & Yudha, E. S. (2021). Deskripsi Perilaku Kecemasan Komunikasi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia. *Indonesian Journal of Educational*



Counseling, 5(1), 22–27. <https://doi.org/10.30653/001.202151.66>

Violin, A. F. T., & Basuki, A. (2024). Communication Skills and Apprehension in Individual Counseling Practices. *Konselor*, 13(1), 29–40. <https://doi.org/10.24036/0202413265-0-86>

Wahyuningsih, S. (2022). Komunikasi terapeutik konselor dalam pendampingan korban kekerasan seksual pada anak laki-laki. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 6(5), 435–457. <https://doi.org/10.25139/jkp.v6i5.4801>