



## Hubungan Konsep Diri Dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta

*Cicilia Widiyati<sup>1</sup>, Anastasia Setyandari<sup>2</sup>*

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Sanata Dharma  
Yogyakarta

e-mail: [1cicilia09widiyati@gmail.com](mailto:1cicilia09widiyati@gmail.com), [2asetyandari@gmail.com](mailto:2asetyandari@gmail.com)

**Abstract** :This study aims to: 1) describe the level of self-concept in students of Guidance and Counseling Study Program class of 2020, Sanata Dharma University Yogyakarta; 2) describe the level of interpersonal communication anxiety in students of Guidance and Counseling Study Program class of 2020, Sanata Dharma University Yogyakarta; 3) analyze how much the relationship between self-concept and interpersonal communication anxiety in students of Guidance and Counseling Study Program class of 2020, Sanata Dharma University Yogyakarta. The type of research is quantitative correlation. The research subjects were students of the Guidance and Counseling Study Program class of 2020, Sanata Dharma University Yogyakarta, totaling 115 students. This study used purposive sampling technique. Data collection uses a self-concept scale and an interpersonal communication anxiety scale. The results showed that: 1) 6 students (9.4%) had a very high level of self-concept, 28 students (43.8%) had a high level of self-concept, and 30 students (46.9%) had a moderate level of self-concept; 2) 1 student (1.6%) had a very high level of interpersonal communication anxiety, 16 students (25%) had a high level of interpersonal communication anxiety, 44 students (68.8%) had a moderate level of interpersonal communication anxiety, and 3 students (4.7%) had a low level of interpersonal communication anxiety; 3) There is a significant positive relationship between self-concept and interpersonal communication anxiety with the results of the Spearman's rho analysis test, namely  $r_{xy} = 0.579$  with a significance of  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ , so the level is significant). The results of this study are not in line with the hypothesis built so that it is discussed in the limitations of the study.

**Keywords:** Self-Concept, Interpersonal Communication Anxiety



## PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang saling memiliki keterkaitan dan saling membutuhkan satu sama lainnya. Terlebih dalam hal membangun komunikasi antara satu dengan yang lainnya (komunikasi interpersonal) sehingga setiap manusia memerlukan kemampuan-kemampuan khusus untuk mampu menjalin suatu komunikasi yang baik. Manusia sebagai makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa bantuan dari orang lain sehingga tidak lepas dari suatu komunikasi atau interaksi satu sama lain secara interpersonal yang dapat meningkatkan dirinya untuk semakin mengenali lingkungan sekitar khususnya mahasiswa (Mutia & Ridha, 2019).

Mahasiswa pada zaman modern ini semakin dituntut untuk menjadi pembelajar yang mampu menjalin komunikasi maupun interaksi yang baik di lingkungan belajar tersebut. Misalnya mahasiswa menyiapkan bahan materi untuk perkuliahan dan menyajikan presentasi di depan kelas, melakukan tanya jawab bersama dosen pengampu mata kuliah, berdiskusi bersama teman-teman terkait materi perkuliahan, menyusun program-program pembelajaran, dan lain sebagainya. Mahasiswa yang memiliki konsep diri positif akan lebih mudah dalam membangun kepercayaan diri dan memiliki keyakinan kuat untuk mengembangkan potensi diri baik di bidang akademik. Mahasiswa tersebut juga dapat semakin menjalin komunikasi dengan orang lain tanpa rasa cemas sehingga proses pembelajaran di perkuliahan berjalan lancar (Ellingsen, 2013).

Menurut Leonard's (Mukholil, 2018) kecemasan merupakan suatu situasi yang dialami oleh mahasiswa yang diartikan sebagai perasaan tegang yang berlebihan ketika menjalani proses pembelajaran sehingga dapat membuat mahasiswa kehilangan cara beradaptasi dengan lingkungan. Kecemasan juga salah satu faktor penghambat komunikasi dan menjadi kekhawatiran terhadap masa depan yang akan datang. Menurut Jalaludin (2005) konsep diri adalah faktor penting yang mempengaruhi individu dalam menjalin komunikasi interpersonal, karena setiap individu bertingkah laku sesuai dengan konsep diri pada individu tersebut sehingga

konsep diri akan mampu melatih setiap individu untuk berproses dalam pemecahan masalah.

## Metode Penelitian

### Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang peneliti gunakan yakni penelitian kuantitatif korelasional. Dalam penelitian ini peneliti ingin mendeskripsikan tingkat konsep diri, mendeskripsikan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal, dan peneliti ingin menganalisis seberapa besar hubungan konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

### Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini bertempat di Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta dengan mendatangi kelas-kelas yang menjadi subjek penelitian serta menyebarkan angket atau *google form*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 - 20 Mei 2023 dan untuk pengumpulan serta pengolahan data dilaksanakan pada tanggal 24 - 27 Mei 2023.

### Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020 di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang berjumlah sebanyak 115 mahasiswa. Teknik penelitian yang digunakan peneliti adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik dalam mengumpulkan sampel penelitian dengan menentukan kriteria tertentu pada sampel yang akan diteliti oleh peneliti (Sugiyono, 2017). Penelitian ini memiliki kriteria yakni mahasiswa yang berkuliahan di Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Menurut Rakhmat (2018) dampak-dampak dari kecemasan dalam menjalin komunikasi interpersonal yakni individu yang tidak pandai menjalin interaksi atau komunikasi dengan orang lain biasanya akan menghindar, merasa cemas bila orang lain atau lawan bicaranya akan mencela individu tersebut, dan ketika sedang melakukan pembicaraan secara bersama-sama atau dalam kelompok individu tersebut akan memilih untuk tidak banyak bicara.



Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 16 maret 2023 dengan responden, konsep diri merupakan suatu hal yang penting. Hasil wawancara yang didapatkan dari Narasumber VN yaitu konsep diri berpengaruh pada kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa karena mahasiswa yang memiliki konsep diri yang baik akan semakin mudah dalam membangun kepercayaan diri, cara berpikir, dan cara berbicara saat menjalin komunikasi dengan orang lain. Narasumber GG menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri yang baik maka rasa percaya diri dan mahasiswa lebih mudah dalam mengontrol diri. Narasumber EL menyatakan bahwa jika individu sudah memahami konsep diri tersebut maka individu tersebut sudah mengerti dan mampu mengenali diri individu tersebut. Narasumber SW menyatakan jika mahasiswa tersebut tidak mampu mengenal identitas diri maka akan mempengaruhi diri terhadap banyak hal terutama kecemasan komunikasi interpersonal.

Narasumber VN, GG, EL, dan SW menyatakan bahwa tingkat kecemasan komunikasi interpersonal di kelas B tergolong tidak tinggi, karena pada saat melakukan presentasi kebanyakan dari teman-teman ikut berpartisipasi dengan aktif dalam memberikan pertanyaan maupun memberikan opini. Namun, tidak semua mata kuliah hanya pada mata kuliah tertentu. Hal tersebut membuat peneliti tertarik ingin melakukan penelitian terkait hubungan konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

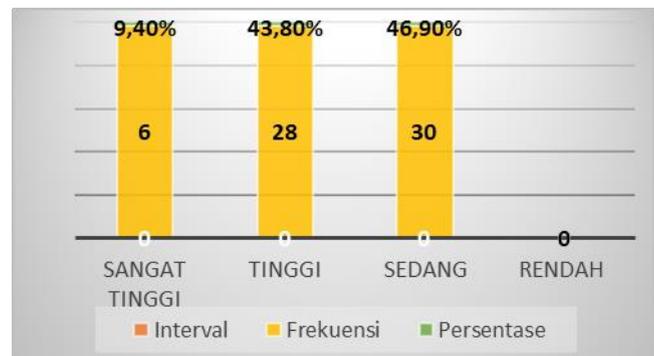
### Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner (angket).

### Teknik Analisis Data

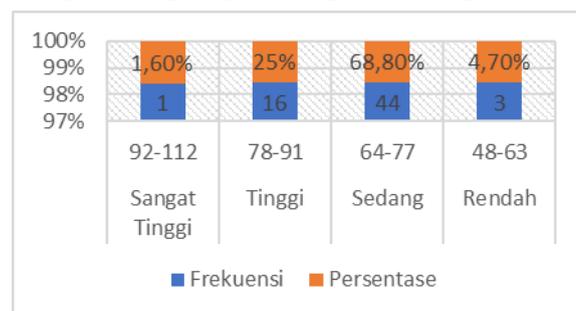
Teknik analisis data penelitian ini adalah analisis deskriptif dan korelasi.

### Hasil dan Pembahasan Hasil Penelitian



Gambar 1.1 Diagram Kategorisasi Konsep Diri

Berdasarkan gambar 1.1 di atas, konsep diri yang dimiliki oleh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yakni 9,4% atau 6 responden menunjukkan tingkatan konsep diri dengan kategorisasi sangat tinggi, 43,8% atau 28 responden dengan kategorisasi tinggi, dan selanjutnya 46,9% atau 30 responden dengan kategori pada tingkat sedang.



Berdasarkan Gambar 1.2 di atas, tingkat kategorisasi kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 yakni 1,6% atau 1 responden menunjukkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal berada pada tingkat yang sangat tinggi, 25% atau 16 responden menunjukkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal berada pada tingkat yang tinggi, 68,8% atau 44 responden menunjukkan tingkat kecemasan komunikasi interpersonal berada pada tingkat yang sedang, dan selanjutnya 4,7% atau 3 responden menunjukkan bahwa tingkat kecemasan komunikasi interpersonal berada pada tingkat yang rendah.



Berdasarkan hasil uji analisis *spearman's rho* di atas, menunjukkan bahwa angka  $r_{xy} = 0,579$  dengan signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$  maka tarafnya signifikan) yang berarti terdapat hubungan ke arah positif dan signifikan antara konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Hal tersebut tidak sesuai dengan hipotesis yang dibangun sehingga dibahas dalam keterbatasan penelitian.

### Pembahasan Penelitian

Sebagian besar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta memiliki konsep diri ke arah yang positif karena terlihat pula dari tingkatannya yang rata-rata berada pada kategori tinggi, memiliki sikap dan tingkah laku yang benar dan baik terkait interaksi dengan diri sendiri, orang lain, serta lingkungan di sekitarnya serta mampu mengendalikan emosi dalam dirinya. Hal-hal tersebut tidak lepas dari faktor-faktor yang melekat pada diri setiap individu dan setiap faktor tersebut memiliki peran penting masing-masing dalam membentuk konsep diri tersebut.

Sebagian besar mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta memiliki kecemasan komunikasi interpersonal yang cukup baik karena mereka berada pada kategori yang sedang atau tidak terlalu tinggi maupun tidak terlalu rendah. Demikian pula, hal-hal tersebut juga dipengaruhi oleh faktor-faktor kecemasan komunikasi interpersonal dan setiap mahasiswa tentunya memiliki faktor-faktor tersendiri dalam mempengaruhi kecemasan komunikasi interpersonal tersebut.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan signifikan. Namun, hasil penelitian tersebut tidak sejalan dengan hipotesis yang dibangun yakni hasil analisis yang memiliki hubungan negatif antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi interpersonal. Perbedaan ini disebabkan oleh data hasil responden yang dapat

Variabel		Konsep Diri (X)	Kecemasan Komunikasi Interpersonal (Y)
Konsep Diri (X)	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.579**
	Signifikansi	.	.000
Kecemasan Komunikasi Interpersonal (Y)	<i>Correlation Coefficient</i>	.579**	1.000
	Signifikansi	.000	.

mempengaruhi analisis uji korelasi pada penelitian tersebut (Gaspersz, 2022). Menurut Devito (2013) dapat dipengaruhi juga oleh faktor-faktor kecemasan komunikasi interpersonal yakni kepercayaan diri, kebersatuan, manajemen interaksi, daya ekspresi, dan orientasi kepada orang lain. Salah satu penyebab lainnya adalah kontribusi konsep diri sebesar 4,8% terhadap kecemasan komunikasi interpersonal dan 95,2% dipengaruhi faktor lainnya (Irawan, 2017).

### Kesimpulan

- 1) Konsep diri mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 46,9%.
- 2) Kecemasan komunikasi interpersonal mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 68,8%.
- 3) Konsep diri memiliki hubungan ke arah positif dan signifikan terhadap kecemasan komunikasi. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi konsep diri pada mahasiswa maka akan semakin tinggi kecemasan komunikasi interpersonal dan semakin rendah konsep diri pada mahasiswa maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonal tersebut.

### Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden penelitian dengan baik.

### Daftar Pustaka

- Achmad, A. A., & Nurhadianti, R. D. D. (2023). Hubungan Konsep Diri Dan



- Keterbukaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Perantau Di Universitas Persada Indonesia YAI. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 96-105.
- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment human relationship* (3th ed). New York : McGraw-Hill.
- Agustiani, H. (2009). Psikologi Perkembangan : *Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja* (D. Pakar (ed.); 2 ed.). Refika Aditama.
- Andinny, Yuan. 2013. "Pengaruh Konsep Diri dan Berpikir Positif terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa". *Jurnal Formatif* 3(2).
- Amelia, S., Rita Desiwati, S. S., & Si, M. (2021). Membangun Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Rantau Telkom University Dalam Upaya Mengatasi Kesepian Tanpa Pasangan. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(2).
- Arnani, N. P. R. (2020). Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Thailand di IAIN Tulungagung. *Al-I'lam: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 4(1), 27-34.
- Burgoon, M & Ruffner, M. (1978). *Human Communication a Revision of Approaching Speech/communication*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Devito, J. A. (2013). *The Interpersonal Communication Book (13th ed.)*. Pearson Education, Inc.
- Devito, J. A. (2013). *Komunikasi Antar Manusia*. Edisi. 5. Jakarta: Professional Book.
- Deviyanthi, N. M. F. S., & Wideasavitri, P. N. (2016). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi dalam Mempresentasikan Tugas di Depan Kelas. In *Jurnal Psikologi Udayana* (Vol. 3, Nomor 2).
- Dewey, John. 2013. *Science For A Changing Word*.
- Dwi, V., & Pudjiastuti, E. (2018). Studi Deskriptif Mengenai Konsep Diri Pada Siswa Remaja Tunarungu Di SMK BPP Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 301-306.
- Ela, F. (2022). Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Usia Ibu Hamil Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Anak Pertama (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Ellingsen, V. J. (2013). *Academic self-concept under typical and maximal environmental press* (Doctoral dissertation, Georgia Institute of Technology).
- Faizin, M., Rahayu, I., Afiq, M. F., Irham, A. S., & Mubarak, M. Z. (2023). Penguatan Afektivitas Mahasiswa Pendidikan Agama Islam Melalui Public Speaking dengan Pendekatan Filsafat Etis Ibnu Miskawaih. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(02).
- Fikrah, A., Dharmayana, I. W., & Sinthia, R. (2023). Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Deep Breathing terhadap Kecemasan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Lebong. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 10-18.
- Fitriani, N. (2019). Pengembangan Media Pembelajaran Audio-Visual Powtoon Tentang Konsep Diri Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Tunas Bangsa*, 6(1), 104-114.
- Fitriyana, N., Karmiyati, D., Yuniardi, M. S., & Widiatoro, D. (2020). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Baru. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 11(1), 109-124.
- Gaspersz, A. P. (2022). Konsep diri dan kecemasan komunikasi interpersonal pada mahasiswa. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 67-74.



- Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 630-645.
- Hamandia, M. R. (2022). Analisis Konseptual Mengenai Kecemasan dalam Berbicara di Depan Umum. *Jurnal Komunikasi Islam dan Kehumasan (JKPI)*, 6(1), 59-70.
- Hardi, E., Yulitri, R., Jumiarti, D., & Sisrazeni, S. (2022). Masalah Tugas Perkembangan Mahasiswa dan Implikasinya Terhadap Program BK Komprehensif di Perguruan Tinggi. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 5(1), 12-19.
- Hulukati, W., & Djibrani, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *2 Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, (1), 78-80.
- Indrabayu, A., & Destiwati, R. (2022). Pengaruh Komunikasi Intrapersonal dan Fear of Missing Out terhadap Hedonisme pada Generasi Z di Denpasar. *Management Studies and Entrepreneurship Journal (MSEJ)*, 3(4), 2169-2175.
- Jalaludin, Rakhmat. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Jendra, A. F., & Sugiyo, S. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kecemasan Presentasi Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Wuryantoro. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 138-159.
- Joseph A. Devito. (2007). *The Interpersonal Communication Book*, Hunter College.
- Kalkan T. (2017). "Situational Anxiety and Sportive Variables as Predictors of Sportspersonship Orientations in Handball Players". *Journal Sport & Society*.
- Kartikasari, M., Noupal, M., & Setiawan, K. C. (2021). Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Berkomunikasi pada Mahasiswa Ketika Presentasi. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 1(1).
- Loc. Cit., Arni Muhammad, *Komunikasi....*, 2004, hlm. 165.
- Malcom R. Parks, *Personal Relationships and Networks*, Mamwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 2007, hlm 3.
- Marleni, M. (2021). Hubungan Efektifitas Komunikasi Interpersonal Antara Dosen Dan Mahasiswa Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Psikologi Universitas Sriwijaya Palembang. *Jurnal Ilmu Administrasi dan Studi Kebijakan (JIASK)*, 3(2), 91-96.
- Marsidi, S. R. (2021, March). Psikoedukasi: Membangun Kepercayaan Diri dalam Berkomunikasi Interpersonal. In *Seminar Nasional & Call Of Papers Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat* (Vol. 1, No. 01).
- Meriska, S. L. (2019). Kecemasan Komunikasi Interpersonal Ditinjau Dari Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Mukholil. (2018). *Kecemasan Dalam Proses Belajar*, 8, 1-8.
- Muis, A. (2020). Peningkatan kompetensi guru BK melalui komunitas MGBK. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 4(2), 50-54.
- Murti, F. L. (2022, May). Meningkatkan Soft Skill pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi. In *Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)* (Vol. 1, No. 1, pp. 53-57).
- Muslimin, K., Kom, M. I., & Maswan, M. M. (2021). *Kecemasan Komunikasi: Mengatasi Cemas Berkomunikasi di Depan Publik*. UNISNU PRESS.
- Mutia, E. I., & Ridha, M. (2019). *Relationship of self-disclosure with interpersonal communication of high school*



- teenagers. *Jurnal Neo Konseling*, 1(4).
- Nasution, D., Hidayani, H., & br Ginting, A. S. (2022). Hubungan Tempat Sarana, Peran Kader, Kecemasan Terhadap Kunjungan Imunisasi Selama *Pandemic Covid 19. Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 706-715.
- Ordaz-Villegas, G., Acle-Tomasini, G., & Reyes-Lagunes, L. I. (2013). Development of an academic self concept for adolescents (ASCA) scale. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 5(2), 117-130.
- Padesky & Greenberger. 2004. *Manajemen Emosi*. Diterjemahkan Margono. Bandung: PT Mizan Pustaka.
- Priyastutik, S., Suhendri, H., & Kasyadi, S. (2019). Pengaruh Kemandirian Dan Konsep Diri Terhadap Pemecahan Masalah Matematika Siswa. *JKPM (Jurnal Kajian Pendidikan Matematika)*, 4(1), 1-10.
- Purnomosidi, F. (2023). Konsep Diri Remaja Penggemar Kpop. *Bureaucracy Journal: Indonesia Journal of Law and Social-Political Governance*, 3(1), 944-956.
- Quraisy, A. (2020). Normalitas Data Menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dan Saphiro-Wilk: Studi kasus penghasilan orang tua mahasiswa Prodi Pendidikan Matematika Unismuh Makassar. *J-HEST Journal of Health Education Economics Science and Technology*, 3(1), 7-11.
- Rakhmat, J. (2018). *Psikologi komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (*Anxiety*) Dalam Olahraga Terhadap Atlet. *Journal of Sport Science and Tourism Activity (JOSITA)*, 1(1), 36-42.
- Rini, D. S., Justitia, D., & Setiawaty, D. (2016). Kompetensi Kepribadian Guru BK (Survei pada Guru Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama dan Sederajat se-Kecamatan Citeureup). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 27-35.
- Ristanti, W. (2022). *Pengaruh Konsep Diri Terhadap Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Teknik Informatika Angkatan 21 Fakultas Sains dan Teknologi UIN Suska Riau* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Ropiani, M. (2017). Komunikasi Interpersonal Tenaga Pendidik terhadap Keberhasilan Belajar Siswa pada MIS Assalam Martapura Dan MIN Sungai Sipai Kabupaten Banjar. *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam*, 1(2), 110-123.
- Saifuddin, A. (2020). Penyusunan Skala Psikologi. Prenada Media.
- Salsabila, A. A. F. (2022). *Hubungan Konsep Diri dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa di Kota Makassar* (Doctoral dissertation, Universitas Bosowa).
- Simbolon, P., Pakpahan, R. E., & Gultom, E. M. (2022). *Hubungan Self Disclosure dengan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Tingkat II Prodi Ners STIKES Santa Elisabeth Medan*. *Guidance: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 19(01), 25-35.
- Sitohang, D. A., & Zulkarnain, I. (2022). Self Disclosure dan Adjustment dalam Komunikasi Antarpribadi pada Mahasiswa Baru Universitas Sumatera Utara di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi Communique*, 4(2), 117-124.
- Stuart,dkk. (2008). *Tingkat Kecemasan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sugiono, S., Noerdjanah, N., & Wahyu, A. (2020). Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur SG posture evaluation. *Jurnal Keterampilan Fisik*, 5(1), 55-61.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.



- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suryani, R., Tarigan, E. A. B., Pangesty, H. A., Putri, K. A., & Tarigan, W. A. (2023). Kompetensi Guru BK SMA Negeri 10 Medan dalam Memahami Kode Etik Profesionalisme Seorang Guru Bimbingan dan Konseling. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 5(2), 286-292.
- Syamsu, Y. & Juntika, N. (2016). *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Tangkudung, James dan Apta Mylsidayu. 2017. *Mental Training Aspek-aspek Psikologi dalam Olahraga*. Bekasi: Cakrawala Cendikia.
- Umamy, T., Retnaningdyastuti, M. T. S., & Dian, P. (2023). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Siswa Pasca Pandemi di SMP Negeri 42 Semarang. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), 110-116.
- Widodo, P. B. 2016. Konsep Diri Mahasiswa Jawa Pesisir Dan Pedalaman. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, Vol. 3, No. 2, 1-10. Semarang: Universitas Diponegoro
- Wiryanto. (2004). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: Grasindo Anggota Ikapi
- Zaenal, M. (2021). *Teori-teori Komunikasi Berdasarkan Konteks*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Zain, M. R. (2020). Penyesuaian Diri dan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Asing yang Mengalami Gegar Budaya. *Jurnal Psikoborneo*, 8(1), 90-99.
- Zuraida, Z. (2019). Konsep diri pada remaja dari keluarga yang bercerai. *Jurnal Psikologi Kognisi*, 2(2), 88-97.