

**OPTIMALISASI KETERAMPILAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA :
PENERAPAN METODE ARKA DALAM BIMBINGAN KELOMPOK**

**Farah Nur Sabila¹, Nur Nazwa Kamilah², Amalia Oktavia³,
Eklys Cheseda Makaria⁴, Najmi Lailani⁵**

^{1,2,3}PENDIDIKAN PROFESI GURU

BIDANG STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

E-mail : ¹sabilafarahnur10@gmail.com, ²nurnazwakamilah30@gmail.com,

³amaliaoktavia1010@gmail.com, ⁴eklys.makaria@ulm.ac.id,

⁵najmilailani@gmail.com

ABSTRACT

The social rejection barriers students face in academic activities in the classroom require efforts to develop their adaptive abilities, one of which is through the optimization of interpersonal communication skills so that students can become effective learning partners for their peers. This study aims to improve students' interpersonal communication skills through the application of the ARKA method in group guidance services. This is an Action Research in Guidance and Counseling (PTBK) study conducted collaboratively over three cycles. The research subjects consisted of 8 students from class XI-8 at SMAN 6 Banjarmasin. Data collection techniques included observation, questionnaires, sociometry, and documentation. Data analysis used a comparative descriptive approach by comparing pre-intervention conditions with those in cycles I, II, and III. The results showed an improvement in students' interpersonal communication skills following the intervention, as evidenced by changes in pre-test and post-test categories and increased student participation. Thus, it can be concluded that the application of the ARKA method in group guidance services is effective in improving the interpersonal communication skills of students in Class XI-8 at SMAN 6 Banjarmasin.

Keywords: Interpersonal Communication Skills, ARKA Method, Group Guidance

ABSTRAK

Hambatan penolakan sosial yang dialami siswa dalam aktivitas akademik di kelas memerlukan upaya pengembangan kemampuan adaptasi, salah satunya melalui optimalisasi keterampilan komunikasi interpersonal agar siswa mampu menjadi rekan belajar yang efektif bagi teman sejawat. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa melalui penerapan metode ARKA dalam layanan bimbingan kelompok. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan secara kolaboratif dalam tiga siklus. Subjek penelitian terdiri dari 8 orang siswa kelas XI-8 SMAN 6 Banjarmasin. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, angket, sosiometri, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan deskriptif komparatif dengan membandingkan kondisi pra-tindakan, siklus I, siklus II dan siklus III. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan komunikasi

interpersonal siswa setelah diberikan layanan dilihat dari perubahan kategori *pre-test* dan *post-test* serta partisipasi aktif siswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode ARKA dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-8 SMAN 6 Banjarmasin.

Kata Kunci: Keterampilan Komunikasi Interpersonal, Metode ARKA, Bimbingan Kelompok

A. Pendahuluan

Pendidikan pada hakikatnya merupakan proses komprehensif yang tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga pada pengembangan kompetensi sosial siswa. Namun, realitas pada dinamika remaja saat ini (Gen Z) menunjukkan adanya tantangan serius dalam kecakapan berinteraksi. Laporan tren sosial dari Kompas.com (2025) menyoroti bahwa ketergantungan yang tinggi pada interaksi digital membuat banyak remaja mengalami kecanggungan sosial (*social awkwardness*) dan kecemasan saat harus berkomunikasi secara langsung di dunia nyata. Dampak nyata dari fenomena ini di lingkungan sekolah adalah munculnya kecenderungan siswa untuk membatasi diri dan hanya mau berinteraksi dalam kelompok kecil yang eksklusif (*clique*). Padahal, keterampilan komunikasi interpersonal yang mencakup kemampuan menyampaikan ide

secara jelas, mendengarkan secara aktif, serta membangun hubungan sosial yang positif merupakan kompetensi krusial abad ke-21 yang mendukung tugas perkembangan pribadi-sosial siswa (Rismana & Hernawati, 2025). Secara ideal, lingkungan sekolah seharusnya menjadi ruang inklusif di mana siswa dapat berinteraksi secara terbuka dan adaptif tanpa adanya sekat atau pembatasan hubungan sosial yang kaku.

Realitas di lapangan menunjukkan adanya diskrepansi antara kondisi ideal dengan fakta yang ditemukan. Berdasarkan observasi awal pada kelas XI-8 di SMAN 6 Banjarmasin, gejala kecanggungan komunikasi dan fragmentasi relasi tersebut tampak nyata dalam dinamika belajar siswa. Fenomena ini teridentifikasi dari rendahnya keberanian siswa dalam mengemukakan pendapat saat diskusi, serta adanya pembentukan kelompok pertemanan (*circle*) yang

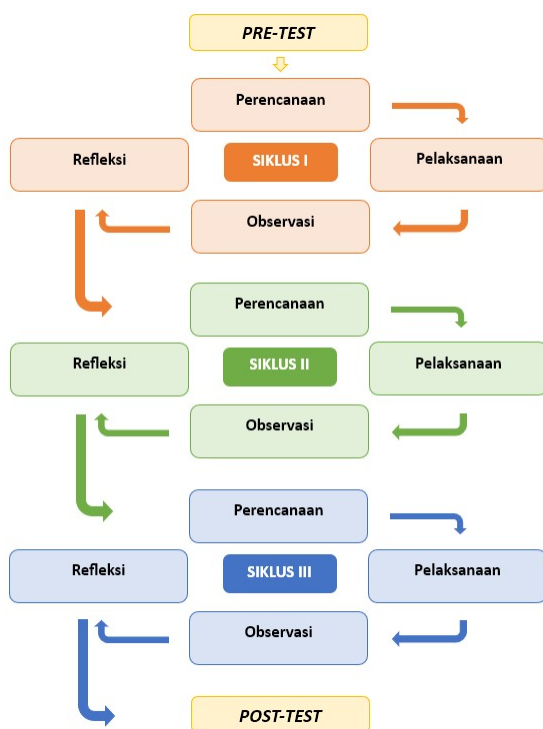
kaku di dalam kelas. Hambatan interaksi ini dipertegas oleh data sosiometri, yang menunjukkan adanya polarisasi hubungan di mana beberapa siswa mengalami penolakan sosial (*social rejection*) dan isolasi kelompok, khususnya dalam aktivitas akademik atau kerja kelompok. Ketika diuji melalui *pre-test*, keterampilan komunikasi interpersonal siswa-siswa tersebut nyatanya berada pada kategori cukup, yang menandakan kemampuan mereka belum optimal untuk membangun relasi belajar yang efektif dengan teman sejawat. Kondisi ini selaras dengan pernyataan Zaima (2025) bahwa hambatan komunikasi yang tidak tertangani di sekolah dapat berdampak pada rendahnya kepercayaan diri, kecemasan sosial yang lebih dalam, serta penurunan kualitas hubungan sosial siswa.

Kesenjangan tersebut menuntut adanya intervensi strategis dan adaptif melalui layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya layanan bimbingan kelompok. Layanan ini dinilai tepat dan relevan karena mampu menyediakan ruang aman bagi siswa untuk mengikis kecemasan interpersonal serta belajar berinteraksi melalui dinamika

kelompok yang nyata (Sasmita *et al.*, 2025). Salah satu metode berbasis pengalaman (*experiential learning*) yang sangat sesuai dengan karakteristik Gen Z yang dinamis adalah metode ARKA (Aktivitas, Refleksi, Konseptualisasi, dan Aplikasi). Metode ini mengintegrasikan dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik secara holistik melalui proses yang menyenangkan namun mendalam. Tahap aktivitas dan refleksi memfasilitasi siswa untuk mengidentifikasi hambatan komunikasi mereka, sementara tahap konseptualisasi dan aplikasi mendorong transfer keterampilan interpersonal baru tersebut secara nyata ke dalam kelompok belajar mereka di kelas (Madjid *et al.*, 2025). Oleh karena itu, penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK) ini dilakukan dengan tujuan untuk mengoptimalkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-8 SMAN 6 Banjarmasin melalui metode ARKA dalam bimbingan kelompok, sehingga siswa yang sebelumnya mengalami hambatan interaksi dapat kembali menjadi rekan belajar yang efektif bagi teman sejawatnya.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling (PTBK) yang dilaksanakan dalam tiga siklus. Setiap siklus terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi yang disajikan pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Alur Pelaksanaan PTBK

Subjek penelitian adalah siswa kelas XI-8 di SMAN 6 Banjarmasin yang berjumlah 8 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dan observasi. Angket digunakan untuk mengukur keterampilan komunikasi interpersonal siswa melalui instrumen

baku *Interpersonal Communication Inventory* (ICI) oleh Millard J. Bienvenu, Sr. Instrumen ini terdiri atas 40 item yang mengukur lima indikator utama, yaitu: konsep diri, kemampuan mendengarkan, kejelasan ekspresi, penanganan emosi, dan keterbukaan diri. Angket ini diberikan sebelum tindakan (*pre-test*) dan setelah seluruh siklus selesai (*post-test*). Nilai hasil pengujian kemudian dikelompokkan berdasarkan kriteria berikut:

Tabel 1. Kategori Kemampuan Komunikasi Interpersonal

Kategori Skor	Kriteria
0 – 40	Kurang
41 – 80	Cukup
81 – 120	Baik

Observasi digunakan untuk menilai keaktifan dan partisipasi siswa selama pelaksanaan layanan bimbingan kelompok pada setiap siklus. Prosedur penelitian diawali dengan pemberian *pre-test*, dilanjutkan dengan pelaksanaan tindakan pada siklus I, II, dan III yang masing-masing diikuti evaluasi proses, serta diakhiri dengan pemberian *post-test*.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik deskriptif komparatif. Data hasil dianalisis dengan membandingkan perolehan

skor serta kategori pada *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Selain itu, teknik ini juga diterapkan pada data proses yang diperoleh melalui observasi di setiap siklus guna menggambarkan perkembangan keaktifan dan partisipasi siswa secara komparatif selama layanan berlangsung.

Penelitian dinyatakan berhasil apabila terjadi kenaikan skor keterampilan komunikasi interpersonal pada siswa yang diikuti dengan perubahan kategori keterampilan komunikasi interpersonal siswa dari kategori cukup (C) menjadi baik (B). Selain itu, keberhasilan juga didukung oleh meningkatnya partisipasi aktif siswa dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

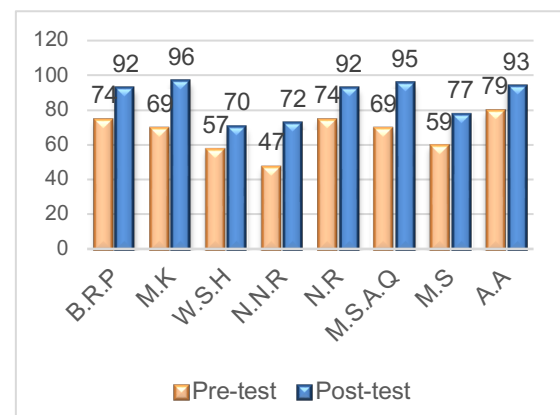
Hasil

Untuk mengetahui peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa, dilakukan pengukuran melalui *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 2. Hasil *Pre-test* dan *Post-test*
Keterampilan Komunikasi Interpersonal
Siswa

N o	Nama	<i>Pre- test</i>	Kate gori	<i>Post- test</i>	Kate gori
1	B.R.P	74	C	92	B
2	M.K	69	C	96	B
3	W.S.H	57	C	70	C
4	N.N.R	47	C	72	C
5	N.R	74	C	92	B
6	M.S.A.Q	69	C	95	B
7	M.S	59	C	77	C
8	A.A	79	C	93	B

Untuk mempermudah visualisasi serta melihat tren kenaikan skor secara lebih jelas dan signifikan pada masing-masing subjek penelitian, perbandingan hasil antara *pre-test* dan *post-test* tersebut disajikan dalam Grafik 1 berikut.



Grafik 1. Perbandingan Skor *Pre-test* dan *Post-test* Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 2 dan Grafik 1 di atas, terlihat adanya perkembangan yang positif pada keterampilan komunikasi interpersonal siswa setelah mengikuti layanan bimbingan

kelompok dengan metode ARKA. Analisis terhadap data tersebut menunjukkan bahwa seluruh siswa yang menjadi subjek penelitian mengalami kenaikan skor secara kuantitatif, meskipun tingkat capaian kategorinya bervariasi pada setiap individu.

Pada tahap awal atau *pre-test*, data menunjukkan kondisi yang seragam di mana delapan siswa berada pada kategori cukup (C). Hal ini mengindikasikan bahwa sebelum diberikan tindakan, siswa cenderung memiliki hambatan dalam berinteraksi, seperti kurangnya kepercayaan diri dalam berpendapat atau belum optimalnya kemampuan mendengarkan secara aktif.

Namun, setelah diberikan intervensi melalui layanan bimbingan kelompok dengan metode ARKA, terjadi pergeseran kategori yang cukup signifikan. Sebanyak lima siswa, yaitu B.R.P, M.K, N.R, M.S.A.Q, dan A.A, berhasil melampaui ambang batas kategori cukup (C) dan berpindah ke kategori baik (B). Jika ditinjau secara lebih spesifik, peningkatan skor yang paling menonjol terlihat pada siswa M.K yang semula memiliki skor 69 pada *pre-test* meningkat menjadi 96 pada *post-test*.

Selain itu, siswa M.S.A.Q juga mengalami kenaikan skor yang cukup tinggi dari 69 menjadi 95. Kenaikan yang konsisten pada kelompok siswa yang mencapai kategori baik (B) ini membuktikan bahwa metode ARKA mampu menstimulus keberanian serta keterampilan komunikasi interpersonal siswa secara optimal.

Di sisi lain, terdapat tiga siswa yaitu W.S.H, N.N.R, dan M.S yang hasil akhirnya masih berada pada kategori cukup (C). Jika dibedah lebih dalam, bertahannya ketiga siswa ini pada kategori Cukup bukan karena mereka tidak mengalami perkembangan, melainkan karena skor awal (*pre-test*) mereka yang terlanjur sangat rendah (berada di bawah angka 60) jika dibandingkan dengan rekan-rekannya yang lain. Kondisi *baseline* yang rendah ini membuat mereka membutuhkan rentang kenaikan yang lebih besar untuk bisa menembus batas minimal kategori Baik (skor 81). Meskipun skor akhir ketiganya belum cukup untuk mengangkat posisi ke kategori baik (B), peningkatan skor yang signifikan ini membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode ARKA tetap memberikan dampak perubahan perilaku yang nyata dan

positif secara bertahap bagi siswa yang memiliki hambatan komunikasi cukup berat.

Selain pengukuran hasil melalui *pre-test* dan *post-test*, penelitian ini juga melakukan evaluasi proses pada setiap siklus layanan. Hasil evaluasi proses disajikan pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Evaluasi Proses Bimbingan Kelompok

Siklus	Skor		$\bar{x}$ (Rata-rata)	Kategori
	Observer 1	Observer 2		
I	10	11	10.5	C
II	14	15	14.5	B
III	19	19	19	SB

Berdasarkan Tabel 3, hasil evaluasi proses menunjukkan adanya peningkatan kualitas pelaksanaan layanan yang konsisten di setiap siklus. Data skor per butir indikator dari kedua *observer* menunjukkan bagaimana metode ARKA secara bertahap mampu mengubah perilaku komunikasi siswa.

Pada siklus I, rata-rata skor evaluasi proses berada pada angka 10,5 dengan kategori cukup (C). Berdasarkan rincian penilaian, siswa masih menunjukkan keterbatasan terutama pada indikator menyampaikan hasil refleksi diri dan sikap menghargai saat mendengarkan, di mana *observer*

memberikan skor rendah (1 dan 2). Meskipun siswa sudah mulai mampu mengarahkan pandangan kepada pembicara (skor 3), namun keberanian dalam menyampaikan pendapat dan ekspresi dalam berkomunikasi masih belum optimal karena siswa masih berada dalam fase adaptasi terhadap dinamika kelompok.

Memasuki siklus II, kualitas proses meningkat ke kategori baik (B) dengan rata-rata skor 14,5. Peningkatan yang paling merata terlihat pada hampir seluruh butir indikator, di mana kedua *observer* secara konsisten memberikan skor 3. Siswa mulai menunjukkan kemajuan dalam hal keberanian berpendapat, fokus perhatian, serta kemampuan menyampaikan pendapat yang lebih mudah dipahami. Pada tahap ini, kemampuan refleksi diri yang sebelumnya sangat rendah mulai berkembang, menandakan bahwa siswa mulai terbiasa dengan alur pengalaman belajar dalam metode ARKA, meskipun aspek menghargai pendapat orang lain masih memerlukan penguatan di beberapa titik.

Pada siklus III, hasil evaluasi proses mencapai kategori sangat baik (SB) dengan rata-rata skor 19. Pada tahap ini, terjadi peningkatan kualitas yang signifikan pada seluruh butir pengamatan. Kedua *observer* memberikan skor maksimal (skor 4) pada indikator keberanian berpendapat, fokus pandangan, dan kemampuan menyampaikan pendapat secara ekspresif. Kemampuan siswa dalam menyampaikan hasil refleksi diri juga mencapai tingkat optimal, yang ditandai dengan kemampuan mengomunikasikan perubahan perasaan dan pemikiran secara sistematis. Interaksi yang terjadi sudah menunjukkan kualitas komunikasi interpersonal yang matang, di mana sikap menghargai saat mendengarkan sudah menjadi bagian dari dinamika kelompok yang alami.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan adanya tren peningkatan yang selaras antara pencapaian kuantitatif melalui skor inventori dengan kualitas aktivitas siswa di lapangan. Peningkatan signifikan dari perolehan *pre-test* ke *post-test* yang diikuti dengan pergeseran mayoritas siswa ke

kategori baik, membuktikan bahwa keterampilan komunikasi interpersonal siswa telah berkembang secara optimal. Keberhasilan tersebut diperkuat oleh hasil evaluasi proses yang menunjukkan transformasi positif dari kategori cukup menjadi sangat baik, di mana siswa menjadi lebih berani, reflektif, dan ekspresif dalam berinteraksi. Konvergensi antara data hasil dan data proses ini menegaskan bahwa penerapan metode ARKA dalam layanan bimbingan kelompok memberikan dampak perubahan yang komprehensif, baik dari segi penguasaan keterampilan komunikasi secara individu maupun keterlibatan aktif dalam dinamika kelompok.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode ARKA efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-8 SMAN 6 Banjarmasin. Peningkatan tersebut terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test* yang menunjukkan kenaikan skor pada seluruh siswa, serta perubahan kategori sebagian siswa dari kategori cukup (C) menjadi baik (B). Selain itu,

hasil evaluasi proses pada setiap siklus juga menunjukkan perkembangan keterlibatan siswa selama mengikuti layanan bimbingan kelompok. Kondisi ini menunjukkan bahwa layanan yang diberikan mampu membantu siswa mengembangkan kemampuan berinteraksi dan berkomunikasi dengan teman sebaya secara lebih efektif.

Berdasarkan hasil *pre-test*, keterampilan komunikasi interpersonal siswa berada pada kategori cukup (C). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa masih memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang dapat dikembangkan sehingga layanan yang diberikan lebih diarahkan pada fungsi pengembangan daripada kuratif. Oleh karena itu, layanan bimbingan kelompok dipilih karena memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar melalui interaksi dan pengalaman kelompok secara langsung. Dalam suasana kelompok, siswa didorong untuk menyampaikan pendapat dan lebih terampil dalam menyampaikan informasi atau pesan dalam komunikasi (Marpaung *et al.*, 2022).

Pada tahap awal layanan, siswa masih terlihat pasif dan kurang percaya diri dalam menyampaikan pendapat. Interaksi yang terjadi belum berkembang secara optimal karena sebagian siswa masih cenderung diam dan menunggu arahan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa siswa belum terbiasa berada dalam situasi komunikasi yang menuntut keterlibatan aktif. Namun, pada siklus berikutnya mulai terlihat perubahan perilaku komunikasi siswa. Siswa menjadi lebih berani menyampaikan pendapat, memberikan tanggapan, serta mulai terlibat dalam diskusi kelompok secara lebih aktif. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa dinamika kelompok yang berkembang secara bertahap membantu siswa merasa lebih nyaman dan aman dalam berinteraksi dengan teman sebaya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nikmah *et al.*, (2025) yang menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu membantu siswa meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal melalui keterlibatan aktif dalam kelompok.

Peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa tidak terlepas dari penerapan metode ARKA yang menempatkan siswa sebagai subjek aktif, di mana setiap siklus dirancang secara utuh dan memiliki benang merah yang logis mulai dari tahap aktivitas hingga aplikasi. Pada siklus I, intervensi difokuskan pada pengenalan dasar komunikasi interpersonal. Tahap aktivitas menggunakan permainan “Pesan Berantai Spesifik” sebagai simulasi fisik distorsi informasi. Dinamika tersebut dibedah pada tahap refleksi melalui diskusi kritis mengenai penyebab pesan berubah saat diteruskan. Kesadaran praktis tersebut menjembatani tahap konseptualisasi mengenai hakikat dan urgensi komunikasi interpersonal, yang kemudian diinternalisasikan pada tahap aplikasi menggunakan media “Papan Situasi” untuk memecahkan berbagai skenario hambatan komunikasi riil di sekolah.

Memasuki siklus II, fokus layanan ditingkatkan pada pendalaman hubungan melalui lima dimensi utama komunikasi. Alur diawali dengan aktivitas permainan “Simpul Kusut” yang melambangkan kompleksitas dinamika sosial akibat

hambatan komunikasi. Tahap refleksi dirancang lebih mendalam untuk menganalisis faktor psikologis penyebab kompleksitas tersebut, yang secara nyata membantu siswa, terutama subjek dengan *baseline* skor rendah, mengidentifikasi hambatan personal seperti kecenderungan bersikap defensif saat dikritik, kesulitan berempati, atau kebiasaan berpura-pura mendengarkan lawan bicara. Temuan reflektif ini diformalisasikan pada tahap konseptualisasi yang membahas materi lima dimensi utama komunikasi interpersonal, di mana kelima dimensi tersebut sekaligus dijadikan sebagai indikator dalam pengukuran keterampilan komunikasi interpersonal siswa. Selanjutnya, pada tahap aplikasi, pemahaman tersebut dilatihkan secara psikomotorik melalui media “5 Kartu Dimensi Komunikasi Interpersonal” guna merekonstruksi perilaku komunikasi yang lebih asertif dan empatik di dalam forum.

Pada siklus III, intervensi diakumulasikan pada penajaman fungsi komunikasi interpersonal dalam konteks diskusi kelompok. Tahap aktivitas dimulai dengan permainan “Instruksi Tanpa Arah” yang

merepresentasikan kegagalan kerja sama akibat komunikasi yang tidak jernih. Melalui tahap refleksi, siswa mengidentifikasi penyebab perbedaan hasil kerja antar-kelompok dan menyimpulkan pentingnya komunikasi yang efektif. Kesadaran kolektif ini dikunci pada tahap konseptualisasi mengenai aplikasi komunikasi interpersonal dalam mereduksi konflik diskusi kelompok. Sebagai puncak intervensi, tahap aplikasi diselesaikan melalui pengisian “Lembar Komitmen” sebagai rencana aksi nyata yang mengikat siswa untuk mengimplementasikan keterampilan tersebut dalam interaksi sehari-hari di luar ruang bimbingan. Integrasi sekuensial dari siklus I hingga siklus III ini membuktikan bahwa metode ARKA efektif mengubah kemampuan komunikasi dari sekadar pemahaman kognitif menjadi kompetensi perilaku nyata yang terlatih (Cici *et al.*, 2025; Gowasa, 2025).

Perkembangan dinamika kelompok yang tercipta secara bertahap pada setiap siklus menjadi faktor krusial yang mendukung optimalisasi keterampilan komunikasi interpersonal siswa tersebut. Sejalan dengan meningkatnya kualitas proses pada evaluasi layanan, atmosfer

kelompok bertransformasi menjadi lebih terbuka dan suportif seiring berjalannya siklus. Pada awal layanan di Siklus I, interaksi antarsiswa cenderung masih kaku dan berada dalam tahap penyesuaian, di mana sebagian besar anggota kelompok masih ragu untuk saling menanggapi. Namun, memasuki Siklus II hingga Siklus III, pembiasaan melalui alur ARKA dan penggunaan media di lapangan berhasil membangun rasa aman psikologis (*psychological safety*) di dalam kelompok. Siswa tidak hanya menjadi lebih berani dan percaya diri untuk berpartisipasi aktif, melainkan juga mulai menunjukkan kualitas komunikasi yang matang, seperti kemampuan mendengarkan dengan empati, memberikan umpan balik secara asertif, serta menunjukkan sikap saling menghargai pendapat satu sama lain. Kondisi ini sejalan dengan temuan Bagaskara (2023) yang menunjukkan bahwa dinamika diskusi kelompok yang aktif mampu mereduksi hambatan komunikasi siswa. Selain itu, Niriana (2024) juga menegaskan bahwa keterampilan interpersonal akan berkembang secara bertahap ketika siswa diberikan ruang yang aman

untuk belajar melalui pengalaman langsung secara interpersonal.

Meskipun terjadi peningkatan secara klasikal, pencapaian kategori baik (B) belum diperoleh oleh seluruh siswa pada akhir siklus. Terdapat tiga subjek, yaitu N.N.R, M.S, dan W.S.H, yang pasca-layanan masih berada pada kategori cukup (C), meskipun tetap menunjukkan kenaikan skor individu yang signifikan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perkembangan keterampilan komunikasi interpersonal pada setiap siswa berlangsung dengan kecepatan dan fokus aspek yang berbeda.

Hambatan ketiga siswa tersebut memberikan gambaran klinis bahwa perkembangan kompetensi komunikasi bukan lagi pada aspek kepercayaan diri dasar atau keberanian untuk berbicara di depan umum, melainkan pada indikator psikologis yang memerlukan waktu pembiasaan dan regulasi emosi yang lebih lama. Hambatan tersebut mencakup kapasitas untuk menerima kritik secara terbuka tanpa bersikap defensif, konsistensi empati dalam memahami sudut pandang orang lain saat terjadi silang pendapat, serta kemampuan mengelola ego agar tidak menarik diri dari dinamika kelompok.

Kendati demikian, tren peningkatan skor yang tetap terjadi pada ketiga siswa ini membuktikan bahwa bimbingan kelompok dengan metode ARKA tetap memberikan stimulasi dan dampak positif terhadap perkembangan kompetensi komunikasi mereka secara bertahap.

Dengan demikian, peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-8 SMAN 6 Banjarmasin secara keseluruhan terjadi karena layanan bimbingan kelompok dengan metode ARKA memberikan ruang yang aman bagi siswa untuk belajar melalui keterlibatan aktif, refleksi pengalaman objektif, internalisasi konsep, serta uji coba perilaku nyata secara langsung dalam dinamika kelompok.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan metode ARKA efektif dalam meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas XI-8 SMAN 6 Banjarmasin. Keberhasilan intervensi tersebut ditunjukkan oleh peningkatan skor *pre-test* dan *post-test* pada seluruh siswa, yang disertai dengan konversi

kategori dari cukup (C) menjadi baik (B) pada mayoritas anggota kelompok. Kendati terdapat tiga siswa yang secara kategorisasi pasca-layanan masih berada pada kategori cukup (C), ketiganya tetap menunjukkan tren kenaikan skor individu yang signifikan sebagai representasi dari perkembangan kompetensi komunikasi yang positif. Selain itu, keberhasilan ini juga didukung oleh hasil evaluasi proses yang menunjukkan perkembangan kualitas layanan secara konsisten dan signifikan, di mana dinamika kelompok bergerak positif dari kategori cukup (C) pada siklus I menjadi sangat baik (SB) pada siklus III.

Peningkatan keterampilan tersebut terjadi karena metode ARKA yang diintegrasikan dengan media interaktif pada setiap siklus memberikan kesempatan bagi siswa untuk terlibat aktif dalam tahapan aktivitas, refleksi pengalaman objektif, konseptualisasi teoretis, dan aplikasi perilaku secara langsung dalam dinamika kelompok. Melalui proses sekuensial ini, siswa tidak hanya menjadi lebih berani dan terbuka dalam menyampaikan pendapat, melainkan juga mengalami

peningkatan kualitas pada dimensi mendengarkan dengan empati, memberikan umpan balik secara asertif, serta meregulasi emosi saat menghadapi perbedaan pendapat. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dengan metode ARKA dapat direkomendasikan sebagai salah satu alternatif strategi layanan bimbingan dan konseling yang efektif untuk mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal siswa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Bagaskara, H. (2023). *Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Guna Mengembangkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 4 Bandar Lampung*. [Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung]. Raden Intan Repository. radenintan.ac.id.
- Cici, S., Afrilla, N. D., & Nuraini, C. (2025). Pengaruh metode ARKA dalam meningkatkan kemampuan berbicara. *Micro-Journal of Education*, 2(3). <https://doi.org/10.62567/micjo.v2i3.1015>.
- Gowasa, H. (2025). Dinamika konseling kelompok dalam pengembangan kompetensi sosial remaja. *KOHESI: Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra*

- Indonesia*, 6(1), 62-76.
<https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/Kohesi/article/view/4583>.
- Kompas.com. (2025). *Judul Artikel Berita Terkait Tren Gen Z/Social Awkwardness*. Diakses dari <https://www.kompas.com>.
- Marpaung, S., Tambunan, N. A., Ulfi, K., Batubara, N. H., Daulay, A. R., & Saragi, M. P. D. (2022). Peran bimbingan kelompok dalam meningkatkan keterampilan komunikasi siswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 13203–13207.
<https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.1073>.
- Merla Madjid, S. S., Utami, A., Dewanto, M. P., Mardiaty, S. S., Sumitro, N. K., Wahyuniar, S. P., ... & Md, A. (2025). Pembelajaran aktif: Teknik dan strategi untuk meningkatkan keterlibatan siswa. PT. Nawala Gama Education.
- Nikmah, L. A., et al. (2025). Peningkatan kemampuan komunikasi interpersonal peserta didik dengan teknik sosiodrama pada layanan bimbingan kelompok. <https://doi.org/10.31602/jmbk.n.v10i3.14967>.
- Niriana, N. (2024). *Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Antar Pribadi melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing Pada Siswa Kelas XI MIPA SMA Negeri 1 Ngabang* [Skripsi Sarjana, IKIP PGRI Pontianak]. Digilib IKIP PGRI Pontianak. <https://digilib.upgripnk.ac.id/id/eprint/2324/>
- Rismana, N., & Hernawati, S. (2025). Pengembangan Kurikulum di Indonesia Dalam Menghadapi Tuntutan Abad Ke-21. *Al-I'tibar: Jurnal Pendidikan Islam*, 12(1), 01-08.
<https://doi.org/10.30599/sxrd6x96>.
- Sasmita, E., Rahmadini, M., Razi, F., & Syam, H. (2025). Layanan Dalam Bimbingan Dan Konseling Bagi Peserta Didik Di Sekolah. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(1), 83-91.
<https://doi.org/10.61722/jmia.v2i1.3135>.
- Zaima, S. (2025). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas XI Jurusan Akuntansi SMK Negeri 1 Kotabumi Tahun Ajaran 2024/2025* [Skripsi Sarjana, Universitas Lampung]. Digital Library Unila. <http://digilib.unila.ac.id/91879/>.