

Hubungan Komunikasi Interpersonal terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa

Anisa Aulia Wulandari¹, Feida Noorlaila Istiadah², Aam Imaduddin³

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah
Tasikmalaya, Indonesia^{1, 2, 3}

Email: anisaauliawulandari1104@gmail.com

Diterima: Agustus 2024

Disetujui: Oktober 2024

Dipublikasi: April 2025

Abstrak

Penelitian ini dilakukan pada Siswa kelas X SMAN 1 Manonjaya yang dilatarbelakangi oleh adanya masalah siswa siswi mengenai kemampuan komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengambilan data menggunakan kuisioner (angket) komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Non- Probability sampling dengan jumlah sampel sebanyak 201 orang. Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data dengan menggunakan *software IBM SPSS Statistict Versi 24* menghasilkan nilai sebesar 0,167* artinya terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa SMA Negeri 1 Manonjaya dengan signifikansi 0,018. Signifikansi dapat dimaknai bahwa korelasi tersebut jika disandingkan dengan kondisi populasi pun akan sama. Dari hasil uji korelasi diatas terdapat keterkaitan yang sangat lemah antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Hasil dari uji korelasi di atas menunjukkan hubungan korelasi yang positif. Namun karena berada pada kategori sangat rendah keterkaitannya maka dapat dimaknai bahwa jika komunikasi interpersonal meningkat hanya sedikit memprediksi penurunan penyesuaian dirinya.

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal, Penyesuaian Diri, Signifikan

Abstract

This research was conducted on class This type of research is quantitative research with a correlational approach. Data collection techniques use interpersonal communication and self-adjustment questionnaires. The sampling technique used in this research was Non-Probability sampling with a sample size of 201 people. Based on research results. Based on research results and data analysis using IBM SPSS Statistics Version 24 software, it produces a value of 0.167 meaning that there is a positive relationship between interpersonal communication and self-adjustment in students at SMA Negeri 1 Manonjaya with a significance of 0.018. Significance can be interpreted as meaning that if the correlation is compared with population conditions, it will be the same. From the results of the correlation test above, there is a very weak relationship between interpersonal communication and self-adjustment. The results of the correlation test above show a positive correlation relationship. However, because the relationship is in the very low category, it can be interpreted that if interpersonal communication increases, it only slightly predicts a decrease in personal adjustment.*

Keywords: Interpersonal Communication, Personal Adjustment, Significant

This is an open access article distributed under CC BY-SA 4.0 Attribution License, provided the original work is properly cited. ©2025 by Anisa Aulia Wulandari, Feida Noorlaila Istiadah, Aam Imaduddin

PENDAHULUAN

Peralihan dari SMP ke SMA membuat siswa memerlukan penyesuaian diri yang baru, mereka mulai mengenal lingkungan sekolah yang baru, sistem baru dalam sekolah, antara lain pengenalan dengan guru yang memiliki berbagai macam sifat dan kepribadian, teman-teman yang dari berbagai status ekonomi, latar belakang orang tua yang berbeda dan sebagainya. Hal ini menunjukkan perlunya kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap situasi yang beragam. Begitu pula siswa mulai mengenal berbagai tingkah laku, watak dan kepribadian dari berbagai individu. Maka siswa mulai belajar untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru sebagai upaya penyesuaian diri. Menurut Mu'tadin (2002) penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu sehingga muncul hubungan yang lebih sesuai antara individu dengan lingkungannya.

Peserta didik dalam memasuki lingkungan sekolah baru terkadang menjadi problema bagi dirinya. Peserta didik merasa dirinya dihadapkan dengan berbagai hal seperti suasana, lingkungan, aturan, teman – teman yang baru dan sebagainya, sehingga peserta didik harus mampu beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan sekolahnya. Upaya yang dilakukan peserta didik dalam melakukan proses interaksi dapat ditunjukkan dengan kemampuannya dalam berkomunikasi dengan orang lain. Menurut Tracy (Adhityaputra dan Ipah Saripah 2015), salah satu kunci keberhasilan dalam hidup manusia adalah mengembangkan komunikasi interpersonal berdasarkan aspek memprioritaskan relasi dengan manusia (*prioritizing relationship with human*) dan hidup yang sempurna (*living a perfect life*).

Menurut Fadila (2014) sekitar 73% komunikasi yang dilakukan manusia merupakan komunikasi interpersonal. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa komunikasi yang paling banyak terjadi atau digunakan oleh manusia adalah komunikasi interpersonal yaitu sekitar 73%, karena pada hakikatnya manusia itu makhluk sosial yang tidak mungkin jika tidak berinteraksi dengan orang lain seperti keluarga, sahabat, dan tetangga. Menurut Watzlawick (Isti'adah, 2017) seseorang tidak dapat tidak komunikasi. Komunikasi bisa dikatakan sangat menentukan proses berlangsungnya kehidupan manusia karena komunikasi sebagai sarana untuk berhubungan antar sesama manusia. Hal ini menunjukkan bahwakomunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran informasi diantara dua orang atau lebih yang dapat diketahui langsung umpan baliknya. Ditinjau dari segi komunikasi, pendidikan juga termasuk di dalamnya terdapat komunikasi yaitu komunikator (siswa/guru), pesan (materi yang disampaikan) dan komunikan (siswa/guru) karena disana terdapat proses transfer ilmu pengetahuan baik itu umum maupun agama, informasi atau lainnya

Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang paling sering dilakukan oleh siswa untuk mencari informasi dan dinilai penting dalam kehidupan siswa. Karena sebagai individu yang sedang mencari jati diri, sering kali siswa kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain. Siswa yang kurang memiliki kemampuan berkomunikasi interpersonal akan merasa rendah diri saat akan mengungkapkan pendapatnya. Siswa yang malu mengungkapkan pendapatnya mungkin saja merupakan siswa yang pintar, namun karena kurangnya kemampuan interpersonal, takut bertanya kepada gurunya sehingga kurang menonjol di kelasnya.

Kenyataan di lapangan peneliti temukan saat melaksanakan observasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Manonjaya, ada beberapa siswa yang kurang mampu berkomunikasi dengan efektif, hal tersebut dapat dilihat ketika peserta didik yang cenderung diam saat diberikan kesempatan bertanya/mengemukakan pendapat, terdapat peserta didik yang suka menyendiri dan tidak mau bergaul dengan sesama siswa didapatkan informasi bahwa mereka kurang mampu berkomunikasi dengan sesama teman ataupun guru, sering menutup diri, dan suka memilih-milih dalam berteman.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk menguji secara empirik dengan mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan Komunikasi Interpersonal terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa Siswi Kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya”.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Metode ini digunakan untuk mendapatkan hasil tentang hubungan antara komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri. Tempat penelitian ini di SMA Negeri 1 Manonjaya. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun pelajaran 2022/2023.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif, yakni mengidentifikasi hubungan Komunikasi Interpersonal terhadap Penyesuaian Diri pada siswa siswi kelas X di SMA Negeri 1 Manonjaya. Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) sebagai berikut:

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya tahun pelajaran 2022/2023 berjumlah 421 siswa yang tersebar dalam 12 kelas.

No	Kelas	Jumlah Siswa
1.	X MIPA 1	35
2.	X MIPA 2	36
3.	X MIPA 3	35
4.	X MIPA 4	36
5.	X MIPA 5	36
6.	X MIPA 6	36
7.	X MIPA 7	36
8.	X IPS 1	34
9.	X IPS 2	35

10.	X IPS 3	34
11.	X IPS 4	35
12.	X IPS 5	33
Jumlah		421 Siswa

Teknik penentuan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling Insidental. Sampling insidental menurut Sugiyono (2016: 83) adalah teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja secara kebetulan/ incidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui cocok dengan sumber data. Ukuran sampel yang layak digunakan dalam penelitian andalan antara 30 s/d 500.

Untuk dapat memperoleh data yang sesuai dengan kepentingan peneliti, maka teknik pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah angket sebagai instrumen utama dan untuk mendapatkan data pendukung digunakan teknik observasi. Peneliti membuat kisi-kisi instrumen sebelum menyusun angket. Kisi-kisi dibuat berdasarkan indikator dari variabel yang terdapat dalam penelitian yakni variabel komunikasi interpersonal dengan indikator yang terdiri dari atas keterbukaan (openness), empati, sikap mendukung (supportiveness), sikap positif (positiveness), dan kesetaraan (equality), serta variable penyesuaian diri dengan indicator yang terdiri dari Adaptation, Comformity, Mastery dan Individual. Kemudian menyusun pernyataan - pernyataan berdasarkan kisi-kisi yang telah dibuat untuk selanjutnya dilakukan uji coba. Uji coba dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reabilitas dari angket yang telah dibuat selanjutnya.

Instrumen angket atau kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala likert, maka variabel yang diukur dijabarkan menjadi indikator-indikator yang dapat diukur. Indikator tersebut digunakan sebagai titik tolak untuk membuat item instrument yang berupa pertanyaan atau pernyataan yang perlu dijawab oleh responden. Setiap jawaban dihubungkan dengan bentuk pernyataan atau dukungan sikap yang diungkapkan dengan memberi tanda pada pilihan yang tersedia di kolom angket

HASIL TEMUAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Manonjaya pada Bulan Juni-Juli tahun 2023. Data penelitian ini diperoleh dari angket komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri pada siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya. Data dalam penelitian ini diolah dengan perhitungan statistika untuk memperoleh nilai hubungan antara komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri pada siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya. Berikut adalah hasil penelitian berupa uji validitas, uji korelasi, dan uji reliabilitas, uji normalitas dan uji linearitas.

Tabel Uji Korelasi

			Komunikasi interpersonal	Penyesuaian diri
Spearman's rho	Komunikasi interpersonal	Correlation Coefficient	1.000	-.167*
		Sig. (2-tailed)	.018	
		N	201	201
	Penyesuaian diri	Correlation Coefficient	-.167*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.018	
		N	201	201

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data dengan menggunakan *software IBM SPSS Statistict Versi 24* menghasilkan nilai sebesar 0,167* artinya terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa SMA Negeri 1 Manonjaya dengan signifikansi 0,018. Signifikansi dapat dimaknai bahwa korelasi tersebut jika disandingkan dengan kondisi populasi pun akan sama.

Dengan hipotesis yang sudah diajukan, dengan ketentuan sebagai berikut:

- Ha : terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa SMA Negeri 1 Manonjaya
- Ho : tidak terdapat hubungan positif antara kontrol diri dengan adiksi *Smartphone* pada siswa SMA Negeri 1 Manonjaya.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data dengan menggunakan *software IBM SPSS Statistict Versi 24* menghasilkan nilai sebesar 0,167 artinya terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa SMA Negeri 1 Manonjaya dengan nilai signifikansi 0,018, maka Ho ditolak.

PEMBAHASAN

Kemampuan berkomunikasi sangatlah penting dalam kehidupan manusia. Melalui komunikasi manusia dapat memenuhi kebutuhan hidupnya dalam bersosial dan bermasyarakat sebagai media bertukar pesan. Komunikasi yang sering dilakukan individu adalah komunikasi interpersonal. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Hidayat (2017) bahwa komunikasi interpersonal adalah aktivitas dalam bertukar informasi dan makna yang dilakukan dua orang atau lebih atas dasar sudah saling mengenal, percaya, menghormati,

rasa memiliki dan rasa senang. Salah satu faktor yang diduga terkait dengan kemampuan komunikasi interpersonal adalah penyesuaian diri. penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk menghadapi tuntutan dirinya dan lingkungan sosial untuk mencapai keseimbangan dan memenuhi kebutuhannya sendiri dengan baik.

Seseorang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan memiliki mental yang sehat/bahagia seperti apabila memiliki tujuan hidup, dapat mengatasi masalahnya sendiri secara kreatif dan tidak mengikuti orang lain, jarang merasa diperlakukan secara tidak adil atau dikecewakan, memiliki tujuan hidup, peduli dengan pertumbuhan dan perkembangan pribadi, memiliki rasa mencintai dan dicintai, memiliki banyak teman, orang yang menyenangkan dan bersemangat, tidak melihat kritik sebagai serangan pribadi yang menurunkan harga diri dan tidak memiliki ketakutan-ketakutan atau kecemasan yang umumnya dimiliki orang lain.

Berdasarkan data menunjukkan hasil perhitungan uji korelasi penelitian dan analisis data dengan menggunakan software IBM SPSS Statistict Versi 24 menghasilkan nilai sebesar 0,167 dengan signifikansi 0,018. Artinya terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa SMA Negeri 1 Manonjaya. Berdasarkan hal tersebut, apabila nilai signifikansi 0.018 maka dikatakan bahwa variabel komunikasi interpersonal berhubungan dengan penyesuaian diri. Signifikansi dapat dimaknai bahwa korelasi tersebut jika disandingkan dengan kondisi populasi pun akan sama Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonal maka semakin tinggi juga tingkat penyesuaian diri pada siswa. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat komunikasi interpersonal yang dimiliki siswa maka semakin rendah juga penyesuaian diri yang dimilikinya. Dari hasil uji korelasi diatas terdapat keterkaitan yang sangat lemah antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Hasil dari uji korelasi di atas menunjukkan hubungan korelasi yang negatif. Namun karena berada pada kategori sangat rendah keterkaitannya maka dapat dimaknai bahwa jika komunikasi interpersonal meningkat hanya sedikit memprediksi penurunan penyesuaian dirinya.

Penelitian ini merupakan penelitian hubungan atau korelasi (corelation) antara variabel bebas (x) komunikasi interpersonal dan variabel terikat (y) penyesuaian diri. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya yang diambil sampel berjumlah 201 siswa dari populasi 421 siswa. Penelitian ini dilaksanakan setelah penulis melakukan observasi pada siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya dimana penulis mengamati terdapat beberapa siswa yang memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang rendah, kemudian peneliti menduga salah satu faktor yang terkait dengan rendahnya kemampuan komunikasi interpersonal siswa adalah penyesuaian dirinya

Berdasarkan uraian di atas, dapat dilihat adanya hubungan antara dua variabel tersebut sehingga hasil dari penelitian ini dapat menjadi rekomendasi bagi pengembangan keilmuan bimbingan dan konseling. Selanjutnya materi-materi mengenai komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri dapat diintegrasikan lebih intens ke dalam materi-materi bimbingan dan konseling sebagai wujud kontribusi penelitian ini pada bidang keilmuan bimbingan dan konseling, baik dari segi materi sampai metode pendekatan yang dapat membantu peserta didik meningkatkan self esteem sehingga dapat secara otomatis juga mampu meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonalnya.

SIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian gambaran umum tingkat komunikasi interpersonal pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Manonjaya tahun pelajaran 2023/2024 berada pada kategori tinggi dengan jumlah sebanyak 151 mencapai persentase skor sebesar 75% dan berada pada kategori tinggi. Kemudian terdapat 50 siswa atau setara dengan 25% berada pada kategori sedang. Berdasarkan data hasil penelitian gambaran umum tingkat penyesuaian diri pada siswa siswi kelas X di SMA Negeri 1 Manonjaya tahun pelajaran 2023/2024 berada pada kategori sedang sebanyak 119 siswa atau setara dengan 59% berada pada kategori sedang. Selanjutnya 82 orang mencapai persentase skor sebesar 41% dan berada pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah didapatkan dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan positif antara variabel komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan adanya nilai sebesar 0,167 artinya terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa siswi kelas X SMA Negeri 1 Manonjaya dengan signifikansi 0,018. Signifikansi dapat dimaknai bahwa korelasi tersebut jika disandingkan dengan kondisi populasi pun akan sama. Dari hasil uji korelasi di atas terdapat keterkaitan yang sangat lemah antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Hasil dari uji korelasi di atas menunjukkan hubungan korelasi yang positif. Namun karena berada pada kategori sangat rendah keterkaitannya maka dapat dimaknai bahwa jika komunikasi interpersonal meningkat hanya sedikit memprediksi penurunan penyesuaian dirinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, M.E. (2019). *Konselor Profesional*. Gorontalo: Bos Press.
- Bocah, K. S., & Hamid, M. S. (2015). *Bimbingan dan Konseling Pranikah*. Gorontalo: Sukses Publising.
- Cantika, B. A. (Ed.). (2019-2020). *Psikolofikal Person* (8 vols.). Gorontalo: Academis Press.
- Devito, J. A. (2011). *Kominikasi Antarmanusia*. Tangerang Selatan: Karisma Publising. (Original work published 1965)
- Edi, K. L., Andi, S., Aryo, M. D. (2018). Pengembangan Aplikasi Tes Kepribadian. *Jambura Guidance and Counseling journal*, 1 (1), 122–133. <https://doi.org/10.17977/um001v3i42018p146>
- Jelly, O. S. (2015). Strategi, Teknik, dan Taktik pelayanan konseling bagi remaja. *Science*, 328(5984), 1385-1388.
- Mahardika. M. (2019). *Tuntunan dalam Berbahasa Indonesia: Kajian analogi komunikasi*. (Unpublished master's thesis) Universitas Negeri Marhaban, Randangan, Indonesia.
- Menteri Perhubungan Republik Indonesia. (2020). *Tiga Undang-Undang: Pertelevision, Radio, dan Media Sosial Tahun 2002*. Jakarta. CV. Karya Visual.

- Pautina, A.R., W, Pratiwi., dan M.R, Pautina. (2022). “Efektifitas Pelaksanaan Program Bimbingan Konseling Inklusi di TK Damhil DWP UNG”. *Jambura Early Childhood Education Journal* 4(1): 64-74
- Pautina, A.R., I, Usman., M.R, Pautina. (2022). “Resiliensi Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo di Masa Pandemi Covid-19”. *PEDAGOGIKA* 13(1): 16-23
- Pautina, M.R. (2020). “Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Harga Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Kota Gorontalo”. *JAMBURA Guidance and Counseling Journal*. 1(1): 8 – 13.
- Pautina, M.R., J.M.S, Tuasikal., P. Sari., M.A, Lakdjo., dan I, Idris. (2024). Implementation peer counselors of anti drug to prevent drug abuse in students *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 11(1): 121-126
- Tuasikal, J.M.S., R, Madina., M.R, Pautina., dan S, Korompot. (2021). Pengembangan Instrumen Remaja dalam Membina Hubungan (Handling Relationships) Berbasis Komputer. *SJGC: Student Journal of Guidance and Counseling*. 1 (1). 1-9.
- Windi, M. (1999). Psychologi as a marketing feast. In M. Luis, L. Mero, & S. Ranssell (Eds.), *Psychologi for the New Millennium*. Paper presented at The Andalusia Psychologi Association, Moreno University, Melbourne, 15-23 December (pp. 251-259). Churchill: Celts.