

## Hubungan Komunikasi Intepersonal Dengan Penyesuaian Diri

Riska Hadida<sup>1\*</sup>, Bangun Yoga Wibowo<sup>2</sup>, Arga Satrio Prabowo<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

\*Corresponding author, e-mail: [riskahadida10@gmail.com](mailto:riskahadida10@gmail.com)

Received Juli 05, 2022;

Revised Juli 20, 2022;

Accepted Agustus, 2022;

Published Online Agustus, 2022

### Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.  
©2017 by author

**Abstract:** *The purpose of this study was to determine the relationship between interpersonal communication and self-adjustment in class X MAN 1 Kota Serang. The subjects of this study were 74 students of class X MAN 1 Kota Serang. The sampling technique used was simple random sampling. The method used in this research is quantitative method. Analysis of the data used using regression and correlation analysis. Correlation test results obtained  $R = 0.498$ ,  $p = (p < 0.05)$ . In this case, it can be concluded that the interpersonal communication variable has a significant positive relationship with self-adjustment. The influence of interpersonal communication on self-adjustment can be seen from the coefficient of determination ( $R^2 = 0.248$ ) indicating the effective contribution given by the interpersonal communication variable to self-adjustment is 24.8% and the remaining 75.2% is influenced by external factors in the study.*

**Keywords:** *interpersonal communication, self-adjustment, students*

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa kelas X MAN 1 Kota Serang. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X MAN 1 Kota Serang berjumlah 74 orang. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *simple random sampling*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Analisis data yang digunakan menggunakan analisis regresi dan korelasi. Hasil uji korelasi didapatkan  $R = 0.498$ ,  $p = (p < 0.05)$ . Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa variabel komunikasi interpersonal secara signifikan memiliki hubungan yang positif dengan penyesuaian diri. Pengaruh komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri dapat dilihat dari koefisien determinasi ( $R^2 = 0.248$ ) menunjukkan sumbangan efektif yang diberikan oleh variabel komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri sebesar 24,8% dan sisanya 75,2% dipengaruhi faktor luar dalam penelitian.

**Kata kunci:** *Komunikasi Interpersonal, Penyesuaian Diri, Siswa.*

**How to Cite:** Riska Hadida<sup>1\*</sup>, Bangun Yoga Wibowo<sup>2</sup>, Arga Satrio Prabowo<sup>3</sup>. 2022. Hubungan Komunikasi Intepersonal Dengan Penyesuaian Diri. JBKI, 7 (2): pp. 00-00, [https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_bk](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk)

## Pendahuluan

Berada pada ruang lingkup pendidikan, yakni sekolah, maka siswa perlu melewati proses pembelajaran yang termasuk didalamnya yakni belajar mengenali dirinya sendiri, belajar mengenali orang lain dan mengenali lingkungan sekitarnya. Tiap siswa tentunya akan dihadapkan dengan tahapan perkembangan kehidupan, yang salah satunya merupakan masa remaja. Masa remaja ialah masa ketika seseorang mulai mengalami perubahan

dalam dirinya dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Untuk mencapai tugas perkembangan, seorang remaja akan membentuk sebuah ikatan yang lebih matang bersama teman-teman sebayanya pada lingkungan sekitarnya. Dalam hal ini, remaja harus bisa menyesuaikan diri di lingkungan disekitarnya ataupun mengikuti aturan-aturan yang berlaku di masyarakat.

Siswa yang telah lulus dari sekolah menengah pertama (SMP) atau sederajat yang hendak melanjutkan pendidikan ke sekolah menengah atas (SMA) atau sederajat harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya yang baru, dengan segala peraturan yang baru pula. Desmita (Kusumaningsih, 2013) mengungkapkan terkait penyesuaian diri, tiap siswa pasti akan berhadapan dengan sebuah kondisi di lingkungannya yang baru yang memerlukan sebuah respon. Siswa pada masa perkembangannya, memiliki kebutuhan yang kuat dalam berinteraksi dan kemauan untuk mempunyai teman yang banyak, akan tetapi untuk menjalin suatu relasi dengan teman baru tentu tidaklah mudah.

Terkadang, individu mengalami kesulitan dalam berkomunikasi. Misalnya, tidak berani mengungkapkan pendapatnya ketika sedang berdiskusi dengan temannya, siswa lebih memilih diam saat bersama dengan teman-teman barunya yang dianggapnya lebih baik. Dengan hal tersebut, siswa harus memiliki penerimaan diri yang lebih baik atau bagaimana siswa tersebut berkomunikasi dengan baik kepada sesama temannya di sekolah. Permasalahan siswa kelas X di MAN 1 Kota Serang dalam menyesuaikan diri masih sangat kurang, berdasarkan hasil wawancara oleh Guru BK di MAN 1 Kota Serang yaitu siswa belum bisa menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran daring faktor dalam manajemen diri yang kurang baik, selain itu kurangnya fasilitas seperti kuota, gadget dan susah sinyal terlebih dimasa pandemi ini siswa maupun guru melakukan pembelajaran secara daring. Sehingga siswa merasa tidak nyaman, kurang bersemangat dalam pembelajaran daring ini.

Setelah itu, peneliti menyebarkan instrumen Daftar Cek Masalah (DCM) agar dapat menemukan permasalahan yang sedang dirasakan siswa kelas X. Merujuk pada instrumen DCM yang sudah disebar pada 35 siswa, hasil pengolahan data menunjukkan adanya sejumlah permasalahan yang dialami siswa, diantaranya siswa merasa malu bila berhadapan dengan khalayak ramai (21% dan sering merasa malu bergaul dengan kawan lain (17%). Kaitannya antara penyesuaian diri dengan komunikasi interpersonal, yaitu siswa hanya melakukan komunikasi secara daring (tidak langsung bertatap muka dengan teman-temannya ataupun guru di sekolah). Bahkan ada beberapa siswa yang belum kenal dengan teman-temannya, lalu siswa merasa malu ketika bertanya kepada teman-temannya sehingga bila siswa dihadapkan atas sebuah tugas, tidak akan mengerjakan. Jika hal tersebut terjadi secara berulang, maka akan berpengaruh pada proses pembelajarannya.

Mulyana (2000) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan komunikasi antar manusia secara langsung yang memungkinkan setiap manusia menerima reaksi baik secara verbal ataupun non-verbal. Jadi, ketika suatu interaksi sosial dengan orang-orang sekitar sedang dilakukan, sangat diperlukan yang namanya penyesuaian diri. Menurut hasil penelitian Kusumaningsih (2013), didapatkan hubungan yang kuat antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa SMPN 6 Madiun. Hal tersebut dibuktikan dengan taraf signifikansinya sebesar 0,436 ( $p < 0,05$ ). Penelitian serupa dilakukan Ni'mah dkk (2009) dengan judul penelitian "Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dan Interaksi Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja". Analisis hipotesis penelitian menunjukkan bahwa diantara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian sosial terdapat korelasi yang positif dan memiliki nilai signifikan dengan nilai koefisien korelasi ( $R_{xy}$ ) sebesar 0,702 ( $p < 0,05$ ).

Baiknya penyesuaian diri akan berpengaruh baik dan menjadi sebuah bekal yang sangat penting, sebab hal tersebut dapat membantu remaja saat mulai memasuki lingkungan masyarakat. Sebaliknya, apabila remaja yang tidak dapat menyesuaikan diri di lingkungan akan terhambat perkembangannya. Peran guru BK sangatlah diperlukan di dalam lingkungan pendidikan, sebab bimbingan dan konseling ialah suatu bidang di sekolah yang bertujuan untuk menolong siswa supaya mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Pertolongan yang diberikan guru BK yaitu dengan memberikan sebuah layanan, salah satunya dalam bidang pribadi-sosial, yakni suatu proses pemberian bantuan bimbingan pada siswa untuk bisa menyesuaikan diri di lingkungan sosialnya. Kusumaningsih (2013) menjelaskan apabila seseorang ketika berkomunikasi secara interpersonal diharapkan akan membentuk ikatan yang baik dengan orang lain. Ketika siswa berkomunikasi dengan baik bersama teman ataupun guru maka siswa dapat mempunyai banyak teman dan merasakan kenyamanan saat berada di lingkungan baru.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri”.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan metode penelitian korelasional. Peneliti menggunakan jenis penelitian korelasional untuk mengetahui bagaimana hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X MAN 1 Kota Serang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X MAN 1 Kota Serang yang berjumlah 293 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode kuisioner.

Tahapan analisis data pada penelitian ini yaitu uji validitas dan uji reliabilitas pada kuisioner. Setelah melakukan uji coba validitas dengan menggunakan bantuan program SPSS 25.0 *for windows* dengan membandingkan  $r_{hitung}$  dengan  $r_{tabel}$  signifikansi 0.05. Lalu uji reliabilitas menggunakan bantuan program SPSS 25.0 *for windows* dengan rumus *Alpha-Cronbach*.

Tahapan selanjutnya melakukan uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas menggunakan bantuan program SPSS 25.0 *for windows* dengan rumus *Kolmogorov-Smirnov*. Sedangkan uji homogenitas menggunakan program *spss 25.0 for windows* dengan rumus *Levene’s Test for Equality of Variances*.

Tahap terakhir yaitu uji hipotesis menggunakan uji koefisiensi determinasi ( $R^2$ ) dan uji korelasi. Uji korelasi menggunakan bantuan program SPSS 25.0 *for windows* dengan korelasi *product moment* dari *pearson*.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Uji Prasyarat Analisis

- a. Uji normalitas ini adalah menggunakan uji *kolmogorov smirnov* (Sugiyono, 2015: 389) dengan membandingkan *Asymp. Sig.* atau *P-value*.

**Tabel 1 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov One-Sample Kolmogrof-Smirnov Test**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		74
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.47163536
Most Extreme Differences	Absolute	.057
	Positive	.029
	Negative	-.057
Test Statistic		.057
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa uji normalitas data komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri berdistribusi normal karena nilai *unstandardized residual Asymp.Sig* 0.200 > 0.05.

- b. Uji Homogenitas ini dilakukan sebagai prasyarat dalam analisis *independent sample t test* dan Anova. Uji kesamaan dua varian populasi digunakan untuk menguji apakah sebaran data tersebut homogen atau tidak yaitu dengan membandingkan kedua variannya, Usmani (2020).

**Hasil Uji Homogenitas**

**Tabel 2. Test of Homogeneity of Variances**

		Levene	df1	df2	Sig.
		Statistic			
Komunikasi Interpersonal	Based on Mean	.876	7	66	.530
	Based on Median	.721	7	66	.654
	Based on Median and with adjusted df	.721	7	47.601	.655
	Based on trimmed mean	.819	7	66	.575

Berdasarkan hasil tabel diatas, diketahui bahwa uji homogenitas hubungan antara variabel Komunikasi Interpersonal dan variabel Penyesuaian Diri menghasilkan nilai *sig defiation from homogeneity* sebesar 0.530 > 0.05.

**2. Uji Hipotesis**

a. Hasil uji koefisiensi determinasi ( $R^2$ ) dapat dilihat pada tabel dibawah sebagai berikut:

**Tabel 3. Hasil Analisis Koefisien Determinasi ( $R^2$ )**

Variabel	N	R	R Square
Komunikasi Interpersonal dan Penyesuaian Diri	74	0.498	0.248

Hasil uji koefisien determinasi pada tabel diatas dapat dilihat adanya korelasi antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri dan didapatkan nilai koefisiensi (R) sebesar 0.498 artinya hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri berada dapat diprediksi. Tabel diatas menunjukkan adanya peran komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri sebesar 0.248 artinya hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri sebesar 24,8%.

b. Uji Hipotesis

Dasar pengambilan keputusan dalam analisis *product moment* adalah jika nilai signifikansi < 0.05 maka berkorelasi. Tetapi jika nilai signifikansi > 0.05 maka tidak berkorelasi. Hasil dari uji korelasi dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4. Hasil Uji Analisis Korelasi Bivariate Pearson Correlations**

Correlations		Komunikasi interpersonal	Penyesuaian diri
Komunikasi interpersonal	Pearson Correlation	1	.498**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	74	74
Penyesuaian diri	Pearson Correlation	.498**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	74	74

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil data analisis *product-moment* dengan menggunakan *Bivariate Pearson Correlations* yang menunjukkan nilai signifikansi  $0.00 < 0.05$  artinya dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Nilai koefisiensi sebesar 0.498 yang artinya hubungan komunikasi

interpersonal bersifat positif dengan tingkat interpretasi sedang. Hal tersebut karena nilai 0.498 termasuk dalam interval koefisien 0.40-0.599.

Berikut merupakan pembahasan hasil analisis yaitu, berdasarkan Analisis data korelasi sederhana ( $r$ ) menunjukkan hasil korelasi sebesar  $r = 0.498$  dengan nilai signifikansi  $0.00 < 0.05$ . Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Sedangkan arah hubungan adalah positif karena nilai  $r$  yang positif yang dapat dilihat dari *pearson correlation* yakni positif. Maka dengan demikian  $H_a$  diterima.  $H_a$  : terdapat hubungan komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat beberapa permasalahan atau faktor lain dalam mempengaruhi penyesuaian diri pada penelitian Triyulianis (2019) dengan judul “Kontribusi Komunikasi Interpersonal terhadap Penyesuaian Diri” yang menunjukkan adanya kontribusi yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri siswa SMK Negeri 10 Padang sebesar 13,9%.

Penelitian serupa Marta Ratih, dkk (2013) dengan judul “Hubungan antara Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri pada Remaja” yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan sebesar  $r = 0.436$  dengan taraf signifikansi 0.00.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa adanya sumbangan efektif yang positif terhadap penyesuaian diri sebesar 24,8% artinya masih ada 75,2% faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian diri. Dilihat dari beberapa penelitian terdahulu faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri selain komunikasi interpersonal diantaranya kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan, agama budaya dan masih banyak lagi. Menurut Desmita (2010) mengungkapkan keberhasilan seseorang dalam menyesuaikan diri bisa ditinjau dari kepribadiannya yang mencakup kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial, dan tanggung jawab.

Bagi siswa dalam lingkungan sekolah, faktor tersebut dapat mempengaruhi penyesuaian dirinya terletak pada hubungan sosial didalam sekolah. Membina hubungan sosial artinya individu memerlukan komunikasi yang merupakan dasar dari sebuah interaksi antar manusia. Individu dengan melakukan komunikasi akan menjalin hubungan sosial dengan orang lain serta kecemasan, ketegangan, dan konflik dalam diri seperti kurang percaya diri akan berkurang sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar serta mencapai keseimbangan hidup.

## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri memperoleh nilai  $r_{xy} = 0.498$  signifikansi 0.00 ( $p < 0.05$ ) hasil analisis data tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri. Hal tersebut bahwa semakin besar komunikasi interpersonal yang diterima semakin baik pula penyesuaian dirinya, begitu sebaliknya. Sumbangan efektif komunikasi interpersonal terhadap penyesuaian diri sebesar 24,8% sedangkan sisanya 75,2% dipengaruhi oleh faktor lain.

## Ucapan Terimakasih

Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada orang tua tercinta, teman-teman BK 17 yang selalu memberikan semangat. Dosen pembimbing 1 dan pembimbing 2 yang membantu dalam menyusun artikel ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh dosen dan staff bimbingan konseling, FKIP, Untirta.

## Referensi

- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.  
Hidayat, D. (2012). *Komunikasi Antar Pribadi dan Mediana*. Yogyakarta: Graha Ilmu.  
Justitia, A. (2011). *Hubungan Komunikasi Interpersonal Orangtua-Anak dengan Penyesuaian Diri Remaja Awal*. Skripsi pada Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim.

- Kusumaningsih, M.R. dan Olievia P.M (2013). "Hubungan Antara Komunikasi Interpesonal Dengan Penyesuaian Diri Pada Siswa Remaja". *Jurnal*
- Liliweri. A. (2007). *Dasar-dasar Komunikasi Kesehatan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Mulyana, D. (2000). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Muri, Y. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Raharjo, N. (2014). *Statistika Pendidikan dengan Aplikasi SPSS.SPSS Indonesia*
- Sari Dewi, K. Kt., dan Ni Nengah M.A. (2014). "Kontribusi Kualitas Komunikasi Interpersonal Terhadap Penyesuaian Diri Siswa". *E-journal Undiksa Jurusan Bimbingan dan Konseling*. 02, (01).
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Susanto, A. (2018). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah Konsep, Teori, dan Aplikasinya*. Jakarta: Prenamedia Group.
- Thiara Mayasari, A. V. (2018). *Tingkat Komunikasi Interpersonal*. Skripsi pada FKIP Universitas Sanata Dharma.
- Triyulianis, S.T. (2019). *Kontribusi Komunikasi Interpersonal Terhadap Penyesuaian Diri Siswa di SMK 10 Padang*. Skripsi pada FIP Universitas Negeri Padang.
- Usmadi. (2020). "Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas dan Uji Normalitas)". *Inovasi Pendidikan*. 07, (01).
- Walgito. B. (2011). *Psikologi Sosial Sebuah Pengantar*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Yusuf. (2014). *Metode Penelitian: Kualitatif, Kuantitatif, dan Penelitian Gabungan*. Medan: Pranadamedia Group.

#### Article Information (Supplementary)

##### Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

Copyrights Holder: < Hadida > <2022>

First Publication Right: JBKI Undiksha

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

