**HUBUNGAN ANTARA KOMUNIKASI INTERPERSONAL DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 23 KERINCI**

Indah Pitriani¹, Suryadi², Yasrial Chandra³

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Pgrri Sumatera Barat¹²³

Alamat e-mail : indahfitriani2412@gmail.com,² suryadies1@gmail.com³
chandrayasrial@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to determine: 1) the interpersonal communication of students at SMP Negeri 23 Kerinci, 2) the self-adjustment of students at SMP Negeri 23 Kerinci, and 3) to examine the relationship between interpersonal communication and students' self-adjustment at SMP Negeri 23 Kerinci. The background of this research is the still prevalent issue of correlational problems. The sample consisted of 113 students selected using a simple random sampling technique. The research instrument used was a questionnaire. The results of the study show that: 1) the interpersonal communication of students at SMP Negeri 23 Kerinci falls into the inappropriate category, 2) the self-adjustment of students at SMP Negeri 23 Kerinci is categorized as fairly appropriate, and 3) there is a relationship between interpersonal communication and self-adjustment of students at SMP Negeri 23 Kerinci, with a correlation value of 0.075, indicating that a relationship exists between these two variables.

Keywords: interpersonal communication, self-adjustment, junior high school students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) komunikasi Interpersonal Peserta Didik SMP Negeri 23 Kerinci. 2) penyesuaian Diri Peserta Didik di SMP Negeri 23 Kerinci. 3) menguji Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Penyesuaian Diri Peserta Didik di SMP Negeri 23 Kerinci. Latar belakang penelitian ini adalah masih banyaknya korelasional. Sampel sebanyak 113 siswa yang dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Instrumen penelitian berupa angket. Hasil penelitian ini menunjukkan: 1) komunikasi Interpersonal peserta didik di SMP Negeri 23 Kerinci berada pada kriteria yang tidak sesuai. 2) Penyesuaian Diri peserta didik di SMP negeri 23 kerinci berada pada kriteria cukup sesuai. 3) Terdapat hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri peserta didik di SMP Negeri 23 Kerinci adalah sebesar 0,075 yang memiliki arti bahwa ada hubungan antara komunikasi interpersonal dengan penyesuaian diri peserta didik di SMP Negeri 23 Kerinci.

Kata Kunci: komunikasi interpersonal, penyesuaian diri, peserta didik SMP

A. Pendahuluan

Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah jenjang pendidikan dasar pada pendidikan formal di Indonesia setelah lulus dari Sekolah Dasar (SD atau sederajat). Sekolah menengah pertama ditempuh dalam kurun waktu 3 tahun. Sekolah menengah pertama diselenggarakan oleh pemerintah maupun swasta di bawah naungan dinas pendidikan.

Siswa harus mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dengan teman yang baru karena teman yang baru ada di sekolah menengah pertama ini bukan teman pada waktu sekolah dasar. Meskipun ada itu hanya beberapa bagian saja, dan juga teman di sekolah menengah ini sangatlah banyak, bukan hanya satu kelas seperti di waktu sekolah dasar. Guru juga tidak sama seperti di sekolah dasar dimana hanya ada satu guru yang mengampu beberapa mata pelajaran pokok.

Menurut Supratiknya (1995:14) mengemukakan arti komunikasi secara luas, yaitu setiap bentuk

tingkah laku seseorang baik verbal maupun nonverbal yang ditanggapi oleh orang lain. Secara sempit, lebih lanjut Supratiknya menguraikan komunikasi diartikan sebagai pesan yang dikirimkan seseorang kepada satu atau lebih penerima dengan maksud sadar untuk mempengaruhi tingkah laku si penerima.

Menurut Daryanto (Kusumaningsih, 2013:2) mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai komunikasi yang terjadi antara dua orang atau lebih yang dapat berlangsung secara tatap muka atau menggunakan media dan pesan disampaikan dan diterima secara simultan dan spontan.

Menurut De Vito (1997:92) menyatakan bahwa agar komunikasi interpersonal berlangsung dengan efektif maka ada beberapa aspek yang harus diperhatikan oleh para pelaku komunikasi interpersonal, yaitu: (a) Keterbukaan (*openess*), (b) Empati (*emphaty*), (c) Dukungan (*supportness*), (d) Kepositifan (*positiveness*), (e) Kesamaan (*equality*).

Selanjutnya menurut Wiryanto (2006:221) menyebutkan aspek komunikasi interpersonal adalah keterbukaan, empati, dukungan, sifat-sifat positif dan kesetaraan. Hakikat komunikasi adalah proses interpersonal dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan kepada orang lain dengan menggunakan bahasa. Adanya sifat keterbukaan, empati, sifat positif dan dukungan melalui tingkah laku komunikator.

Dalam berkomunikasi diperlukan adanya penyesuaian diri yang baik. Menurut Siswanto (Kurnia 2012:12) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk menyamakan diri dengan harapan kelompok. Individu yang sehat mestinya mampu memahami harapan kelompok tempat individu yang sesuai dengan harapan tersebut.

Menurut Sunarto (Permatasari 2024:249) menjelaskan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, dimana penyesuaian diri memiliki kemampuan membentuk rencana serta pengorganisir respon yang sedemikian rupa sehingga mampu mengatasi segala konflik, kesulitan

serta frustrasi secara lebih efisien. Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu membuat sebuah rencana agar hidupnya lebih terorganisir dan tertata.

Menurut Haber&Runyon (Kurnia & Nugraha, 2012:4) memberikan beberapa ciri-ciri individu yang mampu menyesuaikan diri (adaptasi) dengan baik. Ciri-ciri itu sebagai berikut: a. Memiliki Presepsi yang akurat terhadap realita. b. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stress dan kecemasan. c. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya. d. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya. e. Relasi interpersonal.

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan mengenai komunikasi interpersonal pada siswa. Yang dilakukan pada hari Selasa, Tanggal 23 Juli 2024 mendapatkan hasil bahwa masih banyak siswa yang memanggil temannya dengan nama orang tua, berbicara dengan nada tinggi, berteriak kepada sesama teman. Dan untuk observasi mengenai penyesuaian dirinya adalah melanggar tata tertib sekolah, merasa takut dengan guru baru yang masuk di kelas untuk mengajar.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan mengenai komunikasi interpersonal pada Kamis, 08 Agustus 2024 dengan guru mata pelajaran, diperoleh hasil bahwa, beberapa perilaku siswa yang mengejek temannya. Sedangkan untuk penyesuaian diri, banyak siswa yang tidak memiliki hubungan sosial yang hangat dan menyenangkan dengan teman sebaya-nya.

Hasil wawancara yang telah dilakukan oleh wali kelas mengenai komunikasi interpersonal siswa pada Rabu, 14 Agustus 2024 mendapatkan hasil bahwa banyak berteriak kepada sesama teman dan mengolok temannya. Sedangkan untuk penyesuaian diri banyak siswa yang malas dan tidak disiplin dalam belajar.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh guru BK mengenai komunikasi interpersonal pada Selasa 20 Agustus 2024 didapatkan hasil bahwa ada siswa yang berbicara dengan nada tinggi dan juga mengolok temannya. Sedangkan untuk penyesuaian diri terdapat hubungan sosial siswa yang kurang baik, siswa tidak memiliki hubungan yang hangat dan

menyenangkan dengan teman sebaya, siswa masih ada yang melanggar tata tertib di sekolah.

Berdasarkan fenomena di lapangan yang di dapatkan oleh peneliti melalui observasi dan wawancara diperoleh hasil bahwa sebagian besar siswa yang penyesuaian dirinya kurang hal tersebut ditunjukkan dengan sikap mengejek temannya, berbicara dengan nada tinggi.

Fenomena lain juga terlihat bahwa pada beberapa siswa yang menunjukkan mereka bertindak tidak sesuai dengan pesan apa yang disampaikan, siswa malas dan tidak disiplin dalam belajarnya.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Populasi penelitian ini adalah sebanyak 158 peserta didik, sampel dalam penelitian adalah sebanyak 113 peserta didik. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Instrumen penelitian berupa angket dengan skala likert yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data meliputi analisis deskriptif, uji

normalitas, uji linearitas data dan uji korelasi menggunakan SPSS versi 25.0

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Rekapitulasi deskripsi hasil penelitian tentang Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri Peserta Didik Di SMP Negeri 23 Kerinci diuraikan dalam tabel berikut :

Variabel/ Indikator	Jumlah Persentase (%)				
	SS	S	CS	TS	STS
1. Komunikasi Interpersonal	0%	5%	23%	49%	23%
a. Keterbukaan	2%	19%	34%	17%	28%
b. Empati	4%	19%	26%	27%	25%
c. dukungan	4%	24%	19%	19%	33%
d. kepositian	4%	32%	19%	19%	26%
e. kesamaan	23%	34%	14%	15%	14%
2. Penyesuaian Diri	1%	21%	78%	0%	0%
a. Persepsi Terhadap Realitas	12%	38%	37%	12%	1%
b. Kemampuan mengatasi stres dan cemas	6%	39%	51%	4%	0%
c. Gambaran diri yang positif	55%	0%	38%	7%	0%
d. Mengekspresikan emosi dengan baik	16%	57%	27%	1%	0%
e. Hubungan interpersonal	0%	0%	7%	55%	38%

1. Deskripsi Variabel Komunikasi Interpersonal

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas dapat diketahui bahwa komunikasi interpersonal peserta didik di SMP Negeri 23 kerinci dilihat secara umum dapat di ketahui bahwa dari 113 peserta didik, terdapat 0 orang peserta didik dengan persentase 0% berada pada kategori sangat baik, kemudian terdapat 6 orang peserta didik dengan persentase 5% berada pada kategori baik, kemudian terdapat 26 peserta didik dengan persentase 23% berada pada kategori cukup baik, terdapat 55 peserta didik dengan persentase 49% berada pada kategori tidak baik dan terdapat 26 peserta didik dengan persentase 23% berada pada kategori sangat tidak baik. Jadi, komunikasi interpersonal peserta didik di SMP Negeri 23 Kerinci secara umum berada pada kategori tidak baik dengan persentase 49%. Artinya, sebagian besar peserta didik memiliki komunikasi interpersonal yang tidak baik.

2. Deskripsi Variabel Penyesuaian Diri

Diketahui bahwa bahwa penyesuaian diri peserta didik di SMP Negeri 23 kerinci dilihat secara umum

dapat di ketahui bahwa dari 113 peserta didik, terdapat 1 orang peserta didik dengan persentase 1% berada pada kategori sangat tinggi, kemudian sebanyak 23 orang peserta didik dengan persentase 21% berada pada kategori tinggi, kemudian sebanyak 89 orang peserta didik dengan persentase 78% berada pada kategori cukup tinggi, kemudian 0 orang dengan persentase 0% berada pada kategori kurang tinggi dan sebanyak 0 orang peserta didik dengan persentase 0% berada pada kategori sangat kurang tinggi.

Penyesuaian diri merupakan proses yang terus berlangsung dalam kehidupan individu. Situasi dalam kehidupan selalu berubah. Individu mengubah tujuan dalam hidupnya seiring dengan perubahan yang terjadi di lingkungannya. Berdasarkan konsep penyesuaian diri sebagai proses, penyesuaian diri yang efektif dapat diukur dengan mengetahui bagaimana kemampuan individu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah.

E. Kesimpulan

Komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri adalah dua hal penting yang harus dimiliki siswa

agar bisa bergaul dan belajar dengan baik di sekolah. Namun, masih banyak siswa yang menunjukkan perilaku kurang baik seperti berbicara dengan nada tinggi, mengejek teman, serta tidak disiplin. Guru BK perlu untuk lebih aktif membimbing peserta didik dalam mengembangkan komunikasi interpersonal yang positif guna mendukung kemampuan penyesuaian diri mereka.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin, D. I., & Claretta, D. (2024). Efektivitas Komunikasi Interpersonal dalam Dukungan Sosial terhadap Penerimaan Diri Penderita Bipolar. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(2), 1643–1647.

Alfikalia, A. M. (2013). Faktor-faktor Pendukung Kompetensi Komunikasi Interpersonal: Studi Kasus pada Mahasiswa Tingkat Pertama di Universitas Paramadina. *Jurnal ILMU KOMUNIKASI*, 6(1), 25–44.

Angela, R. riri, & Marissa, A. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tingkat Satu di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(1), 518–523.

Annisa Amalia Achmad, R. D. D. N. (2022). Hubungan Konsep Diri Dan Keterbukaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Perantau Di Universitas Persada Indonesia Y.A.I. *Journal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 96–105.

- Bilicha, P. N., Bachry, P. N., Rakhmandari, R. A., & Rusdi, A. (1970). Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Baru Ditinjau Dari Tawadhu' Dan Penyesuaian Diri. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 5(2), 109–118.
- Chairani, M., Wiendijarti, I., & Novianti, D. (2009). Komunikasi Interpersonal Guru Dan Orang Tua Dalam Mencegah Kenakalan Remaja Pada Siswa (Studi Deskriptif Pada Siswa Kelas Xi Sma Kolombo Sleman). *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 7(2), 143–152. www.pdfactory.com
- Diana Maulida Zakiah, Fithria Rizka Sirait, E. S. (2022). Jurnal Teknologi , Kesehatan Dan Ilmu Sosial. *Jurnal Teknologi, Kesehatan Dan Ilmu Sosial*, 4(2), 328–338.
- Dyah Helen Permatasari, Siti Fitriana, A. (2024). *Tingkat Penyesuaian Diri Siswa di SMK Negeri 2 Semarang*. 7(2), 248–254.
- Eka Kurnia, Maria Dwi Yanika, H. N. (2012). Perbedaan Penyesuaian Diri Antara Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi dengan yang Tidak Aktif Berorganisasi Pada Universitas Bunda Mulia. *Psibernetika*, 5(1), 15.
- Fahrunnisa, H., & Murad, A. (2023). Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi Hubungan Empati dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Komunikasi Interpersonal pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Binjai. *Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 5(1), 11–20.
- Fani Kumalasari, L. N. A. (2012). *Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan*. 1(1).
- Fitriani, L., Perdani, Z. P., & Riyantini, Y. (2020). Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Kemampuan Beradaptasi di Pondok Pesantren Kota Tangerang. *Jurnal Kesehatan Pertiwi*, 2(1), 125–128.
- Galih Wicaksono, N. N. (2013). Penerapan Teknik Bermain Peran dalam Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia SMK IKIP Surabaya. *Journal Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 1, 61–78.
- Hulu, Y. (2022). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas Xi Sma Negeri 1 Lahusa Tahun Pelajaran 2020/2021. *Counseling For All (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 2(1), 13–22.
- Jannah, M. (2013). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Penyesuaian Diri Haber & Runyon (1964) Dengan Metode Confirmatory FactorAnalysis (Cfa). *Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 11(6), 422–433.
- Kt. Kartika Sari Dewi, Gede Sedanayasa, N. N. M. A. (2014). Kontribusi Kualitas Komunikasi Interpersonal terhadap Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Sawan Tahun Pelajaran 2013/2014. *E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 1.
- Kusasi, M. (2014). Hubungan Empati dan Komunikasi Interpersonal Dengan Kualitas Hidup. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 3(1).
- Lusiawati. (2019). Kecerdasan Emosi dan Penyesuaian Remaja Awal di

Panti Asuhan Hasanah Samarinda. *Psikoborneo*, 1(2), 91–101.

Malasari Harahap, Bambang Sulardiono, D. S. (2018). *Analisis Tingkat Kematangan Gonad Teripang Keling (Holothuria atra) di Perairan Menjangan Kecil, Karimunjawa*. 3(2), 91–102.

Marta Ratih Kusumaningsih, O. P. M. (2013). Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dengan Penyesuaian Diri pada Siswa Remaja. *Psikologi*, 02(01), 1–8.

Murifah Mardiani Sanaky, La Moh. saleh, H. D. T. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama MAN 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439.

Oktariani, & Syaputri, E. (2022). Meningkatkan Konsep Diri Positif Untuk Penyesuaian Diri Pada Remaja di Panti Asuhan. *Servitium Smart Journal*, 1(1), 25–29.

Radiko Arvyanda, Enrico Fernandito, P. L. (2023). Analisis Perbedaan Bahasa dalam Komunikasi Antarmahasiswa. *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa*, 1(1), 67.

Ricky Marcelino Chandra, Michael Kurniawan Sudjianto, E. A. (2023). Faktor-Faktor Komunikasi (Yang Perlu Dimiliki) Generasi Z dalam Mempersiapkan Karir. *Student Research Journal*, 1(3), 349–361.

Suryadi, C. I. U. (2018). Profil Penyesuaian Diri Siswa Di Smp Pembangunan Laboratorium Unp Padang. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 4(1), 89.

Syahroni, M. I. (2022). *Prosedur Penelitian Kuantitatif*. 2(3), 211–213.

Tampubolon, A. F., & Munir, A. (2025). Hubungan Antara Keterbukaan Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA Hosana Medan. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(1), 30–37.

Wakhid, U. N., & Khisbiyah, Y. (2025). Hubungan Penyesuaian Diri dan Komunikasi Interpersonal dengan Culture Shock Mahasiswa Baru dari Luar Pulau Jawa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 9(2), 86.

Yuliana SventyYasmine, R. H. (2025). *Edumatic : Jurnal Pendidikan Informatika ChatGPT sebagai Alat Bantu dalam Penulisan Karya Ilmiah Mahasiswa : Analisis Keterlibatan dan Kreativitas*. 9(1), 99–108.